

PUMP TECHNIQUES E POMPAGE

TEORIA, PRATICA E CLINICA

PRESENTAZIONE

Uno sguardo d'ineme

Le Pump Techniques originarie sono state ideate dall'osteopata statunitense Earl Miller nel 1920, con lo scopo di favorire la mobilità del torace e il flusso linfatico. Successivamente, in base agli studi di Angus Cathie sulla fascia degli anni '70, il fisioterapista francese Marcel Bienfait ha messo a punto ulteriori tecniche di pompaggio muscolari, articolari e antalgiche, denominate Pumpages.

Caratteristiche delle Pump Techniques

Le Pump Techniques sono caratterizzate da un'alternanza di pressioni e decompressioni ritmiche, che variano per durata e velocità, applicate ai vari distretti corporei, con l'obiettivo di migliorare la circolazione venosa e linfatica, ridurre il dolore e aumentare la mobilità articolare e miofasciale. Le Pump Techniques originarie, con scopo linfatico/circolatorio, si effettuano in due tempi (messa in tensione e rilasciamento/ritorno), con un ritmo variabile tra i 20/30 e i 110/120 cicli al minuto. Le Pump Techniques con scopo articolare o muscolare (Pompages) si effettuano in tre tempi (messa in tensione, mantenimento, rilasciamento/ritorno). La messa in tensione è una trazione progressiva che cerca di arrivare alla barriera (limite del movimento passivo); il mantenimento è caratteristico delle Pump Techniques articolari e muscolari e serve a favorire la decoattazione articolare e la detensione miofasciale, fino al rilasciamento progressivo, o release miofasciale. La fase di ritorno serve a riportare le strutture interessate alla loro condizione neutra. L'effetto terapeutico si manifesta grazie alla tensione mantenuta e/o alle ripetizioni della tecnica. L'applicazione delle Pump Techniques dipende dall'obiettivo terapeutico, dalla fase del disturbo (acuta, sub acuta, cronica) e dalla collocazione di tali tecniche nell'ambito del progetto terapeutico individuale.

Applicazioni terapeutiche, indicazioni e scopi

Una sempre crescente letteratura scientifica conferma l'efficacia di tali tecniche per il miglioramento della circolazione venosa e linfatica, la riduzione del

dolore e il recupero della mobilità. In particolare, le Pump Techniques sembrano migliorare alcuni parametri soggettivi (percezione di benessere) e oggettivi (funzionalità polmonare, mobilità diaframmatica e durata di ospedalizzazione) nei soggetti sani, nei bambini con asma, nei soggetti con polmonite e nei post operati di cardiocirurgia e chirurgia addominale. I Pumpage hanno dimostrato di essere efficaci per il miglioramento delle capacità funzionali e della qualità di vita nelle persone con cervicalgia, e dell'equilibrio nelle persone con osteoartrosi al ginocchio. Il Pumpage, unito ad altre tecniche, migliora il dolore nelle persone con fibromialgia.

- Vanti C., Ruggeri M. - The Pumpage Technique, a Narrative Review - La Tecnica Pumpage, revisione narrativa della letteratura. *Scienza Riabilitativa* 2016;18(4):18-27
- Vanti C., Ruggeri M. - The Pump Techniques, New Trends and Evidence - Le Pump Techniques, nuovi orientamenti e prove di efficacia. *Scienza Riabilitativa* 2020;22(2): 23-33

La struttura del corso, la didattica e l'unicità del progetto formativo

I contenuti del corso comprendono le basi teoriche relative al sistema miofasciale (il concetto di fascia, le catene miofasciali, la patologia della fascia), i principi terapeutici, le manualità e le applicazioni cliniche delle Pump Techniques. I cenni di anatomia funzionale dei distretti coinvolti e il dettagliato insegnamento delle metodiche di trattamento mediante Pump Techniques di tipo linfatico/circolatorio, di tipo articolare e di tipo muscolare guidano il partecipante ad un utilizzo mirato di queste procedure terapeutiche nella propria pratica clinica. Con quattro giorni divisi in due moduli, oltre 30 ore di didattica, l'80% di pratica affidata alla Prof.ssa Carla Vanti e il libro di testo *Tecnica Pumpage - Il release miofasciale* (Edizioni Piccin) inclusi, il corso residenziale "Le Pump Techniques: teoria, pratica e clinica" spicca come uno dei migliori progetti formativi con crediti ECM mai realizzati in questo ambito.



RESPONSABILE



Carla Vanti

Fisioterapista, OMPT, MSc, professore di Terapia Manuale alle Università di Bologna e di Padova

L'AUTRICE

Carla Vanti, cui è affidata la responsabilità scientifica e l'insegnamento di "Le Pump Techniques: teoria, pratica e clinica" è terapeuta della riabilitazione, dottore in fisioterapia, dottore magistrale in Scienze della Riabilitazione e specialista in Terapia Manuale. È libera professionista e professore a contratto di Terapia Manuale nelle Università degli Studi di Bologna e di Padova. È docente di Terapia Manuale e Pumpage dal 1994. È autrice di oltre 100 lavori scientifici pubblicati in Italia e all'estero, fra cui 5 monografie, 6 capitoli in monografie e oltre 90 pubblicazioni in riviste italiane e internazionali. I suoi articoli sulla fisioterapia e sulla terapia manuale sono stati pubblicati sulle più prestigiose riviste del settore quali *Physical Therapy*, *Manual Therapy*, *The Journal of Manipulative and Physiological Therapeutics*, *BMC Musculoskeletal Disorders*, *Spine*, *European Spine Journal*, *Disability and Rehabilitation*, *The Journal of Pain*, *Pain Practice* e *Hand*. È socio fondatore del McKenzie Institute Italia, del Gruppo Italiano di Terapia Manuale e della Società Italiana di Fisioterapia. È Associate Editor delle riviste *Scienza Riabilitativa* e *Archives of Physiotherapy* e revisore per oltre dieci riviste edite a livello internazionale in lingua inglese.

OBIETTIVI

Al termine del corso il partecipante sarà in grado di:

- Applicare con correttezza le Pump Techniques secondo le loro diverse tipologie (linfatico/circolatoria, articolare, muscolare, antalgica)
- Applicare le Pump Techniques ai vari distretti corporei
- Integrare le Pump Techniques alle altre procedure di trattamento delle disfunzioni muscoloscheletriche, respiratorie e circolatorie
- Formulare un piano di trattamento individualizzato per il paziente, seguendo le principali linee guida e sequenze terapeutiche
- Individuare indicazioni, controindicazioni e precauzioni per l'uso delle Pump Techniques

PROGRAMMA

Il corso, della durata di quattro giorni articolati in due moduli di due giorni consecutivi ciascuno, è tenuto dalla docente Carla Vanti, fisioterapista, MSc, OMPT, professore a contratto di Terapia Manuale nel Master in Fisioterapia Muscoloscheletrica dell'Università di Bologna e nel Master in Terapia Manuale e Riabilitazione Muscoloscheletrica dell'Università di Padova.

I seminari: Introduzione alle Pump Techniques, basi teoriche, sequenze di tipo linfatico/circolatorio e articolare. Docente: Dott.ssa Carla Vanti

GIORNO 1

09.00 - 11.00: Introduzione alle Pump Techniques:

- Basi teoriche, caratteristiche, indicazioni, evidenze scientifiche

11.00 - 11.15: Pausa Caffè

11.15 - 13.00: La manualità di base delle Pump Techniques:

- Le Pump Techniques di tipo linfatico/circolatorio, articolare e muscolare

13.00 - 14.00: Pausa Pranzo

14.00 - 16.00: Esercitazione pratica:

- Sequenze di pump techniques di tipo linfatico/circolatorio
- Cranio e rachide cervicale
- Torace superiore: decompressione suboccipitale, release dell'ingresso toracico, trazione pettorale, pump linfatico toracico, pump toracico con attivazione

16.00 - 16.15: Pausa Caffè

16.15 - 18.00: Esercitazione pratica:

- Sequenze di pump techniques di tipo linfatico/circolatorio
- Torace inferiore
- Addome e bacino: doming del diaframma, elevazione costale, pump linfatico addominale, pump del bacino e dell'anca

GIORNO 2

09.00 - 11.00: Ripasso della giornata precedente e discussione. Esercitazione pratica:

- Sequenze di Pump Techniques di tipo linfatico/circolatorio
- Arto inferiore e arto superiore: pump linfatico del ginocchio, pump linfatico podalico, pump linfatico della spalla, del gomito e del polso

11.00 - 11.15: Pausa Caffè

11.15 - 13.00: Esercitazione pratica:

- Sequenze di Pump Techniques di tipo articolare
- Cranio e rachide cervicale: CO/C1, CO/C2, CO/C7-D1, cervicale in flessione, rotazione ed estensione

13.00 - 14.00: Pausa Pranzo

14.00 - 16.00: Esercitazione pratica:

- Sequenze di Pump Techniques di tipo articolare
- Tronco, torace e distretto lombare: tronco prono e supino, lombare prono, lombare in flessione e in estensione

16.00 - 16.15: Pausa Caffè

16.15 - 17.45: Esercitazione pratica:

- Sequenze di Pump Techniques di tipo articolare
 - Bacino e anca: sacro-iliache, sinfisi pubica, coxo-femorale
- 17.45 - 18.00: Discussione

Il seminario: Pump Techniques, sequenze di tipo articolare e muscolare. Docente: Dott.ssa Carla Vanti

GIORNO 3

09.00 - 11.00: Ripasso del seminario precedente e discussione. Esercitazione pratica:

- Sequenze di Pump Techniques di tipo articolare
- Arto inferiore: femoro-tibiale, femoro-rotulea, tibio-astragalica, astragalo-calcaneare, articolazioni del piede

11.00 - 11.15: Pausa Caffè

11.15 - 13.00: Esercitazione pratica:

- Sequenze di Pump Techniques di tipo articolare
- Arto superiore: gleno-omeroale, scapolo-toracica, gomito, polso, articolazioni della mano

13.00 - 14.00: Pausa Pranzo

14.00 - 16.00: Esercitazione pratica:

- Sequenze di Pump Techniques di tipo muscolare
- Cranio e rachide cervicale: epicranici, scaleni, SCOM, trapezio superiore, elevatore della scapola

16.00 - 16.15: Pausa Caffè

16.15 - 17.45: Esercitazione pratica:

- Sequenze di Pump Techniques di tipo muscolare
- Torace e tronco - parte I: trapezio medio e inferiore, romboidi, piccolo pettorale, grande pettorale, grande dorsale

17.45 - 18.00: Discussione

GIORNO 4

09.00 - 11.00: Ripasso della giornata precedente e discussione. Esercitazione pratica:

- Sequenze di Pump Techniques di tipo muscolare
- Torace e tronco - parte II: diaframma, intercostali, obliquo interno, obliquo esterno, grande dentato

11.00 - 11.15: Pausa Caffè

11.15 - 13.00: Esercitazione pratica:

- Sequenze di Pump Techniques di tipo muscolare
- Bacino: quadrato dei lombi, ileo-psoas, piriforme, grande gluteo, abduttori dell'anca

13.00 - 14.00: Pausa Pranzo

14.00 - 16.00: Esercitazione pratica:

- Sequenze di Pump Techniques di tipo muscolare
 - Arto inferiore e arto superiore: ischiocrurali, quadricipite, tricipite surale, deltoide anteriore, bicipite brachiale, tricipite brachiale
- 16.00 - 16.15: Pausa Caffè
- 16.15 - 17.45: Linee guida e sequenze di trattamento:
- Lavoro di gruppo su casi clinici guidati
- 17.45 - 18.00: Verifica ECM e consegna degli attestati di fine corso

Organizzazione Scientifica - Provider AGE.N.A.S. n°3835



CREDITI

46,5 ECM

Info

☎ 338 10 83 545
✉ info@phisiovit.it
🌐 www.phisiovit.it

Conforme ai requisiti della Norma
EN ISO 9001:2015



Certificato No. IT19-7301A

Registrato con accreditamento ECM presso



AGE.N.A.S.

Ente del Ministero della Salute

Programma nazionale
Educazione Continua in Medicina