



SPES ScpA in collaborazione con

AIFI Liguria

organizza il corso di formazione

APPROCCIO RIABILITATIVO COL METODO PILATES**12-13-14 aprile 2019****Sala Congressi Hotel Mediterranée, Genova Pegli****RESPONSABILE SCIENTIFICO:**

DOTT. FT. MATTEO GAMBARO Fisioterapista libero professionista. Membro del Direttivo Regionale di Aifi Liguria. Esperto in disordini del movimento e in riabilitazione in ambito sclerosi-multipla.

DOCENTE:

Dott.ssa Michela Alvanini, Fisioterapista libera professionista. Esperta in controllo motorio ed esercizi terapeutici per le problematiche muscoloscheletriche.

PROVIDER ECM: SPES S.c.p.A. (provider standard n° 86)

DURATA: 22 ore accreditate ECM.

QUOTA DI ISCRIZIONE: 420 euro per i Soci AIFI

CREDITI ECM: 35,2 crediti per fisioterapista

DESTINATARI: Questo evento è indirizzato ai **Fisioterapisti**. Max. 25 partecipanti.

SEDE DEL CORSO: struttura congressuale dell' Hotel Mediterranée, sito in Via Lungomare di Pegli, 69, 16155, Genova.

OBIETTIVI FORMATIVI:

Obiettivo ECM: Contenuti tecnico-professionali (conoscenze e competenze) specifici di ciascuna professione, di ciascuna specializzazione e di ciascuna attività ultra specialistica, ivi incluse le malattie rare e la medicina di genere.

Acquisizione competenze tecnico-professionali: Il corso favorisce l'aggiornamento delle conoscenze nell'ambito del controllo motorio della colonna vertebrale e degli arti, del suo ruolo nelle più comuni problematiche muscoloscheletriche attraverso la discussione critica delle ultime acquisizioni ed esercitazioni pratiche.



Acquisizione competenze di processo: Il corso favorisce l'acquisizione di competenze relative all'utilizzo appropriato dell'esercizio terapeutico nel processo di valutazione e trattamento in ambito riabilitativo, attraverso l'analisi della letteratura internazionali e delle indicazioni delle principali Società scientifiche internazionali.

Acquisizione competenze di sistema: Il corso favorisce l'acquisizione di competenze per la valutazione e discussione con riferimento alla pratica clinica e soprattutto alla gestione del paziente tanto nell'ambulatorio specialistico sul territorio attraverso l'esperienza di casi clinici.

CONTENUTI

Il corso di formazione mira ad arricchire il bagaglio tecnico del fisioterapista nell'ambito delle proposte di esercizio terapeutico efficaci in diversi disordini funzionali. La pratica riabilitativa rivolta alla correzione e al sostegno del rachide ha bisogno di ritrovare la dimensione di allenamento alle masse muscolari stabilizzatrici globali e parziali dei segmenti vertebrali.

Il lavoro della ginnastica vertebrale non può più essere visto solo nell'obiettivo della mobilizzazione articolare, ma per garantire un efficace intervento bisogna creare un'impalcatura muscolare di vero sostegno.

Scopo del corso è far acquisire ai discenti l'efficacia degli esercizi proposti dal metodo di J. Pilates, modificati con le moderne acquisizioni legate alle ricerche sul controllo motorio, con le odierne conoscenze della corretta dinamica e posizione della schiena, che un secolo fa non erano proprio chiare.

Durante il corso i partecipanti arriveranno a conoscere la giusta meccanica di attivazione muscolare per sviluppare forza nella muscolatura profonda, creare il supporto giusto per il controllo della giusta posizione della colonna in neutro, creare una seduta di riabilitazione individualizzata alle esigenze ed ai sintomi.

TIPOLOGIA e METODOLOGIE FORMATIVE:

La didattica si svolgerà attraverso una metodologia interattiva, caratterizzata da:

- attività in cui i partecipanti svolgono un ruolo attivo e il livello di interazione tra loro e con i docenti è ampio
- adattamento dei tempi in funzione delle esigenze di apprendimento
- un rapporto docente/corsisti di massimo 1/25
- spazio per domande e confronto tra docenti e partecipanti
- monitoraggio del processo e raccolta di feedback in itinere.

MODALITA' DI ISCRIZIONE: per info e iscrizioni visitare il sito AIFI Liguria <https://liguria.aifi.net/corso-di-formazione-approccio-riabilitativo-col-metodo-pilates/> - email: segreteria@liguria.aifi.net.

Il numero massimo di partecipanti previsto è 25.

MODALITA' DI VALUTAZIONE DELL'APPRENDIMENTO:

La valutazione del livello di apprendimento raggiunto dai partecipanti avverrà a conclusione del corso attraverso un questionario con domande a risposta breve e aperta.



PROGRAMMA DELL'EVENTO

APPROCCIO RIABILITATIVO COL METODO PILATES

Docente: Dott.ssa Michela Alvanini

12-13-14 aprile 2019

Sala Congressi Hotel Mediterranée, Genova Pegli

Venerdì 12 Aprile

- 9.00 - 10.00 Presentazione e spiegazione del perché Pilates in riabilitazione
10.00 - 11.00 I 6 principi del metodo Pilates (teoria)
11.00 - 12.00 Respirazione diaframmatica (pratica)
12.00 - 13.00 Depressione del cingolo scapolare e organizzazione cervicale (pratica)
13.00 - 14.00 Pausa pranzo
14.00 - 15.00 Allungamento assiale (pratica)
15.00 - 16.00 Contrazione del cingolo Pelvico (pratica)
16.00 - 17.00 Trasferimento del peso sugli AA. II. e sugli AA.SS. (pratica)
17.00 - 18.00 Classe di MAT col FOAM ROLLER

Sabato 13 Aprile

- Giornata mirata all'analisi dei principali esercizi della PMA (PilatesMondialAlliance)
9.00 - 9.30 Classe di MAT in stazione eretta
9.30 - 11.00 Sequenza di esercizi legati al cingolo scapolare (pratica) e classe con BANDA ELASTICA
11.00 - 12.00 Sequenza di esercizi legati alla mobilità del bacino e classe con RING (pratica)
12.00 - 13.00 Impostazione di una seduta di fisioterapia vertebrale
13.00 - 14.00 Pausa pranzo
14.00 - 17.00 Sequenza di esercizi in quadrupedia e di quelli sul fianco
17.00 - 18.00 Impostazione di una seduta di fisioterapia vertebrale con SOFT BALL.

Domenica 14 Aprile

- 8.30 - 10.30 Revisione di tutti gli esercizi
10.30-11.00 Il controllo consapevole e costante del movimento: teoria dell'apprendimento motorio (teoria)
11.00 - 12.00 Come scegliere gli esercizi da proporre. Lezione magistrale su caso clinico.
12.00 - 14.30 Revisione della progressione delle sedute di fisioterapia (in gruppi)
14.30 - 15.00 Valutazione dell'apprendimento somministrazione test ECM