



ARNOLD



CONFERENCE

PROGRAMAÇÃO OFICIAL

PATROCÍNIO:



APOIO:



PRÉ – CONGRESSO / WORKSHOP FITOTERAPIA

11/04 - Quinta-feira | 14h às 20h



14H ÀS 14H40

GUSTAVO PIMENTEL

- Polifenóis e exercício físico: up-to-date.



14H40 ÀS 15H20

RODRIGO ABDALA

- Fitoterápicos adaptógenos e seu papel no esporte.



15H20 ÀS 16H

LEANDRO MEDEIROS

- Manejo farmacológico com fitoterápicos e suplementos na proteção cardiovascular: Como prescrever?

INTERVALO – 16H ÀS 16H40



16H40 ÀS 17H20

DANIELA SEIXAS

- Compostos bioativos de alimentos por fontes alimentares e por suplementação: diferenças na biodisponibilidade e efeitos fisiológicos.



17H20 ÀS 18H

CAIO VICTOR

- Fitoterápicos e fígado: análise sobre medidas de proteção em atletas usuários de esteroides e outros medicamentos alopáticos.



18H ÀS 18H40

HUGO COMPAROTTO

- Fitoterapia como recurso terapêutico na inflamação e emagrecimento.

INTERVALO – 18H40 ÀS 19H10



19H ÀS 19H40

GUILHERME RENKE

- Fitoterápicos com ação androgênica e hipertrofia muscular na prática esportiva.



19H40 ÀS 20H20

LUCIANO BRUNO

- Desportismo e doença autoimune: uso eficiente de compostos bioativos

NUTRIÇÃO

12/04 - Sexta-feira | 09h às 18h30



09H ÀS 09H50

BRUNO ZYLBERGELD

- Nossos atletas microscópicos: a relação entre nossa microbiota e a melhora na performance esportiva.



09H50 ÀS 10H40

MURILO PEREIRA

- Leaky gut: causas, consequências e formas de prevenção ou tratamento.

INTERVALO - 10H40 ÀS 11H20



11H20 ÀS 12H10

VICTOR SORRENTINO

- À definir.



12H10 ÀS 13H

ANDRÉIA FRIQUES

- Disruptores endócrinos na infância e impacto na vida adulta.

ALMOÇO - 13H ÀS 14H30



14H30 ÀS 15H20

RITA CASTRO

- Estratégias para polimorfismos genéticos relacionados ao comportamento alimentar: da epigenética a metagenômica.



15H20 ÀS 16H10

DENISE DE CARVALHO

- Candidíase de repetição na mulher atleta e o comprometimento da performance.

INTERVALO - 16H10 ÀS 16H50



16H50 ÀS 17H40

LUCIANO BRUNO

- Estratégias Cetogênicas Eficientes.



17H40 ÀS 18H30

DOMINIC D'AGOSTINO

- Novidades da ciências sobre cetose: aplicações na saúde e performance.

NUTRIÇÃO

13/04 - Sábado | 09h às 18h30



09H ÀS 09H50

LUCAS CASERI

- Performance e cuidados nutricionais no atleta vegetariano.



09H50 ÀS 10H40

VALDEN CAPISTRANO

- Desempenho físico-nutricional em atletas de Crossfit. Do amador a performance.

INTERVALO - 10H40 ÀS 11H20



11H20 ÀS 12H10

DANIEL COIMBRA

- Peculiaridades Nutricionais e metabólicas da mulher no esporte.



12H10 ÀS 13H

PAULO MUZY

- Alterações Tiroideanas Causadas por Modismos Médicos, Nutricionais e de Redes Sociais.

ALMOÇO - 13H ÀS 14H30



14H30 ÀS 15H20

ANDRÉIA NAVES

- Estratégias alimentares e compostos bioativos associados a recuperação muscular.



15H20 ÀS 16H10

RODOLFO PERES

- Estruturando um programa alimentar na nutrição esportiva.

INTERVALO - 16H10 ÀS 16H50



16H50 ÀS 17H40

FELIPE DONATTO

- Aminoácidos Essenciais: efeitos fisiológicos e aplicação prática nutricional.

WARM-UP - ASKER JEUKENDRUP - 17H40 ÀS 18H00



18H ÀS 18H50

ASKER JEUKENDRUP

- Periodização nutricional para atletas.

NUTRIÇÃO

14/04 - Domingo | 09h às 18h30



09H ÀS 09H50

ANTÔNIO LANCHA JR.

- Interrelações e formas não prescritivas no processo de emagrecimento.



09H50 ÀS 10H40

MARLE ALVARENGA

- A abordagem da Nutrição Comportamental no consultório.

INTERVALO - 10H40 ÀS 11H20



11H20 ÀS 12H10

MARCELO CARVALHO

- Efeitos fisiológicos da baixa disponibilidade de energia na saúde e na performance.



12H10 ÀS 13H

ASKER JEUKENDRUP

- À definir

ALMOÇO - 13H ÀS 14H30



14H30 ÀS 15H20

ROBERTO SIMÃO

- Diferentes respostas do Treinamento de Força no gasto energético.



15H20 ÀS 16H10

BRAD SCHOENFELD

- Revisão e atualização sobre Nutrient Timing e janela anabólica.

INTERVALO - 16H10 ÀS 16H50



16H50 ÀS 17H40

PEDRO BASTOS

- Inflamação crônica em atletas - Causas e consequências.



17H40 ÀS 18H30

PATRÍCIA BRUM

- Potencial do exercício físico e nutrição na caquexia, nas doenças cardiovasculares e câncer.

EMPREENDEDORISMO

12/04 - Sexta-feira | 19h15 às 21h30



19H15 ÀS 19H30

BRUNNO FALCÃO

- Desconstruindo a zona de conforto.



19H30 ÀS 20H10

ISIS MOREIRA

- Negócios digitais para profissionais de saúde.



20H10 ÀS 20H50

PEDRO SUPERTI

- Como ter uma marca desejada, quando todas as outras são iguais.



20H50 ÀS 21H30

CRIS ARCANGELI

- Saúde e boa forma no empreendedorismo.

TREINAMENTO

12/04 - Sexta-feira | 09h às 18h30



09H ÀS 09H50

CAUÊ LA SCALA TEIXEIRA

- O papel do exercício físico na obesidade: uma visão além do emagrecimento.



09H50 ÀS 10H40

ALEX SOUTO MAIOR

- Ajustes neuroendócrinos do exercício físico e sua influência no emagrecimento.

INTERVALO - 10H40 ÀS 11H20



11H20 ÀS 12H10

JULIO PAPESCHI

- Aeróbico, força ou ambos? Qual estratégia é mais eficaz para o emagrecimento?



12H10 ÀS 13H

ANTÔNIO ARRUDA

- O HIIT é seguro para obesos e sobrepesados?

ALMOÇO - 13H ÀS 14H30



14H30 ÀS 15H20

À DEFINIR

- À definir.



15H20 ÀS 16H10

RODRIGO BALADAN

- Como maximizar o gasto calórico na musculação? Dicas práticas baseadas em evidências.

INTERVALO - 16H10 ÀS 16H50



16H50 ÀS 17H40

MARZO GRIGOLETTO

- Cross training, hipertrofia e emagrecimento: o que mostram as pesquisas?



17H40 ÀS 18H30

IGOR CONTERATO

- Treinamento para idosos obesos: o que muda na prescrição.

TREINAMENTO

13/04 - Sábado | 09h às 18h40



09H ÀS 10H20

ROBERTO SIMÃO

- Manipulação do treinamento de força na saúde e estética.

INTERVALO - 10H20 ÀS 11H



11H20 ÀS 12H20

BRAD SCHOENFELD

- Volume de treinamento de resistência: Quanto é ótimo e quanto é demais?

ALMOÇO - 12H20 ÀS 14H



14H ÀS 15H20

TÁCITO PESSOA

- Reparação, Regeneração E Hipertrofia Do Músculo Esquelético: Aspectos Metabólicos, Imunológicos E Moleculares.



15H20 ÀS 16H40

JEFFERSON NOVAES

- Precondicionamento isquêmico e restrição do fluxo sanguíneo no treino de força.

INTERVALO - 16H40 ÀS 17H20



17H20 ÀS 18H40

DILMAR PINTO GUEDES

- Musculação "time" eficiente.

TREINAMENTO

14/04 - Domingo | 09h às 16h10



09H ÀS 09:50

IVALDO JÚNIOR

- A utilização do kettlebell como ferramenta alternativa no treinamento de força.



09H50 ÀS 10H40

BELMIRO SALLES

- Treinamento concorrente de força e flexibilidade: Influências na força, flexibilidade e hipertrofia.

INTERVALO - 10H40 ÀS 11H20



11H20 ÀS 12H10

LEONARDO MATTA

- Treinamento de força - Uma abordagem fisiológica do componente muscular na saúde e no desempenho físico.



12H10 ÀS 13H

AMANDA COSTA

- Esteróides anabolizantes androgênicos: da química ao bodybuilder.

ALMOÇO - 13H ÀS 14H30



14H30 ÀS 15H20

INGRID DIAS

- Treinamento de força para idosos: Como otimizar os ganhos de força, potência e massa muscular.



15H20 ÀS 16H10

EWERTTON BEZERRA

- Seleção do exercício na musculação: Como gerar diferentes adaptações.

INFORMAÇÕES IMPORTANTES:

PASSAGENS AÉREAS

Obtenha descontos de até 25% na compra de passagens para o **ARNOLD Conference 2019** com a LATAM AIRLINES, entre em contato com a Latam Travel no 0300 826 7337** e informe o **Código Promocional E0DXH**.

- Condição válida e exclusiva aos participantes do evento;
- Valores sujeitos à disponibilidade de assentos e regras/restrições específicas de cada tarifa;
- Válidos para embarque de 09/04/2019 a 16/04/2019 no trecho Brasil/São Paulo/Brasil;
- Descontos de 10% sobre tarifas promocionais específicas;
- Em casos de ida ou retorno fora do período negociado, o desconto não se aplica;
- Desconto não válido para tarifas de Mega Promo;
- Desconto válido para rotas operadas pela LATAM.
- As emissões realizadas via LATAM Travel, por serem assistidas, terão a cobrança de uma taxa de serviço, fixada no valor de R\$ 40.

Hotéis Conveniados

CLIQUE AQUI para ver a lista de hotéis conveniados para o Arnold Conference.

**PARA MAIS INFORMAÇÕES:
ARNOLDCONFERENCE.BFEVENTOS.COM.BR**

CLIQUE E INSCREVA-SE