

MASTER in FISIOTERAPIA SPORTIVA

PROGRAMMA

LINGUA: Italiano/Spagnolo

Milano

Il Master, della durata di ventuno giorni non consecutivi, è articolato in sette seminari di tre giorni ciascuno (15-16-17 novembre e 13-14-15 dicembre 2019, 24-25-26 gennaio, 21-22-23 febbraio, 20-21-22 marzo, 17-18-19 aprile e 22-23-24 maggio 2020 "Master in Fisioterapia Sportiva"). Ogni singolo seminario prevede ventuno ore di didattica per centoquarantasette ore totali articolate in lezioni frontali di carattere teorico e corpose parti pratiche con tutoraggio dei docenti. Gli orari di ogni singolo seminario sono: venerdì dalle 15.30 alle 20.30, sabato dalle 9.00 alle 20.00, domenica dalle 9.00 alle 14.00. Il Master è tenuto interamente in lingua spagnola, con traduzione consecutiva in italiano, dai docenti internazionali Juan Muro Zabaleta, fisioterapista e osteopata, Pablo Llanes Ontiveros, fisioterapista e osteopata, Fernando Reyes Gil, fisioterapista e terapeuta manuale OMT, Isidro Fernández López, fisioterapista e osteopata, Alberto Blanco Martinez, fisioterapista specializzato in terapia miofasciale, e Jesus Llanes Ontiveros, fisioterapista e osteopata. Le assistenti e le traduttrici previste sono le dottoresse Nicoletta Carai, fisioterapista e osteopata, e Marta Levis, fisioterapista con master in terapia manuale ortopedica: la loro presenza è sempre singola, mai in coppia, ed è a discrezione di PhisioVit in quale seminario l'una o l'altra siano presenti

1° Seminario, 15-16-17 novembre:

Introduzione alla Fisioterapia Sportiva.

Docente: Alberto Blanco Martinez

I nove obiettivi di questo seminario sono:

- 1 - Imparare a vedere globalmente la riabilitazione dello sportivo
- 2 - Conoscere i concetti di base per accelerare i tempi di recupero dell'atleta vittima d'infortunio
- 3 - Fare una valutazione ed una diagnosi precisa delle lesioni sportive: concetti di base, metodologie di diagnosi e applicazione pratica delle conoscenze con casi clinici
- 4 - Conoscere quali sono i tempi di recupero dei differenti tipi di infortuni sportivi: distorsioni, fratture, lussazioni, sovraccarichi funzionali
- 5 - Cosa sente un atleta quando ha un infortunio? Come aiutarlo? Approfondimento psicologico della lesione sportiva. Strategie di supporto al giocatore, miglioramento del rendimento come terapeuta e come membro di un'équipe sanitaria. Come avere un'ottima relazione con il giocatore ed il resto dello staff (medici, preparatori fisici, allenatori)
- 6 - Idroterapia nelle lesioni sportive: come guadagnare tempo con il lavoro in scarico in acqua, protocolli di trattamento in idroterapia, benefici e controindicazioni, casi clinici reali
- 7 - Propriocezione: recettori propriocettivi, principi di applicazione, casi clinici reali, pratica in gruppo
- 8 - Nutrizione e sport: dieta ottimale per lo sportivo, alimentazione per combattere gli stati infiammatori, dieta raccomandata durante i periodi di infortunio
- 9 - Primo soccorso durante le emergenze: imparare ad identificare immediatamente un'urgenza medica, protocolli di comportamento nelle emergenze, pratica con attrezzature specifiche

Venerdì 15 novembre

- 15.00 - 15.30: Presentazione del Master e scopi del percorso didattico
15.30 - 16.15: Concetti di base di infortunio e tempo di recupero, approfondimento dei protocolli di trattamento in fisioterapia sportiva

- 16.15 - 16.30: Pausa Caffè
16.30 - 18.00: Diagnosi degli infortuni: concetti di base, metodologia della diagnosi
18.00 - 19.00: Diagnosi degli infortuni: applicazioni pratiche - casi clinici
19.00 - 20.30: Diagnosi degli infortuni: pratica clinica

Sabato 16 novembre

- 09.00 - 10.45: Tempi di restitutio ad integrum dei differenti tipi di infortuni: distorsioni, fratture, lussazioni, sovraccarichi funzionali
• Tavola rotonda con i discenti
• Dibattito su come affrontare terapeuticamente l'infortunio
10.45 - 11.00: Pausa Caffè
11.00 - 12.00: Psicologia generale e tecniche motivazionali nel rapporto tra terapeuta e atleta
• Strategie di supporto psicologico all'atleta
• Miglioramento del rendimento come terapeuta e come membro dello staff sanitario
• Come motivare l'atleta e come avere un'ottima relazione con il resto del gruppo tecnico (medici, preparatori fisici, allenatori)
12.00 - 14.00: Diagnosi e trattamento nelle lesioni sportive del ginocchio (prima parte)
14.00 - 15.30: Pausa pranzo
15.30 - 17.00: Propriocezione: recettori propriocettivi (1ª parte)
• Principi
• Video
• Pratica di gruppo
17.00 - 17.15: Pausa Caffè
17.15 - 19.00: Propriocezione: recettori propriocettivi (2ª parte)
• Pratica di gruppo
19.00 - 20.00: Idroterapia negli infortuni sportivi: come guadagnare tempo con il lavoro in scarico in acqua
• Protocolli di trattamento in idroterapia
• Indicazioni e controindicazioni
• Casi clinici

Domenica 17 novembre

09.00 - 11.00: Alimentazione e sport
11.00 - 11.15: Pausa Caffè
11.15 - 12.00: Integratori e sport
12.00 - 14.00: Diagnosi e trattamento nelle lesioni sportive del ginocchio (2ª parte)

2° Seminario, 13-14-15 dicembre: Lesioni sportive ed infortuni della Spalla e del Gomito, analisi biomeccanica e trattamento degli infortuni negli sport di lancio come tennis, padel e golf. Docente: Jesús Llanes Ontiveros

I nove obiettivi di questo seminario sono:

- 1 - Conoscere con precisione l'anatomia e la biomeccanica del complesso articolare di spalla:
 - Nuovi concetti anatomici del cingolo scapolare
 - Sindrome subacromiale, subcoracoidea e internal impingement
 - Patologia capsulolegamentosa e del labbro glenoideo
 - Biomeccanica del cingolo scapolare
- 2 - Conoscere con precisione l'anatomia e la biomeccanica del gomito:
 - Sindrome del dolore laterale e mediale del gomito
 - Biomeccanica del gomito
- 3 - Formulare una diagnosi funzionale nelle patologie di spalla e gomito:
 - Valutazione posturale preliminare secondo le catene miofasciali del corpo
 - Sindromi da alterazione del movimento della scapola e della spalla
 - Test funzionali globali e movimenti attivi di spalla
 - Test di riposizionamento fasciale
 - Test specifici di instabilità strutturale e di patologia tendinea
- 4 - Conoscere le più frequenti alterazioni neurodinamiche e vascolari del complesso cervico-toraco-scapolare:

- Valutazione e trattamento neurodinamico di spalla e gomito
- Tecniche neurodinamiche e manipolazione dei nervi periferici
- Valutazione e trattamento delle disfunzioni vascolari cervico-toraco-omerali
- 6 - Effettuare in sicurezza tecniche di mobilizzazione articolare di spalla e gomito
- 7 - Formulare una corretta classificazione delle lesioni dello sportivo differenziando tra lesioni muscolari, legamentose, tendinee e articolari
- 8 - Formulare una corretta analisi biomeccanica nell'atleta che pratica tennis o padel:
 - Fattori biomeccanici associati agli infortuni del tennista
 - Influenza e trattamento delle catene muscolari maggiormente implicate negli infortuni legati al tennis e al padel
- 9 - Formulare una corretta analisi biomeccanica nel golf:
 - Fattori biomeccanici associati agli infortuni nel golf
 - Influenza e trattamento della catena muscolare posteriore negli infortuni legati al golf

Venerdì 13 dicembre

- 15.30 - 16.30: Classificazione delle lesioni sportive
- Lesioni muscolari
 - a. Classificazione
 - b. Valutazione e gestione
 - c. Lesioni muscolari tipiche degli sport di lancio
 - 16.30 - 17.15: Lesioni legamentose
 - a. Classificazione
 - b. Valutazione e gestione
 - c. Lesioni legamentose tipiche degli sport di lancio
 - 17.15 - 17.30: Pausa Caffè
 - 17.30 - 18.30: Lesioni tendinee
 - a. Tendiniti e tendinosi
 - b. Teorie e modelli delle tendinopatie
 - c. Gestione delle tendinopatie
 - d. Caso clinico: Trattamento dell'epicondilita
 - 18.30 - 19.00: Lesioni articolari tipiche degli sport di lancio
 - a. Labbro acetabolare
 - b. Menischi
 - c. Discopatie

- 19.00 - 19.30: La biomeccanica negli sport di lancio
- a. Biomeccanica nel golf e lesioni più frequenti
 - b. Biomeccanica nel padel e lesioni più frequenti
 - c. Biomeccanica nel tennis e lesioni più frequenti
- 19.30 - 20.30: Prevenzione degli infortuni
- Importanza dell'individualizzazione dei piani di prevenzione
 - Metodi chiave nella prevenzione degli infortuni
 - Recupero post-competizione
 - Basi di allenamento funzionale

Sabato 14 dicembre

- 09.00 - 10.00: Lesioni di spalla: valutazione, trattamento e prevenzione
- Caratteristiche biomeccaniche e sintomi della spalla patologica nel lanciatore
 - Importanza del gesto sportivo negli sport di lancio

Lesioni strutturali:

- a. Lesione SLAP
 - b. Tendinopatia della cuffia dei rotatori
 - c. Lesioni da impingement
 - d. Instabilità articolare
 - e. GIRD e discinesia scapolare
 - f. Esplorazione diagnostica e test specifici
 - g. Proposte di trattamento
- 10.00 - 11.00: Tecniche manuali
- a. Tecnica 1ª costa
 - b. Tecnica 2ª costa/piccolo pettorale
 - c. Mobilità scapolare
 - d. Tecnica SCOM
 - e. Tecnica ATM
 - f. Stretching muscolari
- 11.00 - 11.15: Pausa Caffè
- 11.15 - 13.00: Tecniche di Taping
- a. Tecniche di stabilizzazione scapolare
 - b. Tecniche di riposizionamento della testa omerale
 - c. Tecniche di scarico
 - d. Tecniche di rinforzo globale
 - e. Tecniche di mobilizzazione con movimento

13.00 - 14.00: Lesioni di gomito: valutazione, trattamento e prevenzione

- Tendinopatia della muscolatura epitrocleare. Cause e indicazioni terapeutiche
- Patologia da intrappolamento: diagnosi differenziale del dolore mediale del gomito
 - a. Radicolopatia cervicale
 - b. Sindrome del pronatore rotondo
 - c. Intrappolamento del nervo ulnare
 - d. Trigger Point della muscolatura epitrocleare
- Tendinopatia della muscolatura epicondiloidea. Cause e indicazioni terapeutiche

- Patologia da intrappolamento: diagnosi differenziale del dolore laterale del gomito
 - b. Trigger Point della muscolatura epicondiloidea

14.00 - 15.30: Pausa Pranzo

15.30 - 16.30: Test per il gomito e proposte di trattamento terapeutico

- a. Tecniche manuali di mobilità articolare
- b. Neurodinamica
- c. Stretching muscolari
- d. Protocollo di trattamento delle epicondiliti

16.30 - 16.45: Pausa caffè

16.45 - 18.15: Tecniche di Taping

- a. Tecniche di scarico
 - b. Tecniche di stabilizzazione
- 18.15 - 20.00: Tecniche ed esercizi di rieducazione neuromuscolare

Domenica 15 dicembre

09.00 - 10.30: Lesioni di polso: valutazione, trattamento e prevenzione

- a. Complesso TFC triangolo fibrocartilagineo
- b. Tendinopatia estensore ulnare del carpo
- c. Instabilità articolare

10.30 - 10.45: Pausa Caffè

- 10.45 - 12.00: Esplorazione diagnostica e test specifici
- a. Tecniche manuali di mobilità articolare

3° Seminario, 24-25-26 gennaio:

Bendaggio Neuromuscolare, di riposizionamento e di scarico. Docente: Fernando Reyes Gil

I cinque obiettivi di questo seminario sono:

- 1 - Comprendere le proprietà del bendaggio neuromuscolare, di riposizionamento e di scarico
- 2 - Capire gli effetti fisiologici e meccanici delle differenti metodologie di trattamento attraverso il bendaggio
- 3 - Apprendere quali sono i materiali ed i principi di applicazione delle distinte metodologie di bendaggio
- 4 - Confezionare correttamente un bendaggio neuromuscolare, di riposizionamento e di scarico nelle differenti localizzazioni:
 - Metodologie di bendaggio nelle regioni di piede, caviglia e polpaccio:
 - a - Distorsioni
 - b - Fascite plantare
 - c - Tendinite dei peronieri
 - d - Tendiniti del tibiale posteriore
 - e - Tendiniti del tendine di Achille con riposizionamento dell'arco plantare interno
 - f - Lesione e/o sovraccarico gastrocnemi
 - g - Contusione gastrocnemi
 - Metodologie di bendaggio nella regione di ginocchio e coscia:
 - a - Distorsione LCI
 - b - Distorsione LCE
 - c - Tendinite rotulea
 - d - Tendinite del quadricipite, Hoffa e patologia femororotulea
 - e - Ginocchio del corridore
 - f - Lesione/sovraccarico retto anteriore del quadricipite
 - g - Lesione/sovraccarico ischiocrurali
 - h - Lesione/sovraccarico adduttori
 - i - Contusione muscolare TFL
 - Metodologie di bendaggio nella regione d'anca:
 - a - Borsite trocanterica
 - b - Facilitazione del medio gluteo
 - Metodologie di bendaggio nella regione lombopelvica:
 - a - Bendaggio articolazione sacroiliaca
 - b - Muscolo multifido
 - c - Muscolo quadrato dei lombi

d - Muscolo ileocostale e lunghissimo del dorso

e - Bendaggio della fascia toraco-lombare

- Metodologie di bendaggio nella regione toracica:

a - Contusione costale

b - Diaframma

- Metodologie di bendaggio nella regione cervicale:

a - Muscolo SCOM

b - Muscoli estensori cervicali

c - Muscolo trapezio superiore

d - Bendaggio specifico per deformazione a collo di bisonte

- Metodologie di bendaggio nelle regioni di spalla e braccio:

a - Muscolo trapezio inferiore

b - Muscoli romboidei

c - Muscolo dentato anteriore

d - Muscolo piccolo pettorale

e - Muscolo deltoide

f - Muscolo gran pettorale

g - Bendaggio per instabilità glenomerales

h - Bendaggio di riposizionamento glenomerales

i - Bendaggio in caso di distorsione acromionomerales

l - Tendinite muscolo bicipite brachiale

m - Rottura muscolo bicipite brachiale

- Metodologie di bendaggio nelle regioni di gomito e avambraccio:

a - Distorsione

b - Epicondilitis

c - Epitrocleite

d - Sindrome compartimentale dell'avambraccio

- Metodologie di bendaggio nelle regioni di polso e mano:

a - Limitazione/assistenza dell'estensione/flessione del polso

b - Sindrome del tunnel carpale

5 - Conoscere indicazioni e principi di base della diagnosi e delle applicazioni per la realizzazione ed il confezionamento di bendaggi per il drenaggio linfatico

Venerdì 24 gennaio

15.30 - 17.00: Storia, definizione ed effetti fisiologici del bendaggio neuromuscolare, del bendaggio di riposizionamento e di scarico

17.00 - 17.15: Pausa Caffè

17.15 - 19.00: Meccanismi d'azione e principi di applicazione del bendaggio neuromuscolare, del bendaggio di riposizionamento e di scarico (prima parte)
19.00 - 20.30: Meccanismi d'azione e principi di applicazione del bendaggio neuromuscolare, del bendaggio di riposizionamento e di scarico (seconda parte)

Sabato 25 gennaio

09.00 - 10.00: Ragionamento clinico, diagnosi e applicazione pratica del bendaggio neuromuscolare, del bendaggio di riposizionamento e di scarico per il rachide lombare
10.00 - 11.00: Ragionamento clinico, diagnosi e applicazione pratica del bendaggio neuromuscolare, del bendaggio di riposizionamento e di scarico per il rachide cervicale e dorsale
11.00 - 11.15: Pausa Caffè
11.15 - 12.30: Ragionamento clinico, diagnosi e applicazione pratica del bendaggio neuromuscolare, del bendaggio di riposizionamento e di scarico per il comparto di spalla
12.30 - 14.00: Ragionamento clinico, diagnosi e applicazione pratica del bendaggio neuromuscolare, del bendaggio di riposizionamento e di scarico per il comparto di gomito, polso e mano
14.00 - 15.30: Pausa Pranzo
15.30 - 17.00: Ragionamento clinico, diagnosi e applicazione pratica del bendaggio neuromuscolare, del bendaggio di riposizionamento e di scarico per il comparto d'anca.
17.00 - 18.30: Ragionamento clinico, diagnosi e applicazione pratica del bendaggio neuromuscolare, del bendaggio di riposizionamento e di scarico per il comparto di ginocchio.
18.30 - 18.45: Pausa Caffè
18.45 - 20.00: Ragionamento clinico, diagnosi e applicazione pratica del bendaggio neuromuscolare, del bendaggio di riposizionamento e di scarico per il comparto di caviglia e piede

Domenica 26 gennaio

09.00 - 10.00: Il bendaggio nel drenaggio linfatico: teoria e diagnosi
10.00 - 11.30: Il bendaggio nel drenaggio linfatico: opzioni di trattamento
11.30 - 11.45: Pausa Caffè
11.45 - 13.00: Il bendaggio nel drenaggio linfatico: pratica di trattamento
13.00 - 14.00: Bendaggi specifici secondo le patologie linfatiche

4° Seminario, 21-22-23 febbraio: Analisi Biomeccanica nello sport: la biomeccanica del running, del ciclismo e del calcio. Docente: Isidro Fernández López

Gli undici obiettivi di questo seminario sono:

- 1 - Comprendere quali sono le principali differenze tra i runners amatoriali e professionisti
- 2 - Descrivere le fasi e le implicazioni muscolari durante l'analisi biomeccanica della marcia
- 3 - Analizzare le più frequenti patologie del corridore, proponendo un'analisi biomeccanica, un trattamento fisioterapico e un riadattamento sportivo
- 4 - Riconoscere e gestire la sindrome della bandelletta ileotibiale, le periostiti, le borsiti, la talalgia, la fascite plantare, le tendinopatie, la spina calcaneare, le metatarsalgie e le fratture da stress
- 5 - Analizzare la tecnica della corsa: postura, lunghezza del passo e cadenza
- 6 - Studiare le calzature appropriate alla disfunzione biomeccanica rilevata o all'atteggiamento da correggere
- 7 - Saper prescrivere un programma adeguato di attività fisica in atleti che presentano patologie legate al running
- 8 - Imparare a porre diagnosi e a trattare gli infortuni legati alle alterazioni biomeccaniche nel calcio
- 9 - Imparare a porre diagnosi e a trattare gli infortuni legati alle alterazioni biomeccaniche nel ciclismo
- 10 - Imparare a porre diagnosi e a trattare gli infortuni legati alle alterazioni biomeccaniche nel nuoto
- 11 - Realizzare un trattamento di elettrolisi nelle lesioni muscolari e tendinee attraverso la diagnosi miofasciale

Venerdì 21 febbraio

15.30 - 17.00: Introduzione all'analisi biomeccanica del running
17.00 - 17.15: Pausa Caffè
17.15 - 18.00: Analisi posturale dell'atleta
18.15 - 19.00: Analisi biomeccanica e test
a - Come effettuare una corretta analisi biomeccanica del runner: prove specifiche di mobilità nel runner
b - Parametri fondamentali dell'analisi cinetica e cinematica del running
19.00 - 20.30: Valutazione pratica dei discenti del gesto della corsa mediante video e analisi di software

Sabato 22 febbraio

09.00 - 10.00: Valutazione delle calzature a seconda dell'analisi biomeccanica
10.00 - 11.00: Running retraining: frequenza e lunghezza del passo nel runner.
• Tecnica di corsa ed equilibrio biomeccanico
11.00 - 11.15: Pausa Caffè
11.15 - 12.00: Valutazione e tecniche globali di trattamento delle catene muscolari del corridore
12.00 - 13.00: Pianificazione di un programma di potenziamento muscolare per il corridore
13.00 - 14.00: Analisi della biomeccanica dell'anca nello sport
14.00 - 15.30: Pausa Pranzo
15.30 - 16.30: Analisi della biomeccanica nel ciclismo
16.30 - 17.30: Postura del ciclista: misurazione delle distanze manubrio/pedale/manubrio. Caso clinico
17.30 - 18.30: Fattori biomeccanici associati alle lesioni del ciclista
18.30 - 18.45: Pausa Caffè
18.45 - 20.00: Influenza e trattamento delle catene muscolari più coinvolte nel calcio

Domenica 23 febbraio

09.00 - 10.00: Intrappolamento neurodinamico nel calcio
• Nervo Femorale
• Nervo Otturatore
• Nervo Femorocutaneo

- Nervo Sciatico
- 10.00 - 11.30: Analisi biomeccanica nel nuoto
- 11.30 - 11.45: Pausa Caffè
- 11.45 - 13.00: Trattamento con elettrolisi percutanea nelle lesioni muscolotendinee
- 13.00 - 14.00: Casi clinici

5° Seminario, 20-21-22 marzo:

Concetto, valutazione e trattamento della Pubalgia e della Lombalgia nello sportivo. Docente: Pablo Llanes Ontiveros

I quattro obiettivi di questo seminario sono:

- 1 - Descrivere e definire la pubalgia e la lombalgia
- 2 - Comprendere gli effetti fisiologici e meccanici delle differenti metodologie di trattamento
- 3 - Capire quali sono le indicazioni e le controindicazioni delle differenti patologie e dei trattamenti
- 4 - Formulare correttamente una diagnosi differenziale delle differenti patologie che colpiscono la regione lombare e la regione pelvica

Venerdì 20 marzo

- 15.30 - 17.00: Introduzione alla pubalgia
- 17.00 - 17.15: Pausa Caffè
- 17.15 - 18.00: Aspetti clinici della pubalgia
- 18.15 - 19.00: Anatomia della regione pubica
- 19.00 - 20.30: Sindromi che si manifestano con dolore inguinale

Sabato 21 marzo

- 09.00 - 10.30: Anatomia palpatoria
- Pratica
- 10.30 - 11.30: Esame fisico nel paziente pubalgico
- 11.30 - 12.00: Pausa Caffè
- 12.00 - 14.00: Concetto multifattoriale del dolore inguinale
- 14.00 - 15.30: Pausa Pranzo
- 15.00 - 17.00: Valutazione funzionale della regione pubica

- 17.00 - 18.00: Caso Clinico 1
- Pratica
- 18.00 - 18.15: Pausa Caffè
- 18.15 - 19.00: Caso Clinico 2
- Pratica
- 19.00 - 20.00: Caso Clinico 3
- Pratica

Domenica 22 marzo

- 09.00 - 10.00: Fisiopatologia e diagnosi differenziale della lombalgia nello sportivo
- 10.00 - 11.30: Patologie legate al rachide lombare nello sportivo
- Disfunzioni
- Obiettivi terapeutici
- 11.30 - 11.45: Pausa Caffè
- 11.45 - 12.30: Valutazione funzionale
- 12.30 - 14.00: Caso Clinico 4
- Pratica

6° Seminario, 17-18-19 aprile:

Terapia manuale nelle lesioni sportive, casi clinici. Docente: Juan Muro Zabaleta

I sette obiettivi di questo seminario sono:

- 1 - Insegnare ai discenti a vedere la lesione da un punto di vista globale attraverso una maniera diversa di approcciarsi all'atleta
- 2 - Formulare un corretto ragionamento clinico
- 3 - Conoscere le basi dell'attività del fisioterapista dentro lo spogliatoio
- 4 - Conoscere come lavora tutto lo staff tecnico e come si interrelazionano nello spogliatoio
- 5 - Insegnare ai discenti, mediante la terapia manuale, le abilità necessarie per il proprio sviluppo professionale
- 6 - Illustrare ai discenti la posizione del fisioterapista sportivo in una squadra di calcio
- 7 - Sviluppo dei casi clinici specifici: che sta succedendo all'atleta? Esplorazione fisioterapica, ipotesi fisiopatologica e catena lesionale

Venerdì 17 aprile

- 15.30 - 16.30: Presentazione e introduzione ai concetti di base nel trattamento dell'atleta professionista
- Conoscenze di base che spesso passano inosservate ma che sono le chiavi per il trattamento ed il recupero dell'atleta
- 16.30 - 18.00: Caso Clinico 1: Tendinopatia bilaterale del Bicipite Femorale
- Tecnica manuale
- Mobilizzazione manuale dei processi spinosi lombari come tecnica diagnostica e terapeutica
- 18.00 - 18.15: Pausa Caffè
- 18.15 - 19.00: Caso Clinico 2: Patologie somatoviscerali
- Acquisizione del fatto che alcuni casi clinici legati a infortuni sportivi hanno una presentazione viscerale
- Terapia manuale: tecniche di mobilizzazione viscerale
- 19.00 - 20.30: Caso Clinico 3: Pubalgia
- Comprensione del rapporto tra anca e pube
- Tecniche manuali di distrazione dell'anca

Sabato 18 aprile

- 09.00 - 10.30: Caso Clinico 4: Infortuni del Retto Femorale
- Revisione di tutte le strutture che hanno rapporti con la biomeccanica del muscolo retto femorale
- Protocolli di prevenzione delle lesioni muscolari legate a questo muscolo
- 10.30 - 12.00: Caso Clinico 5: Meniscopatie
- Mobilizzazioni e tecniche manuali del ginocchio
- 12.00 - 12.15: Pausa Caffè
- 12.15 - 14.00: Caso Clinico 6: Infortuni e lesioni a carico delle strutture del mesopiede
- Tecniche di bendaggio per il controllo del piede in valgo
- 14.00 - 15.30: Pausa Pranzo
- 15.30 - 17.00: Caso Clinico 7: Sciatalgia e Arto Inferiore
- Revisione di tutte le strutture anatomiche che hanno rapporti anatomofunzionali con la regione glutea ed il terzo prossimale posteriore di coscia
- Riconoscimento clinico mediante palpazione e test
- 17.00 - 17.15: Pausa Caffè

17.15 - 18.30: Caso Clinico 8: Infortuni di Spalla
• Tecniche manuali per trattare i tessuti molli, la clavicola ed il muscolo gran pettorale
18.30 - 20.00: Caso Clinico 9: Disfunzioni dell'articolazione Sacroiliaca
• Tecniche di manipolazione diretta per il trattamento della cintura pelvica in disfunzione posteriore

Domenica 19 aprile

09.00 - 10.30: Caso Clinico 10: Lombalgia del calciatore
• Aspetti da prendere in considerazione per ridurre l'ipermobilità del segmento articolare L5-S1
• Presentazione di varie tecniche manuali
10.30 - 12.00: Caso Clinico 11: Tendinopatia Rotulea
• Visione globale per comprendere il processo fisiopatologico del Jumper's Knee senza prendere in considerazione solo lo stato patologico del tendine
12.00 - 12.15: Pausa Caffè
12.15 - 14.00: Caso clinico 12: Ginocchio del Corridore
• L'importanza del muscolo medio gluteo nel controllo della stabilità funzionale dell'arto inferiore

7° Seminario, 22-23-24 maggio:

Terapia Miofasciale. Docente: Alberto Blanco Martinez

I sette obiettivi di questo seminario sono:

- 1 - Conoscere le proprietà, la distribuzione e le funzioni del sistema fasciale nell'organismo
- 2 - Conoscere quali sono le distinte risposte del tessuto secondo l'implicazione di forze, tanto fisiologiche quanto patologiche
- 3 - Conoscere i processi di modificazione del tessuto connettivo per mezzo dei quali si crea la patologia
- 4 - Introdurre al fisioterapista distinti test diagnostici miofasciali per identificare le zone di restrizione di mobilità
- 5 - Comprendere gli effetti fisiologici delle tecniche di trattamento sul tessuto connettivo

6 - Comprendere l'importanza del mediastino e del diaframma nelle distinte patologie dell'apparato locomotore
7 - Saper eseguire le tecniche di trattamento del sistema fasciale nelle seguenti regioni:

- a) Arto superiore
- b) Rachide cervicale
- c) Rachide lombare
- d) Arto inferiore
- e) Diaframma
- f) Mediastino
- g) Sistema viscerale

Venerdì 22 maggio

15.30 - 17.00: Introduzione all'anatomia del sistema fasciale
• Istologia del tessuto connettivo
17.00 - 17.15: Pausa Caffè
17.15 - 18.00: Proprietà del tessuto connettivo e della fascia
• Effetti dell'applicazione di forze sul tessuto fasciale
18.15 - 19.00: Organizzazione e disfunzioni del sistema fasciale
• Alterazioni posturali e biodinamica
19.00 - 20.30: Principi ed effetti del trattamento sul tessuto connettivo
• Applicazione pratica: tecniche di trattamento superficiale
• Palpazione ed ascolto

Sabato 23 maggio

09.00 - 10.00: Anatomia e fisiopatologia del rachide cervicale
10.00 - 11.30: Applicazione pratica delle tecniche di trattamento delle fasce cervicali
• Induzione suboccipitale
• Fascia paravertebrale
• SCOM
• Fasce cervicali profonde
• Fascia trapezio-angolare della scapola
• Equilibratura dello ioide
• Fascia sopraioidea
11.30 - 11.45: Pausa Caffè
11.45 - 12.30: Anatomia e fisiopatologia dell'arto superiore
12.30 - 14.00: Applicazione pratica delle tecniche di

trattamento della fascia dell'arto superiore

- Fascia pettorale maggiore/minore
- Fascia omotoracica
- Fascia anteriore del braccio
- Fascia anteriore dell'avambraccio
- Legamento anulare del carpo
- 14.00 - 15.30: Pausa Pranzo
- 15.30 - 17.00: Anatomia e fisiopatologia del rachide lombare e della pelvi
- 17.00 - 17.15: Pausa Caffè
- 17.15 - 18.00: Applicazione pratica delle tecniche di trattamento delle fasce della regione lombare e della pelvi
- Fascia renale/quadrato lombare
- Equilibratura bilaterale della fascia pelvica
- Fascia dello psoas
- Tecnica di liberazione del sacro
- 18.00 - 19.00: Anatomia e fisiopatologia dell'arto inferiore
- 19.00 - 20.00: Applicazione pratica delle tecniche di trattamento delle fasce dell'arto inferiore
- Tendine comune dei rotatori esterni dell'anca
- Loggia posteriore di coscia
- Banderella ileotibiale
- Fossa poplitea
- Loggia posteriore del polpaccio
- Comparto tibiale posteriore
- Fascia plantare

Domenica 24 maggio

09.00 - 10.30: Concetti anatomici, biomeccanici e fisiopatologici del diaframma e del mediastino
10.30 - 11.30: Applicazione pratica delle tecniche di trattamento del diaframma e del mediastino
• Stretching diaframmatico
• Inibizione del centro frenico
• Equilibratura del mediastino anteriore/posteriore
• Equilibratura dell'ingresso toracico
11.30 - 11.45: Pausa Caffè
11.45 - 12.30: Concetti anatomici, biomeccanici e fisiopatologici del sistema viscerale-fasciale
12.30 - 14.00: Test diagnostici e tecnica di equilibratura dei quadranti viscerali
• Cieco • Sigmoido • Fegato • Stomaco
14.00 - 15.00: Esame finale per il conseguimento del titolo di "Master in Fisioterapia Sportiva" - Prova Orale e Pratica