

## Obiettivi

Al termine del corso il partecipante sarà in grado di:

- Conoscere le basi patogenetiche dei Trigger Points (TrPs) ed i loro effetti sull'organismo
- Saper fare diagnosi di Trigger Points (TrPs)
- Eseguire un'appropriata valutazione dei Trigger Points (TrPs) del paziente
- Conoscere l'attivazione e le caratteristiche cliniche di almeno venticinque muscoli differenti
- Riconoscere l'importanza dei Trigger Points (TrPs) all'interno della sintomatologia di ciascun paziente
- Integrare il trattamento dei Trigger Points (TrPs) con le tecniche articolari
- Inquadrare i Trigger Points (TrPs) all'interno delle disfunzioni più comuni del rachide cervicale, spalla, rachide lombare, anca e ginocchio
- Applicare le tecniche di trattamento conservativo più spesso utilizzate (compressione ischemica, tecniche a energia muscolare, contrazioni assistite, stretching locale, rilasciamento posizionale)

Organizzazione Scientifica



Provider AGE.NA.S. n°3835

Seguici sui Social

PhisioVit



**i** Info



338.1083545



info@phisiovit.it



www.phisiovit.it

## IL RUOLO DEI TRIGGER POINTS

*nel dolore muscoloscheletrico:  
un approccio integrato EBM*

I Trigger Points (TrPs) sono delle aree ipersensibili all'interno di una fibra muscolare costituiti da un insieme di sarcomeri in stato di continua contrazione. Il dolore viene generato dall'accumulo di sostanze algogene e infiammatorie (Sostanza P, CGRP, istamina, citochine) che non vengono adeguatamente smaltite, andando a creare una sensibilizzazione a livello dei nocicettori periferici e innescando una cascata di eventi che può portare a sensibilizzazione centrale. I Trigger Points (TrPs) sono alla base della sindrome miofasciale e sono stati studiati in letteratura in tutte le maggiori affezioni muscoloscheletriche: cefalea tensiva, emicrania, dolore cervicale, dolore lombare, impingement di spalla, artrosi di ginocchio, tendinopatie. Si possono formare in seguito a sovraccarico funzionale determinato da posture mantenute, in conseguenza di schemi di movimento errati e ripetuti nel tempo o dopo traumi, inoltre fattori quali lo stress sia fisico che psicologico possono giocare un ruolo fondamentale agendo come elementi aggravanti. I Trigger Points (TrPs) sono responsabili sia di dolore locale che riferito a distanza, di debolezza e incoordinazione motoria, di sintomi autonomici quali cefalea, vertigini, nausea e acufeni, di precoce affaticamento del muscolo e di alterato timing di reclutamento muscolare. Inoltre, essendo sorgenti di dolore profondo e costante, sono in parte responsabili della sensibilizzazione centrale, fenomeno che porta ad un abbassamento della soglia del dolore anche in zone lontane dai TrPs e alla base di molti dolori cronici. Da qui emerge l'importanza della loro individuazione per poterli trattare nel modo corretto.

## Un corso strutturato appositamente per riconoscere e trattare i Trigger Points (TrPs)

In questo percorso didattico dal titolo "Il ruolo dei Trigger Points (TrPs) nel dolore muscoloscheletrico: un approccio integrato EBM" verranno presentate le più recenti evidenze in letteratura sulle ipotesi patofisiologiche dei Trigger Points (TrPs), sulla loro diagnosi e sul loro trattamento. In particolare si entrerà nello specifico discutendo del ruolo che i TrPs rivestono nelle patologie del rachide cervicale, al loro ruolo nelle sindromi da colpo di frusta e nelle cervicalgie non traumatiche in accordo con quanto emerso dagli studi più recenti a riguardo su cui il docente incaricato, Matteo Castaldo, ha svolto un dottorato di ricerca (PhD) presso l'Università di Aalborg, affiancandolo all'attività clinica su paziente. Sarà inoltre affrontato il ruolo dei TrPs nelle patologie di spalla, in quelle lombari, di anca e di ginocchio, situazioni in cui sono spesso coinvolti e sovente poco considerati nonostante la letteratura a riguardo. Il corso si compone di una notevole parte pratica in cui i partecipanti impareranno tramite la palpazione a fare diagnosi di TrPs, a evocare il dolore riferito e la Local Twitch Response (LTR), potranno inoltre praticare le tecniche più comunemente usate per il trattamento dei TrPs:

- Compressione diretta
- Contrazioni assistite
- Stretching locale
- Rilasciamento posizionale
- Tecniche a energia muscolare (MET)

## Programma

Il corso, dal titolo "Il ruolo dei Trigger Points (TrPs) nel dolore muscoloscheletrico: un approccio integrato EBM", verrà tenuto dal Dr. Matteo Castaldo, fisioterapista, PhD, Research assistant Aalborg University (Danimarca), professore a contratto nel Master in Fisioterapia applicata allo Sport, Università degli Studi di Siena. Gli orari andranno dalle 9.00 alle 17.00 per tutte e tre le giornate, con pause caffè previste alle 11.00 e alle 15.45 di ogni giornata e pause pranzo previste alle 13.00 di ogni giornata.

### 1° Giorno

09.00 - 11.00: Definizione, classificazione, eziopatogenesi, criteri diagnostici  
11.00 - 11.15: Pausa Caffè  
11.15 - 12.00: Mappe dei muscoli principali  
12.00 - 13.00: Pratica di palpazione dei muscoli del cranio e articolazione temporomandibolare (ATM)  
13.00 - 14.00: Pausa Pranzo  
14.00 - 15.45: Pratica di palpazione dei muscoli cervicali  
15.45 - 16.00: Pausa Caffè  
16.00 - 17.00: Teoria sul trattamento (EBM): compressione ischemica, tecniche a energia muscolare (MET), contrazioni assistite, stretching locale, rilasciamento posizionale

### 2° Giorno

09.00 - 10.00: I TrPs nelle disfunzioni del rachide cervicale  
10.00 - 11.00: Valutazione del rachide cervicale (pratica)  
11.00 - 11.15: Pausa Caffè  
11.15 - 12.00: Pratica di trattamento dei TrPs dei muscoli del rachide cervicale  
12.00 - 13.00: I TrPs nelle disfunzioni di spalla  
13.00 - 14.00: Pausa Pranzo  
14.00 - 14.45: Valutazione della spalla (pratica)  
14.45 - 15.45: Pratica di trattamento dei TrPs dei muscoli della spalla e dell'arto superiore  
15.45 - 16.00: Pausa Caffè  
16.00 - 17.00: I TrPs nella cefalea

### 3° Giorno

09.00 - 10.00: Pratica di trattamento dei TrPs dei muscoli del cranio e articolazione temporomandibolare (ATM)  
10.00 - 12.00: I TrPs nelle disfunzioni del rachide lombare  
12.00 - 13.00: Pratica di trattamento dei TrPs dei muscoli del tratto lombare  
13.00 - 14.00: Pausa Pranzo  
14.00 - 15.00: I TrPs nelle disfunzioni di anca e ginocchio  
15.00 - 15.45: Pratica di trattamento dei TrPs dei muscoli dell'arto inferiore (prima parte)  
15.45 - 16.00: Pausa Caffè  
16.00 - 16.50: Pratica di trattamento dei TrPs dei muscoli dell'arto inferiore (seconda parte)  
16.50 - 17.00: Moduli ECM, consegna dei diplomi e chiusura del corso

RESPONSABILE  
SCIENTIFICO  
E DOCENTE



Dott.

**Matteo Castaldo**

Fisioterapista, PhD, Research  
assistant Aalborg University

