

# FISIOTERAPIA E RIABILITAZIONE DEL PAVIMENTO PELVICO

# DOLORE PELVICO CRONICO

## PRESENTAZIONE

### La struttura del corso ed il razionale scientifico

Questo progetto didattico dal titolo "Fisioterapia e Riabilitazione nella Sindrome del Dolore Pelvico Cronico" interamente curato dalla Dott.ssa Arianna Bortolami è in versione blended, ovvero prevede tutta la teoria in modalità FAD sincrona e tutta la pratica in modalità residenziale in aula. Si tratta di un modulo didattico specificatamente progettato per la gestione riabilitativa della Sindrome del Dolore Pelvico Cronico (Chronic Pelvic Pain Syndrome - CPPS) che è una condizione determinata dalla presenza di dolore cronico o persistente da almeno sei mesi percepito in strutture correlate alla pelvi, in assenza di comprovate infezioni o altra evidente patologia locale che possa essere responsabile del dolore. I sintomi possono comprendere il basso tratto urinario, gli organi sessuali, il tratto intestinale, l'apparato ginecologico; spesso le conseguenze riguardano l'ambito cognitivo, comportamentale, sessuale, emotivo. Il dolore può essere percepito in uno o più organi o zone. Tale sindrome, che può colpire sia uomini che donne, costituisce una condizione così invalidante da limitare gravemente la vita di chi ne soffre. Negli ultimi anni la letteratura scientifica, riconoscendo l'esistenza di questa sindrome, ne ha identificato

le condotte diagnostico-terapeutiche, indicando il sistema muscolo-scheletrico come uno degli apparati coinvolti, particolarmente per quanto riguarda i muscoli del pavimento pelvico; ha inoltre riconosciuto la fisioterapia tra le terapie indicate nella gestione di tale sindrome.

### La struttura didattica

Il corso si svolge in modalità blended dapprima in un'aula virtuale sincrona quindi in un'aula fisica con l'organizzazione di PhisioVit, una relatrice ed un massimo di venticinque partecipanti. Il tutto è così strutturato per accompagnare il discente a ricevere progressivamente le abilità necessarie alla gestione dei pazienti attraverso l'educazione alla fisioterapia e alla riabilitazione del pavimento pelvico. La didattica pertanto è offerta secondo queste modalità:

- STEP 1 - si inizia con le lezioni teoriche introduttive in FAD sincrona, sulla piattaforma didattica di PhisioVit dalle 15.30 alle 20.00. Di tale diretta sarà disponibile la registrazione, rilasciata nel pannello di controllo dell'utente sin dal giorno successivo alla diretta stessa.
- STEP 2 - successivamente allo studio teorico in FAD sincrona, ci si incontra in presenza in aula per

affrontare le lezioni pratiche dalle 8.30 alle 17.30.

- STEP 3 - al termine della giornata in presenza, dopo aver superato la prova di valutazione ECM (\*1), viene consegnato un attestato di partecipazione conforme EN ISO 9001:2015.

- STEP 4 (FACOLTATIVO) - per chi lo desiderasse, al termine delle lezioni si potranno effettuare esercitazioni di carattere pratico direttamente sulla zona genitale tra i corsisti presenti e che ne danno l'assenso. Queste esercitazioni sono ulteriori alla pratica già prevista nella didattica del corso e sono facoltative per due motivi: l'estrema intimità del contatto e l'orario utilizzato a fine giornata. Le esercitazioni saranno relative alla valutazione manuale e agli esercizi terapeutici e saranno effettuate a gruppi di due o tre corsisti in spazi separati. Saranno coordinate dalla docente che stazionerà a turno tra i gruppi: questo laboratorio didattico non rientra nel calcolo crediti, pertanto chi non volesse partecipare non perderà i crediti ECM previsti. La durata della sessione (min. 45 minuti - max. 1 ora) dipenderà dal numero delle adesioni ed il costo è di €50 a partecipante (da saldare anticipatamente o direttamente in sede).

(\*1) Per ricevere i crediti ECM è obbligatoria la partecipazione sia alla diretta che alla giornata in presenza per almeno il 90% della durata di entrambe ai fini del conseguimento dei crediti formativi e previo superamento della prova pratica di apprendimento somministrata dalla docente al termine delle lezioni in aula.

## COSA SI OTTIENE NELLA PRIMA PARTE IN FAD SINCRONA

Il partecipante regolarmente iscritto ha diritto a:

- Accesso all'aula plenaria virtuale dove si svolgono i lavori
- Assistenza tecnica pre, durante e post corso
- Chat dedicata alle domande
- Interazione via microfono/webcam con la relatrice
- Registrazione delle lezioni on line (\*2)
- Dispense appositamente progettate dalla Dott.ssa Arianna Bortolami

(\*2) Entro qualche ora dalla conclusione delle lezioni on line, la registrazione delle stesse sarà disponibile in piattaforma didattica sul proprio pannello di controllo.

## COME SI SVOLGONO LE SESSIONI PRATICHE DELLA SECONDA PARTE RESIDENZIALE IN PRESENZA

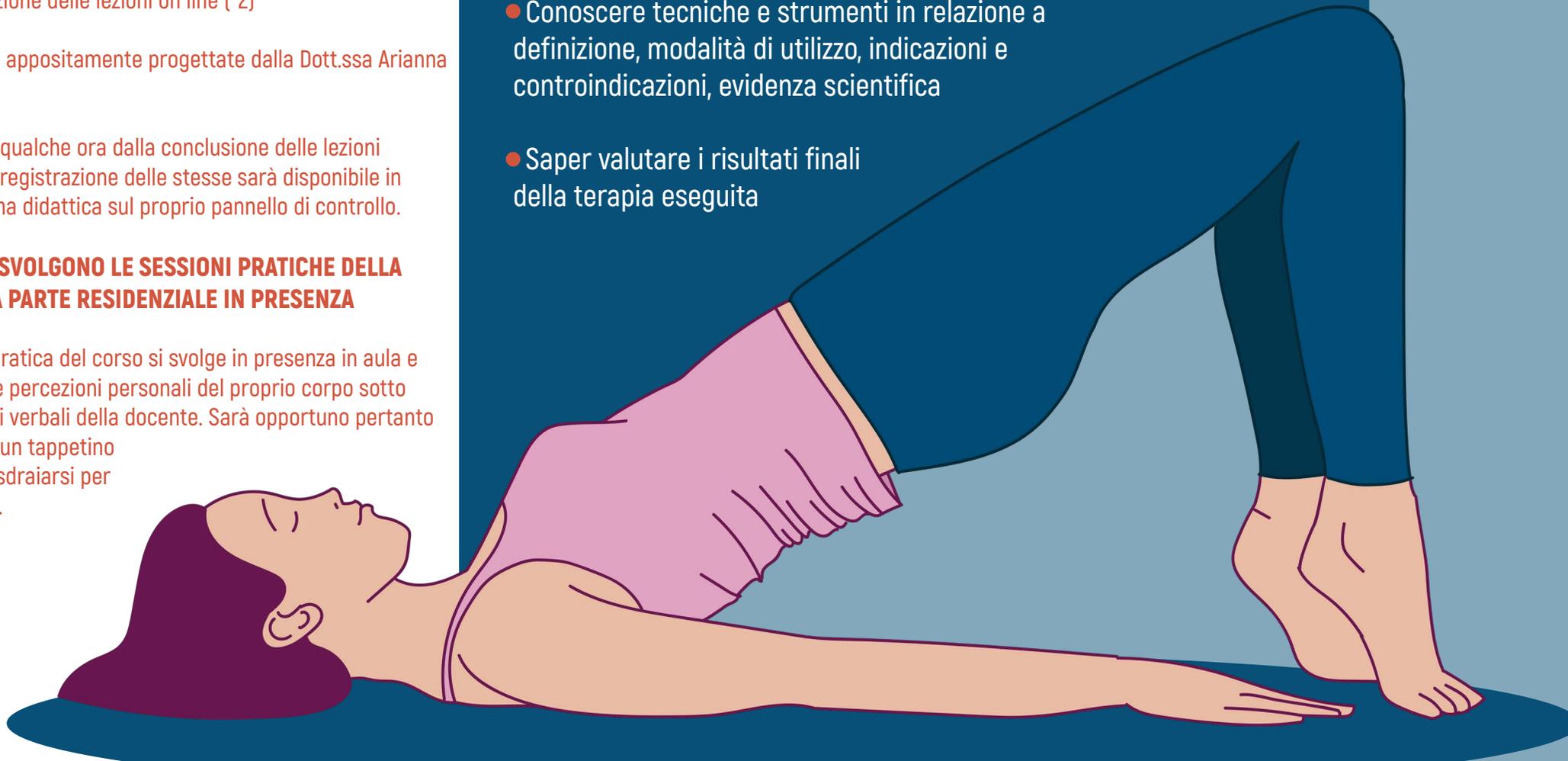
La parte pratica del corso si svolge in presenza in aula e verte sulle percezioni personali del proprio corpo sotto indicazioni verbali della docente. Sarà opportuno pertanto dotarsi di un tappetino sul quale sdraiarsi per ascoltarsi.



## OBIETTIVI

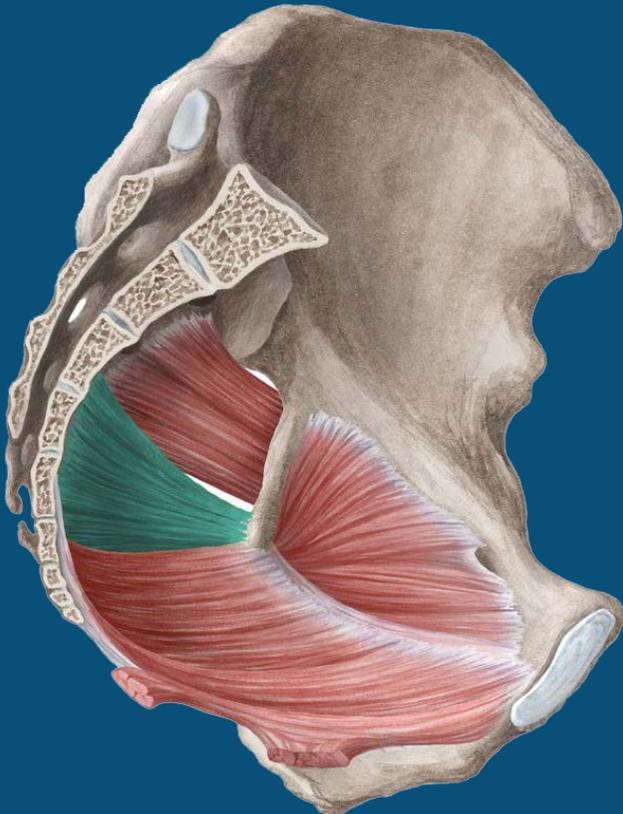
Al termine del corso il partecipante sarà in grado di:

- Conoscere ed identificare la Sindrome del Dolore Pelvico Cronico
- Saper effettuare la valutazione funzionale del/della paziente affetto/a da CPPS
- Pianificare l'intervento fisioterapico e riabilitativo
- Conoscere tecniche e strumenti in relazione a definizione, modalità di utilizzo, indicazioni e controindicazioni, evidenza scientifica
- Saper valutare i risultati finali della terapia eseguita



## PROGRAMMA

Il corso blended effettuato in modalità mista sincrona e residenziale dal titolo "Fisioterapia e Riabilitazione nella Sindrome del Dolore Pelvico Cronico" ha una durata di dodici ore complessive al netto delle pause. Le lezioni sono comprese tra le 15.30 e le 20.00 di in modalità FAD sincrona e le 8.30 e le 17.30 in modalità residenziale in aula [\*3]. La docente è la Dott.ssa Arianna Bortolami, fisioterapista con laurea magistrale in Scienze delle Professioni Sanitarie della Riabilitazione, consulente in Sessuologia, fondatrice del G.I.S. di AIFI - Riabilitazione del Pavimento Pelvico -, autrice del testo: Riabilitazione del Pavimento Pelvico, Masson Elsevier, 2009.



**STEP 1 FAD SINCRONA** - Le lezioni sincrone a distanza sono condotte dalla Dott.ssa Arianna Bortolami, fisioterapista, secondo il seguente programma:

15.30 - 17.30: SESSIONE TEORICA

- Presentazione e obiettivi del corso
- La Sindrome del Dolore Pelvico Cronico (CPPS): definizione e caratteristiche
- Linee guida ed evidenza scientifica
- Conseguenze sulla qualità di vita per i soggetti affetti da CPPS
- Caratteristiche del dolore fisiologico: la nocicezione
- Caratteristiche del dolore cronico: dolore neuropatico, sensibilizzazione periferica, sensibilizzazione centrale
- Dolore riferito
- Iperalgesia viscerale e iperalgesia visceroviscerale
- CPPS e processi infiammatori
- Le strutture muscolo-scheletriche coinvolte nella Sindrome del Dolore Pelvico Cronico
- Muscoli: pavimento pelvico, otturatori interni, piriformi, addominali, glutei
- Ossa e articolazioni: sacro, coccige, bacino, sacro iliache, sacro-coccigea, sinfisi pubica
- Legamenti: sacro-tuberoso, sacro-spinoso
- Trigger e tender points
- Comorbidità con altre condizioni coinvolgenti il sistema muscolo-scheletrico
- Fibromialgia, sindrome della stanchezza cronica, pelvic girdle pain (PGP), sindrome del piriforme
- Sindrome del nervo pudendo
- Aspetti psicologici e comportamentali nella Sindrome del Dolore Pelvico Cronico (CPPS)

17.30 - 18.00: Pausa Caffè

18.00 - 20.00: SESSIONE PRATICA

- La fisioterapia nella CPPS: contenuti, modalità, obiettivi, evidenza scientifica

- Peculiarità della fisioterapia comprendente la zona genito-urinaria-ale

VALUTAZIONE FUNZIONALE DEL PAZIENTE CON CPPS

- Colloquio verbale
- Posizione del paziente
- Osservazione visiva
- Valutazione manuale: valutazione muscolare del pavimento pelvico e di strutture muscolo-scheletriche funzionalmente correlate alle CPPS

ESERCITAZIONE PRATICA INDIVIDUALE

- Prova pratica su manichino
- Valutazione della sensibilità, con particolare riferimento al dolore
- Diari dei sintomi: minzionale, funzione ano-rettale, del dolore
- Tests e questionari
- Esami strumentali

**STEP 2 RESIDENZIALE IN AULA** - La giornata in presenza, strettamente pratica e successiva alla FAD sincrona, è condotta dalla Dott.ssa Arianna Bortolami, fisioterapista, secondo il seguente programma:

**GIORNATA IN PRESENZA**

08.30 - 09.30: SESSIONE PRATICA: FISIOTERAPIA E RIABILITAZIONE PER LA CPPS

- Fasi della fisioterapia e riabilitazione: coscientizzazione, modificazione dei parametri muscolari, automatizzazione
- Tecniche e strumenti della fisioterapia e riabilitazione per la CPPS: esercizio terapeutico

09.30 - 10.15: ESERCITAZIONE PRATICA E DI GRUPPO

- Esercizi terapeutici per le fasi di coscientizzazione del pavimento pelvico e di modificazione dei parametri muscolari alterati

10.15 - 11.00: Tecniche e strumenti della fisioterapia e riabilitazione per la CPPS 1

- Terapia manuale e trattamento dei trigger points
- Biofeedback e protocollo di Glazer
- Stimolazione elettrica (TENS, SANS, correnti interferenziali)
- Terapia fisica

11.00 - 11.15: Pausa Caffè

11.15 - 13.15: Tecniche e strumenti della fisioterapia e riabilitazione per la CPPS 2

- Dilatatori vaginali
- Dilatatori anali
- Trattamento comportamentale e cognitivocomportamentale
- Bladder e bowel training
- Autotrattamento e autostretch dei muscoli del pavimento pelvico
- Prodotti topici non farmacologici

- Protocollo Stanford
- Manovra di Thiele

13.15 - 14.00: Pausa Pranzo

14.00 - 15.00: ESERCITAZIONE PRATICA DI GRUPPO - 1

- Utilizzo di elettromedicali e strumenti
- Indicazioni e controindicazioni della fisioterapia e riabilitazione nel paziente con CPPS

- Pianificazione della terapia riabilitativa: obiettivi terapeutici, scelta degli strumenti terapeutici e modalità di utilizzo, etc.)

15.00 - 15.45: ESERCIZIONE PRATICA DI GRUPPO - 2

- Esercizi terapeutici per la fase di automatizzazione dei muscoli del pavimento pelvico

15.45 - 16.30: ESERCITAZIONE PRATICA DI GRUPPO - 3: presentazione interattiva con l'uditorio di casi clinici

- Presentazione del caso
- Valutazione funzionale
- Elaborazione di progetto e programma riabilitativo (obiettivi terapeutici, utilizzo di strumenti terapeutici)
- Svolgimento delle singole sedute (obiettivi, contenuti, modalità) o valutazione dei risultati o discussione

16.30 - 17.00: ESERCITAZIONE PRATICA DI GRUPPO - 4

- Role Playing tra fisioterapista e paziente

17.00 - 17.30: DOMANDE E DISCUSSIONE FINALE

- Dibattito finale, domande e risposte, valutazione finale ECM e consegna dei diplomi

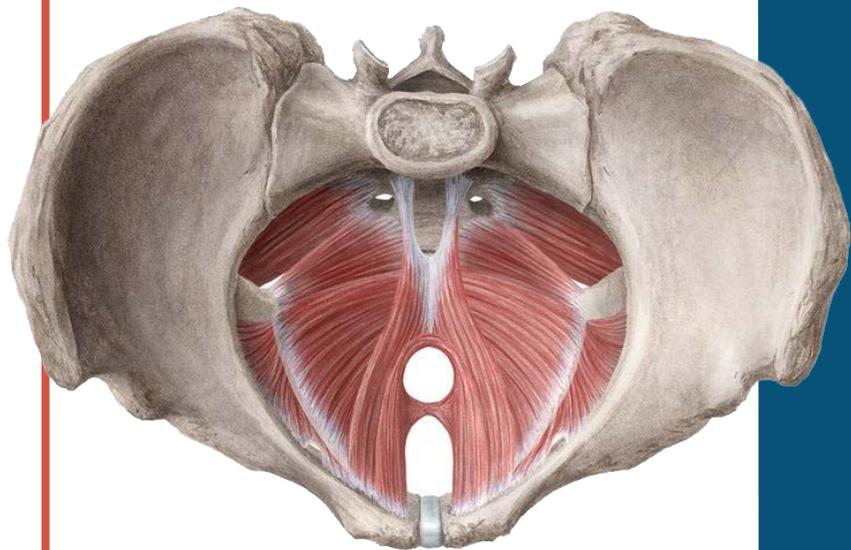
17.30 - 18.30: Sessione pratica (facoltativa) [\*4]

[\*3] ORE FORMATIVE E MATERIALE DIDATTICO:  
Il progetto didattico è composto da una formazione

a distanza sincrona realizzata per mezzo di un corso on line di quattro ore al netto delle pause e da una formazione residenziale in presenza realizzata per mezzo di un corso in aula di otto ore al netto delle pause. A compendio della formazione vengono anche rilasciate dispense specifiche appositamente progettate dalla Dott.ssa Arianna Bortolami al fine di accompagnare proficuamente la formazione del discente.

[\*4] PRATICA INDIVIDUALE FACOLTATIVA TRA I CORSISTI:

Per chi lo desiderasse, al termine delle lezioni si potranno effettuare esercitazioni di carattere pratico direttamente sulla zona genitale tra i corsisti presenti e che ne danno l'assenso. Queste esercitazioni sono ulteriori alla pratica già prevista nella didattica del corso e sono facoltative per due motivi: l'estrema intimità del contatto e l'orario utilizzato a fine giornata. Le esercitazioni saranno relative alla valutazione manuale e agli esercizi terapeutici e saranno effettuate a gruppi di due o tre corsisti in spazi separati. Saranno coordinate dalla docente che stazionerà a turno tra i gruppi: questo laboratorio didattico non rientra nel calcolo crediti, pertanto chi non volesse partecipare non perderà i crediti ECM previsti. La durata della sessione (min. 45 minuti - max. 1 ora) dipenderà dal numero delle adesioni ed il costo è di €50 a partecipante (da saldare anticipatamente o direttamente in sede).



**18**  
**CREDITI**  
**ECM**

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



Registrato con accreditamento ECM presso



IN PARTNERSHIP CON



Conforme ai requisiti della Norma  
EN ISO 9001:2015



Certificato No. IT19-7301A

Seguici sui Social  
PhisioVit



**Info**

 0761.221482  
 377.3796477  
 [info@phisiovit.it](mailto:info@phisiovit.it)  
 [www.phisiovit.it](http://www.phisiovit.it)