

Master in

FISIOTERAPIA SPORTIVA

Seminario: Introduzione alla Fisioterapia Sportiva

Docente: **Alberto Blanco Martinez**



1° Giorno

15.00 - 15.30: Presentazione del Master e scopi del percorso didattico
15.30 - 16.15: Concetti di base di infortunio e tempo di recupero, approfondimento dei protocolli di trattamento in fisioterapia sportiva
16.15 - 16.30: Pausa Caffè
16.30 - 18.00: Diagnosi degli infortuni: concetti di base, metodologia della diagnosi
18.00 - 19.00: Diagnosi degli infortuni: applicazioni pratiche - casi clinici
19.00 - 20.30: Diagnosi degli infortuni: pratica clinica

2° Giorno

09.00 - 10.45: Tempi di restituito ad integrum dei differenti tipi di infortuni: distorsioni, fratture, lussazioni, sovraccarichi funzionali
• Tavola rotonda con i discenti
• Dibattito su come affrontare terapeutamente l'infortunio
10.45 - 11.00: Pausa Caffè
11.00 - 12.00: Psicologia generale e tecniche motivazionali nel rapporto tra terapeuta e atleta
• Strategie di supporto psicologico all'atleta
• Miglioramento del rendimento come terapeuta e come membro dello staff sanitario
• Come motivare l'atleta e come avere un'ottima relazione con il resto del gruppo tecnico (medici, preparatori fisici, allenatori)
12.00 - 14.00: Diagnosi e trattamento nelle lesioni sportive del ginocchio (prima parte)
14.00 - 15.30: Pausa pranzo
15.30 - 17.00: Propriocezione: recettori propriocettivi (prima parte)
• Principi
• Video
• Pratica di gruppo
17.00 - 17.15: Pausa Caffè
17.15 - 19.00: Propriocezione: recettori propriocettivi (seconda parte)
• Pratica di gruppo
19.00 - 20.00: Idroterapia negli infortuni sportivi: come guadagnare tempo con il lavoro in scarico in acqua
• Protocolli di trattamento in idroterapia
• Indicazioni e controindicazioni
• Casi clinici

3° Giorno

09.00 - 11.00: Alimentazione e sport
11.00 - 11.15: Pausa Caffè
11.15 - 12.00: Integratori e sport
12.00 - 14.00: Diagnosi e trattamento nelle lesioni sportive del ginocchio (seconda parte)

Seminario: Lesioni sportive ed infortuni della Spalla e del Gomito, analisi biomeccanica e trattamento degli infortuni negli sport di lancio come tennis, padel e golf

Docente: **Jesús Llanes Ontiveros**



1° Giorno

15.30 - 16.30: Classificazione delle lesioni sportive
• Lesioni muscolari
a. Classificazione
b. Valutazione e gestione
c. Lesioni muscolari tipiche degli sport di lancio
16.30 - 17.15: Lesioni legamentose
a. Classificazione
b. Valutazione e gestione
c. Lesioni legamentose tipiche degli sport di lancio
17.15 - 17.30: Pausa Caffè
17.30 - 18.30: Lesioni tendinee
a. Tendiniti e tendinosi
b. Teorie e modelli delle tendinopatie
c. Gestione delle tendinopatie
d. Caso clinico: Trattamento dell'epicondilita
18.30 - 19.00: Lesioni articolari tipiche degli sport di lancio
a. Labbro acetabolare
b. Menischi
c. Discopatie

19.00 - 19.30: La biomeccanica negli sport di lancio
a. Biomeccanica nel golf e lesioni più frequenti
b. Biomeccanica nel padel e lesioni più frequenti
c. Biomeccanica nel tennis e lesioni più frequenti
19.30 - 20.30: Prevenzione degli infortuni
• Importanza dell'individualizzazione dei piani di prevenzione
• Metodi chiave nella prevenzione degli infortuni
• Recupero post-competizione
• Basi di allenamento funzionale

2° Giorno

09.00 - 10.00: Lesioni di spalla: valutazione, trattamento e prevenzione
• Caratteristiche biomeccaniche e sintomi della spalla patologica nel lanciatore
• Importanza del gesto sportivo negli sport di lancio
Lesioni strutturali:
a. Lesione SLAP
b. Tendinopatia della cuffia dei rotatori
c. Lesioni da impingement
d. Instabilità articolare
e. GLRD e discinesia scapolare
f. Esplorazione diagnostica e test specifici
g. Proposte di trattamento
10.00 - 11.00: Tecniche manuali
a. Tecnica 1° costa
b. Tecnica 2° costa/piccolo pettorale
c. Mobilità scapolare
d. Tecnica SCOM
e. Tecnica ATM
f. Stretching muscolari
11.00 - 11.15: Pausa Caffè
11.15 - 13.00: Tecniche di Taping
a. Tecniche di stabilizzazione scapolare
b. Tecniche di riposizionamento della testa omerale
c. Tecniche di scarico
d. Tecniche di rinforzo globale
e. Tecniche di mobilizzazione con movimento
13.00 - 14.00: Lesioni di gomito: valutazione, trattamento e prevenzione
• Tendinopatia della muscolatura epitrocleare. Cause e indicazioni terapeutiche
• Patologia da intrappolamento: diagnosi differenziale del dolore mediale del gomito
a. Radicolopatia cervicale
b. Sindrome del pronatore rotondo
c. Intrappolamento del nervo ulnare
d. Trigger Point della muscolatura epitrocleare
• Tendinopatia della muscolatura epicondiloidea. Cause e indicazioni terapeutiche
• Patologia da intrappolamento: diagnosi differenziale del dolore laterale del gomito
a. Sindrome dell'arcata di Froshe
b. Trigger Point della muscolatura epicondiloidea
14.00 - 15.30: Pausa Pranzo
15.30 - 16.30: Test per il gomito e proposte di trattamento terapeutico
a. Tecniche manuali di mobilità articolare
b. Neurodinamica
c. Stretching muscolari
d. Protocollo di trattamento delle epicondiliti
16.30 - 16.45: Pausa caffè
16.45 - 18.15: Tecniche di Taping
a. Tecniche di scarico
b. Tecniche di stabilizzazione
18.15 - 20.00: Tecniche ed esercizi di rieducazione neuromuscolare

3° Giorno

09.00 - 10.30: Lesioni di polso: valutazione, trattamento e prevenzione
a. Complesso TFC triangolo fibrocartilagineo
b. Tendinopatia estensore ulnare del carpo
c. Instabilità articolare
10.30 - 10.45: Pausa Caffè
10.45 - 12.00: Esplorazione diagnostica e test specifici
a. Tecniche manuali di mobilità articolare
b. Tecniche di Taping
c. Tecniche ed esercizi di rieducazione neuromuscolare
12.00 - 14.00: Stabilizzazione lombopelvica
a. Importanza del core e delle catene cinetiche
b. Lesioni muscolari più comuni a carico del torchio addominale
c. Esercizi di stabilizzazione lombopelvica

Seminario: Bendaggio Neuromuscolare, di riposizionamento e di scarico

Docente: **Fernando Reyes Gil**



1° Giorno

15.30 - 17.00: Storia, definizione ed effetti fisiologici del bendaggio neuromuscolare, del bendaggio di riposizionamento e di scarico
17.00 - 17.15: Pausa Caffè
17.15 - 19.00: Meccanismi d'azione e principi di applicazione del bendaggio neuromuscolare, del bendaggio di riposizionamento e di scarico (prima parte)
19.00 - 20.30: Meccanismi d'azione e principi di applicazione del bendaggio neuromuscolare, del bendaggio di riposizionamento e di scarico (seconda parte)

2° Giorno

09.00 - 10.00: Ragionamento clinico, diagnosi e applicazione pratica del bendaggio neuromuscolare, del bendaggio di riposizionamento e di scarico per il rachide lombare
10.00 - 11.00: Ragionamento clinico, diagnosi e applicazione pratica del bendaggio neuromuscolare, del bendaggio di riposizionamento e di scarico per il rachide cervicale e dorsale
11.00 - 11.15: Pausa Caffè
11.15 - 12.30: Ragionamento clinico, diagnosi e applicazione pratica del bendaggio neuromuscolare, del bendaggio di riposizionamento e di scarico per il comparto di spalla
12.30 - 14.00: Ragionamento clinico, diagnosi e applicazione pratica del bendaggio neuromuscolare, del bendaggio di riposizionamento e di scarico per il comparto di gomito, polso e mano
14.00 - 15.30: Pausa Pranzo
15.30 - 17.00: Ragionamento clinico, diagnosi e applicazione pratica del bendaggio neuromuscolare, del bendaggio di riposizionamento e di scarico per il comparto d'anca.
17.00 - 18.30: Ragionamento clinico, diagnosi e applicazione pratica del bendaggio neuromuscolare, del bendaggio di riposizionamento e di scarico per il comparto di ginocchio.
18.30 - 18.45: Pausa Caffè
18.45 - 20.00: Ragionamento clinico, diagnosi e applicazione pratica del bendaggio neuromuscolare, del bendaggio di riposizionamento e di scarico per il comparto di caviglia e piede

3° giorno

09.00 - 10.00: Il bendaggio nel drenaggio linfatico: teoria e diagnosi
10.00 - 11.30: Il bendaggio nel drenaggio linfatico: opzioni di trattamento
11.30 - 11.45: Pausa Caffè
11.45 - 13.00: Il bendaggio nel drenaggio linfatico: pratica di trattamento
13.00 - 14.00: Bendaggi specifici secondo le patologie linfatiche

Seminario: Terapia manuale nelle lesioni sportive, casi clinici

Docente: **Juan Muro Zabaleta**



1° Giorno

15.30 - 16.30: Presentazione e introduzione ai concetti di base nel trattamento dell'atleta professionista
• Conoscenze di base che spesso passano inosservate ma che sono le chiavi per il trattamento ed il recupero dell'atleta
16.30 - 18.00: Caso Clinico 1: Tendinopatia bilaterale del Bicipite Femorale
• Tecnica manuale
• Mobilizzazione manuale dei processi spinosi lombari come tecnica diagnostica e terapeutica
18.00 - 18.15: Pausa Caffè
18.15 - 19.00: Caso Clinico 2: Patologie somatoviscerali
• Acquisizione del fatto che alcuni casi clinici legati a infortuni sportivi hanno una presentazione viscerale
• Terapia manuale: tecniche di mobilizzazione viscerale
19.00 - 20.30: Caso Clinico 3: Pubalgia
• Comprensione del rapporto tra anca e pube
• Tecniche manuali di distrazione dell'anca

2° Giorno

09.00 - 10.30: Caso Clinico 4: Infortuni del Retto Femorale
• Revisione di tutte le strutture che hanno rapporti con la biomeccanica del muscolo retto femorale
• Protocolli di prevenzione delle lesioni muscolari legate a questo muscolo
10.30 - 12.00: Caso Clinico 5: Meniscopatie
• Mobilizzazioni e tecniche manuali del ginocchio
12.00 - 12.15: Pausa Caffè
12.15 - 14.00: Caso Clinico 6: Infortuni e lesioni a carico delle strutture del mesopiede
• Tecniche di bendaggio per il controllo del piede in valgo
14.00 - 15.30: Pausa Pranzo
15.30 - 17.00: Caso Clinico 7: Sciatalgia e Arto Inferiore
• Revisione di tutte le strutture anatomiche che hanno rapporti anatomofunzionali con la regione glutea ed il terzo prossimale posteriore di coscia
• Riconoscimento clinico mediante palpazione e test
17.00 - 17.15: Pausa Caffè
17.15 - 18.30: Caso Clinico 8: Infortuni di Spalla
• Tecniche manuali per trattare i tessuti molli, la clavicola ed il muscolo gran pettorale
18.30 - 20.00: Caso Clinico 9: Disfunzioni dell'articolazione Sacroiliaca
• Tecniche di manipolazione diretta per il trattamento della cintura pelvica in disfunzione posteriore

3° Giorno

09.00 - 10.30: Caso Clinico 10: Lombalgia del calciatore
• Aspetti da prendere in considerazione per ridurre l'ipermobilità del segmento articolare L5-S1
• Presentazione di varie tecniche manuali
10.30 - 12.00: Caso Clinico 11: Tendinopatia Rotulea
• Visione globale per comprendere il processo fisiopatologico del Jumper's Knee senza prendere in considerazione solo lo stato patologico del tendine
12.00 - 12.15: Pausa Caffè
12.15 - 14.00: Caso clinico 12: Ginocchio del Corridore
• L'importanza del muscolo medio gluteo nel controllo della stabilità funzionale dell'arto inferiore

Seminario: Analisi Biomeccanica nello sport: la biomeccanica del running, del ciclismo e del calcio

Docente: **Isidro Fernández López**



1° Giorno

15.30 - 17.00: Introduzione all'analisi biomeccanica del running
17.00 - 17.15: Pausa Caffè
17.15 - 18.00: Analisi posturale dell'atleta
18.15 - 19.00: Analisi biomeccanica e test
a - Come effettuare una corretta analisi biomeccanica del runner: prove specifiche di mobilità nel runner
b - Parametri fondamentali dell'analisi cinetica e cinematica del running
19.00 - 20.30: Valutazione pratica dei discenti del gesto della corsa mediante video e analisi di software

2° Giorno

09.00 - 10.00: Valutazione delle calzature a seconda dell'analisi biomeccanica
10.00 - 11.00: Running retraining: frequenza e lunghezza del passo nel runner.
• Tecnica di corsa ed equilibrio biomeccanico
11.00 - 11.15: Pausa Caffè
11.15 - 12.00: Valutazione e tecniche globali di trattamento delle catene muscolari del corridore
12.00 - 13.00: Pianificazione di un programma di potenziamento muscolare per il corridore
13.00 - 14.00: Analisi della biomeccanica dell'anca nello sport
14.00 - 15.30: Pausa Pranzo
15.30 - 16.30: Analisi della biomeccanica nel ciclismo
16.30 - 17.30: Postura del ciclista: misurazione delle distanze manubrio/pedale/manubrio. Caso clinico
17.30 - 18.30: Fattori biomeccanici associati alle lesioni del ciclista
18.30 - 18.45: Pausa Caffè
18.45 - 20.00: Influenza e trattamento delle catene muscolari più coinvolte nel calcio

3° Giorno

09.00 - 10.00: Intrappolamento neurodinamico nel calcio
• Nervo Femorale
• Nervo Otturatore
• Nervo Femorocutaneo
• Nervo Sciatico
10.00 - 11.30: Analisi biomeccanica nel nuoto
11.30 - 11.45: Pausa Caffè
11.45 - 13.00: Trattamento con elettrolisi percutanea nelle lesioni muscolotendinee
13.00 - 14.00: Casi clinici

Seminario: Concetto, valutazione e trattamento della Pubalgia e della Lombalgia nello sportivo

Docente: **Juan Muro Zabaleta**



1° Giorno

15.30 - 17.00: Introduzione alla pubalgia
17.00 - 17.15: Pausa Caffè
17.15 - 18.00: Aspetti clinici della pubalgia
18.15 - 19.00: Anatomia della regione pubica
19.00 - 20.30: Sindromi che si manifestano con dolore inguinale

2° Giorno

09.00 - 10.30: Anatomia palpatoria
• Pratica
10.30 - 11.30: Esame fisico nel paziente pubalgico
11.30 - 12.00: Pausa Caffè
12.00 - 14.00: Concetto multifattoriale del dolore inguinale
14.00 - 15.30: Pausa Pranzo
15.00 - 17.00: Valutazione funzionale della regione pubica
17.00 - 18.00: Caso Clinico 1
• Pratica
18.00 - 18.15: Pausa Caffè
18.15 - 19.00: Caso Clinico 2
• Pratica
19.00 - 20.00: Caso Clinico 3
• Pratica

3° Giorno

09.00 - 10.00: Fisiopatologia e diagnosi differenziale della lombalgia nello sportivo
10.00 - 11.30: Patologie legate al rachide lombare nello sportivo
• Disfunzioni
• Obiettivi terapeutici
11.30 - 11.45: Pausa Caffè
11.45 - 12.30: Valutazione funzionale
12.30 - 14.00: Caso Clinico 4
• Pratica

Docente: **Alberto Blanco Martinez**



1° Giorno

- 15.30 - 17.00: Introduzione all'anatomia del sistema fasciale
- Istologia del tessuto connettivo
- 17.00 - 17.15: Pausa Caffè
- 17.15 - 18.00: Proprietà del tessuto connettivo e della fascia
- Effetti dell'applicazione di forze sul tessuto fasciale
- 18.15 - 19.00: Organizzazione e disfunzioni del sistema fasciale
- Alterazioni posturali e biodinamica
- 19.00 - 20.30: Principi ed effetti del trattamento sul tessuto connettivo
- Applicazione pratica: tecniche di trattamento superficiale
- Palpazione ed ascolto

2° Giorno

- 09.00 - 10.00: Anatomia e fisiopatologia del rachide cervicale
- 10.00 - 11.30: Applicazione pratica delle tecniche di trattamento delle fasce cervicali
- Induzione suboccipitale
- Fascia paravertebrale
- SCOM
- Fasce cervicali profonde
- Fascia trapezio-angolare della scapola
- Equilibratura dello ioide
- Fascia sopraioidea
- 11.30 - 11.45: Pausa Caffè
- 11.45 - 12.30: Anatomia e fisiopatologia dell'arto superiore
- 12.30 - 14.00: Applicazione pratica delle tecniche di trattamento della fascia dell'arto superiore
- Fascia pettorale maggiore/minore
- Fascia omotoracica
- Fascia anteriore del braccio
- Fascia anteriore dell'avambraccio
- Legamento anulare del carpo
- 14.00 - 15.30: Pausa Pranzo
- 15.30 - 17.00: Anatomia e fisiopatologia del rachide lombare e della pelvi
- 17.00 - 17.15: Pausa Caffè
- 17.15 - 18.00: Applicazione pratica delle tecniche di trattamento delle fasce della regione lombare e della pelvi
- Fascia renale/quadrato lombare
- Equilibratura bilaterale della fascia pelvica
- Fascia dello psoas
- Tecnica di liberazione del sacro
- 18.00 - 19.00: Anatomia e fisiopatologia dell'arto inferiore
- 19.00 - 20.00: Applicazione pratica delle tecniche di trattamento delle fasce dell'arto inferiore
- Tendine comune dei rotatori esterni dell'anca
- Loggia posteriore di coscia
- Banderella ileotibiale
- Fossa poplitea
- Loggia posteriore del polpaccio
- Comparto tibiale posteriore
- Fascia plantare

3° Giorno

- 09.00 - 10.30: Concetti anatomici, biomeccanici e fisiopatologici del diaframma e del mediastino
- 10.30 - 11.30: Applicazione pratica delle tecniche di trattamento del diaframma e del mediastino
- Stretching diaframmatico
- Inibizione del centro frenico
- Equilibratura del mediastino anteriore/posteriore
- Equilibratura dell'ingresso toracico
- 11.30 - 11.45: Pausa Caffè
- 11.45 - 12.30: Concetti anatomici, biomeccanici e fisiopatologici del sistema viscerofasciale
- 12.30 - 14.00: Test diagnostici e tecnica di equilibratura dei quadranti viscerali
- Cieco
- Sigmoidoide
- Fegato
- Stomaco
- 14.00 - 15.00: Esame finale per il conseguimento del titolo di "Master in Fisioterapia Sportiva" - Prova Orale e Pratica

Organizzazione Scientifica



Provider AGE.NA.S. n°3835

Seguici sui Social

PhisioVit



i Info



338.1083545



info@phisiovit.it



www.phisiovit.it

