

Screening & Objective Measurements

Test per la Performance

RESPONSABILI SCIENTIFICI



Dott. Alessandro Biffi
Medico Chirurgo



Dott. Fredrick Fernando
Medico Chirurgo

DOCENTI



Dott. Antonio Squillante
Ph.D CSCS*DRSCC



Dott. Davide Zottola
Fisioterapista



Dott. Fiore Mazza
Fisioterapista, LSM

MARANELLO

7-8 Settembre 2023



IN COLLABORAZIONE CON



MED-EX Medicine & Exercise Srl
Medical Partner
della Scuderia Ferrari

16 CREDITI ECM

Info

0761.221482

377.3796477

info@phisiovit.it

www.phisiovit.it

Conforme ai requisiti della Norma EN ISO 9001:2015
Certificato No. IT19-7301A



Registrato con accreditamento ECM presso



PRESENTAZIONE

L'ESPERIENZA DI MED-EX IN CAMPO MEDICO E SPORTIVO

Nel 1994 l'unione delle competenze maturate sia presso l'Istituto di Medicina e Scienza dello Sport del CONI che con il Team di F1 della Scuderia Ferrari dal Dott. Fredrick Fernando, medico-chirurgo specialista in medicina dello sport, e dal Dott. Alessandro Biffi, medico-chirurgo specialista in medicina interna, in medicina dello sport e in cardiologia, diedero vita a Med-Ex, acronimo di medicina ed esercizio, un ambizioso progetto col fine di promuovere la prevenzione primaria propria dei corretti stili di vita attraverso check-up e prescrizione di attività fisica individualizzata secondo le più recenti linee guida internazionali. I programmi Med-Ex, da subito indirizzati a pazienti, atleti amatoriali e agonistici per migliorare il proprio stato di salute, hanno permesso a Med-Ex stessa di essere nominata Medical Partner esclusivo della Scuderia Ferrari grazie alla dedizione, alla professionalità e alle competenze acquisite e dimostrate nel tempo. Med-Ex propone da circa trent'anni programmi di prevenzione al fine di rilevare e correggere potenziali fattori di rischio attraverso la promozione di stili di vita sani e grazie alla prescrizione di programmi di esercizio fisico, migliorando la performance atletica con l'uso di test e raccolte di dati standardizzati.

LA PERFORMANCE ATLETICA

Con performance atletica Med-Ex intende riferirsi al risultato ottenuto da una corretta integrazione dei principali sistemi funzionali coinvolti per rispondere alle richieste connesse all'attività fisica, al fine di consentire gli adattamenti omeostatici e garantire il controllo neuromotorio alla ricerca di quel gesto atletico o sport specifico che non è solo il risultato di potenza e forza muscolare, ma anche di coordinazione, capacità di concentrazione e reattività. Stiamo in altri termini parlando di neuromuscular control, argomento che entra di diritto nel campo di studio della neurofisiologia: il sistema nervoso centrale deve acquisire, interpretare e pianificare una serie estremamente complessa di movimenti che richiedono la massima precisione e la migliore intensità per essere efficienti. In Med-Ex, da circa trent'anni, tutto ciò viene oggettivato con test e misurazioni col fine di agire sulla performance, migliorandola.

I TEST DI SCREENING

Tramite i test di screening, in Med-Ex vengono rilevate caratteristiche precise dell'atleta come forza massimale, esplosiva e dinamica, potenza nel salto, reattività e velocità di risposta ai task motori: una volta oggettivati questi dati, è possibile sfruttarli per migliorare la performance attraverso esercizi con carichi precisi e progressioni specifiche. Grazie agli screening, è ad esempio possibile evidenziare asimmetrie di forza tra arto inferiore destro e sinistro che, quando superiori al 15%, possono rappresentare un fattore di rischio importante per gli infortuni muscolari. Allo stesso modo e sempre in tema di esempi, una ridotta mobilità di caviglia può rappresentare un risk factor per una distorsione, rischio che aumenta di cinque volte se c'è stata una distorsione precedente. Rilevare per mezzo di screening e test questi deficit con strumenti che permettono di ottenere dati numerici oggettivi e univoci, consente al clinico di poter lavorare con precisione assieme allo staff medico e all'atleta su queste disfunzioni per ridurre il rischio di infortuni.

LA DIDATTICA

Questo corso ha come obiettivo quello di presentare test che fanno uso di tecnologie per l'oggettivazione del dato, test largamente utilizzati e standardizzati dagli specialisti Med-Ex: queste misurazioni oggettive sono al giorno d'oggi necessarie per l'identificazione di deficit di forza, impairments neuromuscolari e propriocettivi per monitorare il livello prestazionale dell'atleta o del paziente e per creare programmi di lavoro e di riabilitazione individualizzati. Inoltre sono necessari per mostrare i progressi ottenuti da un intervento mirato a:

- Identificare dei fattori determinanti la prestazione denominati key performance indicators (KPI) per ottimizzarli
- Ridurre gli impairments e l'imbalance muscolare in un'ottica di prevenzione degli infortuni
- Ottimizzare il profilo neuromuscolare dell'atleta
- Avere dati oggettivo e univoci per il Return To Training (RTT) e Return To Sport (RTS)
- Presentare programmi di lavoro e di riabilitazione individualizzati

I test proposti hanno come obiettivo quello di creare un profilo neuromuscolare unico e specifico per ciascun atleta e/o paziente. Questo evento presenta questa ricerca del dato attraverso l'uso di strumentazioni utilizzate sia in ambito clinico che in ricerca. In modo particolare:

- Pedane di forza
- Dinamometria manuale

I protocolli descritti in questo corso, tuttavia, sono pensati per essere utilizzati anche con strumenti diversi quali jumpmat, accelerometri, linear position transducers, macchine isocinetiche.



OBIETTIVI

Al termine del corso il partecipante sarà in grado di:

- Utilizzare le pedane di forza, il dinamometro manuale e analizzare i dati
- Eseguire un'adeguata valutazione neuromuscolare del paziente e/o atleta
- Creare un profilo forza/velocità con l'utilizzo di test di salto
- Interpretare i valori indicizzati in fase di programmazione (Reactive Strength Index e Dynamic Strength Index)
- Valutare e riconoscere asimmetrie attraverso test dinamici di valutazione della forza isometrica
- Leggere, interpretare ed utilizzare i dati normativi
- Utilizzare i dati oggettivi in protocolli riabilitativi
- Creare programmi di lavoro e di riabilitazione individualizzati

PROGRAMMA

Lingua - Italiano

Il corso, della durata di due giorni consecutivi, vede la responsabilità scientifica del Dott. Fredrick Fernando, medico-chirurgo specialista in medicina dello sport, e del Dott. Alessandro Biffi, medico-chirurgo specialista in medicina interna, in medicina dello sport e in cardiologia. Il corpo docente è completato dal Dott. Antonio Squillante, Ph.D CSCS*DRSCC, docente ricercatore presso la University of Southern California, dal Dott. Fiore Mazza, fisioterapista, laureato in scienze motorie, osteopata DO e dal Dott. Davide Zottola, fisioterapista, M.Sc., professore a contratto presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore. Sono previste due pause caffè a metà mattina e metà pomeriggio e una pausa pranzo di un'ora per entrambi i giorni.

Giovedì 7 settembre:

09.00 - 10.00: Introduzione e objective measurements

10.00 - 11.00: Test di salto: dimostrazione di Squat Jump e Counter Movement Jump

11.00 - 11.15: Pausa caffè

11.15 - 12.00: Pedane di forza - raccolta dati

12.00 - 13.00: Profilo forza/velocità (FVP): teoria e pratica

13.00 - 14.00: Pausa pranzo

14.00 - 15.00: FVP - raccolta dati

15.00 - 16.00: Test di forza isometrici - Isometric Mid Thig Pull e Isometric Squat Assessment

16.00 - 16.15: Pausa caffè

16.15 - 17.00: Pratica test isometrici

17.00 - 18.00: Esempi pratici dal profilo forza/velocità al Velocity Based Training (VBT)

Venerdì 8 settembre:

09.00 - 10.00: Indicizzazione e compilazione del profilo funzionale

10.00 - 11.00: Dinamometria - teoria

11.00 - 11.15: Pausa caffè

11.15 - 12.00: Dinamometria - dimostrazione pratica

12.00 - 13.00: Dinamometria - raccolta dati

13.00 - 14.00: Pausa pranzo

14.00 - 15.00: Asimmetrie e squilibri muscolari - come oggettivare con pedane di forza

15.00 - 16.00: Asimmetrie e squilibri muscolari - come oggettivare con il dinamometro

16.00 - 16.15: Pausa caffè

16.15 - 17.00: Esempi clinici nel Return To Play (RTP) dopo lesione LCA

17.00 - 18.00: Domande e dubbi, valutazione ECM e ASI - CONI, consegna degli attestati di partecipazione e chiusura del corso

INFORMAZIONI

OBIETTIVO FORMATIVO

1 - Applicazione nella pratica quotidiana dei principi e delle procedure dell'evidence based practice (EBM - EBN - EBP)

OMAGGI

Incluso nel prezzo, ai partecipanti all'evento è garantito un **tour guidato all'interno degli ambulatori Med-Ex** che si trovano presso gli stabilimenti della Ferrari a Maranello (Mo) il giorno precedente l'inizio delle lezioni ovvero mercoledì 6 settembre 2023. Tale tour è facoltativo, le adesioni saranno raccolte da PhisioVit e dovranno pervenire entro e non oltre il 17 luglio 2023 scrivendo a info@phisiovit.it



Incluso nel prezzo, è garantito un **LIGHT LUNCH** per entrambe le giornate di corso.

ACCESSO A NUMERO CHIUSO

Vista l'importanza dell'evento e la sede prestigiosa, i posti disponibili sono un massimo di 40 sia per le iscrizioni che per il tour guidato all'interno degli ambulatori Med-Ex presso gli stabilimenti della Ferrari a Maranello (Mo).

COSTO DEL CORSO - €550

(include il materiale didattico rilasciato dai docenti e 16 ECM)

SCONTI ED OFFERTE ATTIVE

• Promozione Early Booking - €485

(per chi si iscrive entro il 31 agosto 2023)

• Promozione Gruppi Sconto (*) - €445

(per chi si iscrive in gruppo da tre persone in su per le iscrizioni ricevute entro il 31 agosto 2023)

• Promozione Studente (*) - €435

(per gli studenti universitari che si iscrivono entro il 31 agosto 2023)

Attenzione: l'accesso a questo corso è consentito a un numero massimo di cinque studenti universitari relativamente alle discipline sanitarie a cui il corso è aperto.

• Promozione Gruppi Studenti (*) - €425

(per gli studenti universitari che si iscrivono in gruppo da tre persone in su entro il 31 agosto 2023)

Attenzione: l'accesso a questo corso è consentito a un numero massimo di cinque studenti universitari relativamente alle discipline sanitarie a cui il corso è aperto.

• Promozione PhisioVIP Card - €420

(per chi si iscrive entro il 31 agosto 2023)

* Per aderire allo SCONTO GRUPPI, allo SCONTO STUDENTE o allo SCONTO GRUPPI STUDENTI occorre prima di tutto scrivere ad info@phisiovit.it per informare l'amministrazione sia del numero di partecipanti che dei loro nominativi. Una volta accettata la domanda da parte dell'amministrazione, ogni membro del gruppo dovrà iscriversi a prezzo pieno, sarà l'amministrazione stessa che provvederà ad applicare lo sconto all'ordine portandolo alla quota accordata una volta generato l'ordine stesso da parte di ogni singolo utente.

Modalità di pagamento

E' possibile saldare l'importo per intero più €2 di marca da bollo tramite bonifico bancario, carta di credito o PayPal, oppure rateizzandolo in questo modo: €200 all'atto dell'iscrizione con bonifico bancario ed il resto a saldo entro dieci giorni prima dell'inizio del corso.

Punteggio PhisioVIP Card

Questo corso dà diritto a maturare 16 punti sulla PhisioVIP Card.

Indicazioni per il pernottamento

Nella piattaforma didattica PhisioVit è possibile trovare un elenco consigliato di hotel e bed and breakfast situati nelle immediate vicinanze della sede del corso ove è possibile soggiornare raggiungendo facilmente la struttura. Si ricorda che prima di effettuare prenotazioni per spostamenti e pernotti, è importante attendere la mail di attivazione del corso oppure chiedere conferma del corso stesso direttamente alla segreteria organizzativa tramite:

☎ telefono - 0761.221482

✉ e-mail ad info@phisiovit.it

In nessun caso PhisioVit Srl si assume l'onere di spese fatte dal discente per prenotazioni alberghiere o per spostamenti.

Metodi di insegnamento

Esposizione teorica frontale con sessioni pratiche di apprendimento guidato.

Procedure di valutazione

Esposizione teorica frontale con sessioni pratiche di apprendimento guidato attraverso casi clinici.

Prerequisiti cognitivi

Laurea o studenti dei corsi di laurea delle categorie destinatarie del corso.

