

IL TRATTAMENTO DELLE PATOLOGIE DEL GINOCCHIO

TERAPIA MANUALE ED ESERCIZIO TERAPEUTICO

PRESENTAZIONE DEL CORSO

IL GINOCCHIO, UN'ARTICOLAZIONE MOLTO COMPLESSA

Il ginocchio è una delle articolazioni più resistenti del corpo umano ma anche una di quelle maggiormente sottoposte a stress funzionale: se da un lato è sufficientemente mobile da consentire il movimento della gamba, indispensabile per svolgere molte attività quotidiane e atletiche, dall'altro è sufficientemente forte da farsi carico del peso del corpo. Si tratta di un'articolazione che si forma dall'incontro di tre ossa: femore, tibia e rotula. Le prime due entrano in intimo contatto nelle loro porzioni distali, mentre la rotula si colloca anteriormente al femore contraendo con quest'ultimo un'articolazione specifica detta femoro-rotulea. Le superfici ossee sono rivestite da un sottile strato cartilagineo che le protegge, le rende congrue ad articolarsi all'altro capo articolare e che fa sì che siano estremamente lisce, scongiurando in questo modo pericolosi attriti durante il movimento. Tra il femore e la tibia è presen-

te inoltre un'ulteriore struttura fibrocartilaginea, il menisco, che assorbe gli shock prevenendo il contatto fra le ossa durante attività fisiche intense come la corsa o il salto. Infine le ossa del ginocchio sono circondate da una capsula avvolta da una membrana responsabile della produzione del liquido sinoviale, che a sua volta è responsabile della lubrificazione dell'articolazione e del suo nutrimento. La capsula è in connessione diretta con i legamenti che mantengono il ginocchio in posizione, ne rafforzano la struttura e garantiscono il corretto posizionamento delle ossa. La rotula è tenuta in posizione dal legamento patellare che si estende dal bordo inferiore della rotula stessa fino alla tibia. Posteriormente invece i legamenti poplitei obliquo ed arcuato uniscono il femore alla tibia e al perone. Infine i legamenti collaterali mediale e laterale connettono femore, tibia e perone impedendo che il ginocchio si muova lateralmente verso l'interno o l'esterno, mentre i crociati prevengono l'estensione eccessiva del ginocchio (crociato anteriore) e impediscono alla tibia di muoversi posteriormente rispetto al femore (crociato posteriore). Una serie di altre strutture contribuiscono a proteggere l'articolazione da forze esterne e attriti: in particolare le borse, ovvero piccoli sacchetti contenenti liquido lubrificante e formazioni



di tessuto adiposo che aiutano rispettivamente a ridurre l'attrito tra le ossa e a fare da cuscinetto col preciso compito di assorbire le forze esterne.

A COSA SERVE IL GINOCCHIO?

Il ginocchio permette la flessione e l'estensione della parte inferiore della gamba rispetto alla coscia. Il suo raggio di movimento è limitato dalla sua stessa anatomia e si ferma a circa 120° ma, rispetto ad altre articolazioni simili, quando è moderatamente flesso permette una certa libertà di rotazione verso l'interno e l'esterno.

IL CORSO

Come si è visto il ginocchio è sicuramente una delle articolazioni più complesse quindi anche una di quelle più trattate e discusse a livello riabilitativo: l'evoluzione delle tecniche chirurgiche e delle metodologie di ricerca in terapia manuale ed esercizio terapeutico stanno letteralmente rivoluzionando l'approccio riabilitativo a questa articolazione. Il corso è strutturato su lezioni frontali ed



abbondanti sessioni pratiche, parte da una solida base di anatomia funzionale, biomeccanica del gesto, neurofisiologia e patomeccanica, per arrivare a sintetizzare le più moderne ed efficaci tecniche di valutazione, di terapia manuale e di trattamento del ginocchio. Particolare attenzione è rivolta anche al trattamento post-chirurgico e all'impostazione di programmi di esercizio terapeutico con dosimetria e tempi.

OBIETTIVI DEL CORSO

Al termine del corso il partecipante sarà in grado di:

- Effettuare una corretta e puntuale valutazione funzionale
- Impostare ed eseguire programmi di trattamento manuale secondo le più recenti evidenze scientifiche
- Impostare percorsi di esercizio terapeutico e ripresa del gesto sportivo, post-intervento chirurgico e post-infortunio

PROGRAMMA DEL CORSO

Il corso **“Il trattamento delle patologie del ginocchio, terapia manuale ed esercizio terapeutico”**, della durata di due giorni consecutivi verrà tenuto dal Dr. Diego Marutti, fisioterapista, dottore in scienze motorie, osteopata, docente presso l'Università degli studi di Brescia, responsabile fisioterapico VBC Pomi Casalmaggiore (Serie A1).

1° GIORNO

- 08.45 - 09.00:** Registrazione dei partecipanti
- 09.00 - 10.00:** Anatomia funzionale e considerazioni biomeccaniche

- 10.00 - 11.00:** Anatomia palpatoria e test clinici
- 11.00 - 11.15:** Pausa Caffè
- 11.15 - 13.00:** Valutazione funzionale e terapia manuale dell'articolazione femoro-tibiale

13.00 - 14.00: Pausa Pranzo

- 14.00 - 15.00:** Valutazione funzionale e terapia manuale dell'articolazione femoro-rotulea
- 15.00 - 16.00:** Valutazione funzionale e terapia manuale dell'articolazione peroneo-tibiale prossimale e distale
- 16.00 - 16.15:** Pausa Caffè
- 16.15 - 18.00:** Considerazioni riabilitative sul paziente post-chirurgico con discussione di casi clinici

2° GIORNO

- 09.00 - 10.00:** Tecniche muscolari
 - Trigger Points (TrPs)
 - M.E.T. (Muscle Energy Technique)
- 10.00 - 11.00:** Tecniche neurodinamiche, valutazione funzionale e trattamento manuale
- 11.00 - 11.15:** Pausa Caffè
- 11.15 - 12.00:** La sindrome della bandelletta ileo-tibiale
- 12.00 - 13.00:** Lesioni legamentose complesse e lesioni meniscali

13.00 - 14.00: Pausa Pranzo

- 14.00 - 15.00:** La condropatia femoro-rotulea
- 15.00 - 16.00:** L'imaging del ginocchio
- 16.00 - 16.15:** Pausa Caffè
- 16.15 - 17.45:** Esercizio terapeutico e autotrattamento
- 17.45 - 18.00:** Revisione degli argomenti trattati, domande e risposte, questionari ECM e consegna dei diplomi di fine corso

Organizzazione Scientifica - Provider AGE.NA.S. n°3835



Registrato con accreditamento ECM presso



AGE.NA.S.

Ente del Ministero della Salute

Programma nazionale
Educazione Continua in Medicina

Conforme ai requisiti della Norma
EN ISO 9001:2015



Certificato No. IT19-7301A

Info

- ☎ 0761 221482
- ✉ info@phisiovit.it
- 🌐 www.phisiovit.it

Seguici sui Social
PhisioVit

