

XXXV Kongres Naukowy Polskiego Towarzystwa Medycyny Sportowej



# Medycyna Sportowa a aktywność fizyczna lekarzy

Dębica, 24-26 kwietnia 2025 r.

Miejsce obrad: Miejski Ośrodek Kultury

**I dzień**

**czwartek, 24 kwietnia 2025 r.**

**od godz. 13:00** Rejestracja Uczestników Kongresu  
*Recepcja Kongresu w Holu Miejskiego Ośrodka Kultury*

**16:00 Uroczyste Otwarcie Kongresu**  
*Sala Widowiskowa Miejskiego Ośrodka Kultury*

Powitanie Uczestników i Gości  
**Tomasz Kostka, Andrzej Bugajski, Janusz Bieniasz**

Wykład inauguracyjny  
XX lat Mistrzostw Polski Lekarzy w Pływaniu i Konferencji Naukowych „Postępy w medycynie sportowej”  
**Janusz Bieniasz**

WYSTĘP ARTYSTYCZNY

**18:00 Koktajl powitalny**

**II dzień**  
**piątek, 25 kwietnia 2025 r.**

**od godz. 8:00** Rejestracja Uczestników Kongresu  
*Recepcja Kongresu w Holu Miejskiego Ośrodka Kultury*

**SALA A**

*Sala Widowiskowa Miejskiego Ośrodka Kultury*

**9:00-10:30 Aktywność fizyczna dla osób o różnym stanie zdrowia**

Moderatorzy: **Anna Jegier, Katarzyna Szmigielska**

Aktywność fizyczna dla osób z nadciśnieniem tętniczym

**Iwona Szadkowska**

Zalecenia aktywności fizycznej dla osób z chorobą otyłościową

**Anna Jegier**

Zalecenia aktywności fizycznej dla osób z cukrzycą i zaburzeniami lipidowymi

**Katarzyna Szmigielska**

Sportowiec z astmą i alergią

**Marcin Kurowski**

**SALA B**

*Sala Baletowa Miejskiego Ośrodka Kultury*

**9:00-10:30 Sprawne mięśnie po 50 roku życia**

Moderator: **Tomasz Kostka**

Sarkopenia – czy dotyczy sportowców?

**Tomasz Kostka**

Sarkopenia – czy tylko trening oporowy?

**Joanna Kostka**

Sarkopenia – czy żywienie ma znaczenie?

**Agnieszka Guligowska**

10:30-10:45 przerwa kawowa

<p style="text-align: center;"><b>SALA A</b> <i>Sala Widowiskowa Miejskiego Ośrodka Kultury</i></p>	<p style="text-align: center;"><b>SALA B</b> <i>Sala Baletowa Miejskiego Ośrodka Kultury</i></p>
<p><b>10:45-12:15 Profile żywieniowe w sporcie</b> Moderator: <b>Kazimierz Ciechanowski</b></p> <p>Strategie odchudzania a mięśnie i inne narządy <b>Kazimierz Ciechanowski</b></p> <p>Możliwości wykorzystania spersonalizowanego wspomaganie ergogenicznego w sporcie <b>Krzysztof Durkalec-Michalski</b></p> <p>TBA <b>Florentyna Tyrała, Barbara Frączek</b></p>	<p><b>10:45-12:15 Sport i odporność immunologiczna</b> Moderator: <b>Agnieszka Zembroń-Łacny</b></p> <p>Aktywny styl życia jako efektywna metoda profilaktyki zaburzeń układu immunologicznego <b>Agnieszka Zembroń-Łacny</b></p> <p>Przeciwwzpalne aspekty aktywności fizycznej u pacjentów nefrologicznych <b>Wioletta Dziubek, Łukasz Rogowski</b></p> <p>Neurozapalenie i ryzyko udaru mózgu; rola aktywności fizycznej w profilaktyce i leczeniu <b>Barbara Morawin</b></p>
12:15-12:30 przerwa kawowa	
<p><b>12:30-14:00 Dozwolone i niedozwolone wspomaganie w sporcie</b> Moderator: <b>Andrzej Pokrywka</b></p> <p>Analiza okołoolimpijskich przypadków naruszenia reguł antydopingowych <b>Andrzej Pokrywka</b></p> <p>Doping mózgu a doping w sporcie <b>Olga Surała</b></p> <p>Nieautoryzowane składniki suplementów diety - ryzyko dopingu i problem zdrowia publicznego <b>Karol Jędrejko</b></p> <p>Aktualne wytyczne na temat wyłączenia do celów terapeutycznych <b>Katarzyna Szmigielska</b></p>	<p><b>12:30-14:00 Przetrenowanie i roztrenowanie</b> Moderator: <b>Andrzej Ziemba</b></p> <p>Fizjologia zmęczenia <b>Tomasz Mikulski</b></p> <p>Przetrenowanie <b>Tomasz Mikulski</b></p> <p>Roztrenowanie <b>Andrzej Ziemba</b></p>
14:00-15:00 lunch	

<p style="text-align: center;"><b>SALA A</b></p> <p style="text-align: center;"><i>Sala Widowiskowa Miejskiego Ośrodka Kultury</i></p>	<p style="text-align: center;"><b>SALA B</b></p> <p style="text-align: center;"><i>Sala Baletowa Miejskiego Ośrodka Kultury</i></p>
<p><b>15:00-16:30 Traumatologia i fizjoterapia; Uszkodzenia ścięgna Achillesa</b>  Moderatorzy: <b>Andrzej Czamara, Wojciech Widuchowski</b></p> <p>Schorzenia i uszkodzenia ścięgna Achillesa; Leczenie zachowawcze  <b>Wojciech Widuchowski</b></p> <p>Schorzenia i uszkodzenia ścięgna Achillesa; Leczenie operacyjne  <b>Marek Kulczyk</b></p> <p>Fizjoterapia w leczeniu zachowawczym uszkodzeń i schorzeń ścięgna Achillesa  <b>Andrzej Czamara</b></p> <p>Fizjoterapia i powrót do aktywności sportowej po leczeniu operacyjnym ścięgna Achillesa  <b>Andrzej Czamara</b></p>	<p><b>15:00-16:30 Zdrowie psychiczne sportowców</b>  Moderatorzy: <b>Hubert Krysztofiak, Jarosław Krzywański</b></p> <p>Zarządzanie zdrowiem elitarnego sportowca  <b>Hubert Krysztofiak</b></p> <p>Czy ocena stanu zdrowia psychicznego sportowca powinna być elementem lekarskiego badania kwalifikacyjnego w sporcie?  <b>Jarosław Krzywański</b></p> <p>Stan zdrowia psychicznego elity polskich sportowców  <b>Hubert Krysztofiak, Wojciech Waleriańczyk</b></p> <p>Leczenie farmakologiczne zaburzeń psychicznych u sportowców wyczynowych - korzyści i zagrożenia  <b>Jarosław Krzywański, Piotr Maleszka</b></p> <p>Leki stosowane w leczeniu zaburzeń psychicznych a przepisy antydopingowe  <b>Andrzej Pokrywka</b></p>
16:30-16:45 przerwa kawowa	

<p style="text-align: center;"><b>SALA A</b> <i>Sala Widowiskowa Miejskiego Ośrodka Kultury</i></p>	<p style="text-align: center;"><b>SALA B</b> <i>Sala Baletowa Miejskiego Ośrodka Kultury</i></p>
<p><b>16:45-18:15 Monitorowanie i zapobieganie występowaniu przeciążeń i uszkodzeń stawów kończyn dolnych u dzieci i młodzieży uprawiających sport na Dolnym Śląsku</b> Moderatorzy: <b>Andrzej Czamara, Wojciech Widuchowski, Andrzej Bugajski</b></p> <p>Program monitorowania i zapobiegania przeciążeń i obrażeń stawów kończyn dolnych u dzieci i młodzieży uprawiających sport. Cele, metodologia badań i wstępne wnioski <b>Andrzej Czamara</b></p> <p>Propozycja ćwiczeń w celu zmniejszenia przykurczy mięśni kulszowo-goleniowych, ograniczonej ruchomości stawów biodrowych, przysiadów i zaburzeń postawy ciała u dzieci i młodzieży uprawiającej sport <b>Natalia Petka</b></p> <p>Koncepcja ćwiczeń, które mogą zmniejszyć nadmierną asymetrię „siły mięśniowej”, wskaźników proporcji sił grup mięśniowych w wieku rozwojowym młodych sportowców <b>Łukasz Sikorski</b></p> <p>Propozycja ćwiczeń korygujących zaburzenia koordynacji ruchowej i nadmiernej asymetrii sił reakcji podłoża, mocy i innych parametrów biomechanicznych podczas maksymalnych wyskoków i zeskoków pionowych <b>Łukasz Dalecki</b></p> <p>Współczesne możliwości prewencji i leczenia obrażeń więzadeł krzyżowych stawu kolanowego u dzieci i młodzieży uprawiających sport – doświadczenia zespołów międzynarodowych <b>Wojciech Widuchowski</b></p>	<p><b>16:45-18:15 Aspekty medyczne w pływaniu długodystansowym i nie tylko</b> Moderatorzy: <b>Joanna Kabat-Koperska, Janusz Bieniasz</b></p> <p>Zaburzenia czynnościowe dolnych dróg moczowych u kobiet a uprawianie sportu <b>Tomasz Rechberger</b></p> <p>Aspekty medyczne w pływaniu długodystansowym (zawody pływackie i triathlonowe) <b>Joanna Kabat-Koperska</b></p> <p>Czy serce długodystansowca kocha bardziej - spojrzenie praktyka <b>Paweł Radziński</b></p> <p>Kiedy zawroty głowy są skutkiem dysfunkcji narządu przedsionkowego <b>Przemysław Śpiewak</b></p> <p>Rola narządu przedsionkowego w zachowaniu równowagi nie tylko u akrobatów <b>Michalina Śpiewak</b></p> <p>Aktywność fizyczna a hipercholesterolemia rodzinna <b>Marcin Piechocki</b></p>
<p style="text-align: center;"><b>20:00 Spotkanie koleżeńskie</b> <b>Grand Chotowa Hotel</b> CHOTOWA 87c, 39-217 Grabiny</p>	

<b>III dzień</b> <b>sobota, 26 kwietnia 2025 r.</b>	
<b>SALA A</b> <i>Sala Widowiskowa Miejskiego Ośrodka Kultury</i>	<b>SALA B</b> <i>Sala Baletowa Miejskiego Ośrodka Kultury</i>
<b>10:00-11:30 Orzecznictwo sportowo-lekarskie</b> Moderatorzy: <b>Andrzej Bugajski, Andrzej Rakowski, Katarzyna Wita</b>	<b>10:00-11:30 Medycyna sportowa – sesja prac oryginalnych</b>
11:30-12:00 przerwa kawowa	
<b>12:00 Zakończenie Kongresu</b> <i>Sala Widowiskowa Miejskiego Ośrodka Kultury</i>	