

Programma

Il Master, della durata di ventuno giorni non consecutivi, è articolato in sette seminari di tre giorni ciascuno.

1° Seminario

Introduzione alla Fisioterapia Sportiva

Giorno 1

- 14.30 - 15.00 Benvenuto ai partecipanti e presentazione del Master
- 15.00 - 17.00 Introduzione alla Fisioterapia Sportiva (prima parte) - chiavi di trattamento degli infortuni negli sport d'élite
- 17.00 - 18.00 Introduzione alla Fisioterapia Sportiva (seconda parte) - l'importanza della diagnosi
- 18.00 - 18.15 Pausa Caffè
- 18.15 - 19.30 Fisiologia dello sport - idratazione e nutrizione
- 19.30 - 21.00 Fisiologia dello sport - metabolismo pro infiammatorio

Giorno 2

- 09.00 - 12.00 Diagnosi metodologica - teoria
- 12.00 - 12.15 Pausa Caffè
- 12.15 - 14.00 Diagnosi metodologica - pratica
- 14.00 - 15.00 Pausa Pranzo
- 15.00 - 17.00 Diagnosi del distretto articolare del ginocchio - teoria e pratica
- 17.00 - 17.15 Pausa Caffè
- 17.15 - 20.00 Diagnosi del distretto articolare del piede - teoria e pratica

Giorno 3

- 09.00 - 11.00 Fisiopatologia della lombalgia e diagnosi differenziale del mal di schiena
- 11.00 - 12.00 Valutazione funzionale della distretto anatomico della schiena
- 12.00 - 12.15 Pausa Caffè
- 12.15 - 14.00 Trattamento della lombalgia - caso clinico

2° Seminario

Fisioterapia Sportiva dell'arto superiore (tennis, paddle tennis e golf) dry needling e patologie muscoloscheletriche del ciclista

Giorno 1

- 15.00 - 17.00 Anatomia della spalla e del gomito
- 17.00 - 18.00 Analisi funzionale della fascia dell'arto superiore
- 18.00 - 18.15 Pausa Caffè
- 18.15 - 19.30 Diagnosi differenziale dell'arto superiore
- 19.30 - 21.00 Trattamenti - tecniche manuali e tecniche articolari

Giorno 2

- 09.00 - 12.00 Trattamento: controllo motorio e stabilizzazione muscolare
- 12.00 - 12.15 Pausa Caffè
- 12.15 - 14.00 Trattamento: neurodinamica e bendaggio di riposizionamento
- 14.00 - 15.00 Pausa Pranzo
- 15.00 - 17.00 Trigger points e Dry Needling
- 17.00 - 17.15 Pausa Caffè
- 17.15 - 20.00 Influenza e trattamento delle catene muscolari interessate nel tennis e nel paddle tennis

Giorno 3

- 09.00 - 12.00 Fattori biomeccanici associati agli infortuni nel golf e loro correzione attraverso le catene muscolari
- 12.00 - 12.15 Pausa Caffè
- 12.15 - 14.00 Fattori biomeccanici associati agli infortuni dei ciclisti, analisi cinematica della pedalata: angoli e motivi che influenzano la patologia del ciclista

3° Seminario

Groin injury nell'atleta: concetti, valutazione e trattamento

Giorno 1

- 15.00 - 15.20 Introduzione
- 15.20 - 16.20 Concetti di lesione all'inguine
- 16.20 - 16.50 Aspetti clinici
- 16.50 - 17.20 Pausa Caffè
- 17.20 - 18.10 Anatomia della regione pubica
- 18.10 - 19.00 Sindromi che si presentano con il dolore all'inguine
- 19.00 - 20.00 Anca e pubalgia
- 20.00 - 21.00 Diagnosi differenziali

Giorno 2

- 09.00 - 10.30 Anatomia palpatoria - prova pratica degli studenti
- 10.30 - 11.00 Pausa Caffè
- 11.00 - 12.00 Esame fisico dell'infortunio all'inguine
- 12.00 - 12.10 Tecniche chirurgiche nell'infortunio all'inguine
- 12.10 - 14.00 Valutazione funzionale della regione pubica
- 14.00 - 15.00 Pausa Pranzo
- 15.00 - 17.00 Concetto multifattoriale del dolore all'inguine
- 17.00 - 18.00 Caso clinico 1 e prova pratica degli studenti

Giorno 3

- 09.00 - 10.15 Caso clinico 2 e prova pratica degli studenti
- 10.15 - 11.30 Caso clinico 3 e prova pratica degli studenti
- 11.30 - 12.00 Pausa Caffè
- 12.00 - 13.30 Caso clinico 4 e prova pratica degli studenti
- 13.30 - 14.00 Tavola rotonda - domande e risposte

4° Seminario

Bendaggi nello sport

Giorno 1

- 15.00 - 17.00 Definizione e rapida applicazione del taping
- 17.00 - 18.00 Diagnosi e trattamento - indicazioni e controindicazione del taping
- 18.00 - 18.15 Pausa Caffè
- 18.15 - 19.30 Applicazione pratica del taping e tecniche per l'arto superiore
- 19.30 - 21.00 Applicazione pratica del taping e tecniche per l'arto inferiore

Giorno 2

- 09.00 - 12.00 Definizione ed applicazione dei principali bendaggi di riposizionamento
- 12.00 - 12.15 Pausa Caffè
- 12.15 - 14.00 Diagnosi e trattamento - indicazioni e controindicazioni del bendaggio neuromuscolare di riposizionamento nella patologia sportiva
- 14.00 - 15.00 Pausa Pranzo
- 15.00 - 17.00 Bendaggio di riposizionamento, diagnosi e trattamento - test specifici per ogni muscolo
- 17.00 - 17.15 Pausa Caffè
- 17.15 - 20.00 Bendaggio di riposizionamento, diagnosi e trattamento - applicazione nella zona cervicale, toracica e lombare della colonna vertebrale

Giorno 3

- 09.00 - 10.00 Bendaggio di riposizionamento, diagnosi e trattamento - tecniche di applicazione per l'arto superiore (prima parte)
- 10.00 - 11.00 Bendaggio di riposizionamento, diagnosi e trattamento - tecniche di applicazione per l'arto superiore (seconda parte)
- 11.00 - 12.00 Bendaggio di riposizionamento, diagnosi e trattamento - tecniche di applicazione per l'arto inferiore (prima parte)
- 12.00 - 12.15 Pausa Caffè
- 12.15 - 14.00 Bendaggio di riposizionamento, diagnosi e trattamento - tecniche di applicazione per l'arto inferiore (seconda parte)

5° Seminario

Tecniche miofasciali e patologie dell'arto inferiore

Giorno 1

- 15.00 - 17.00 Definizione di tecniche miofasciali
- 17.00 - 18.00 Tecniche miofasciali, trattamento precoce
- 18.00 - 18.15 Pausa Caffè
- 18.15 - 19.30 Applicazioni delle tecniche miofasciali al rachide cervicale, toracico e lombare (1°p.)
- 19.30 - 21.00 Applicazioni delle tecniche miofasciali al rachide cervicale, toracico e lombare (2°p.)

Giorno 2

- 09.00 - 12.00 Applicazioni delle tecniche miofasciali all'arto superiore (prima parte)
- 12.00 - 12.15 Pausa Caffè
- 12.15 - 14.00 Applicazioni delle tecniche miofasciali all'arto superiore (seconda parte)
- 14.00 - 15.00 Pausa Pranzo
- 15.00 - 17.00 Applicazioni delle tecniche miofasciali all'arto inferiore (prima parte)
- 17.00 - 17.15 Pausa caffè
- 17.15 - 20.00 Applicazioni delle tecniche miofasciali all'arto inferiore (seconda parte)

Giorno 3

- 09.00 - 12.00 Protocolli di trattamento delle tecniche miofasciali
- 12.00 - 12.15 Pausa Caffè
- 12.15 - 14.00 Caso clinico - trattamento di infortuni al ginocchio con le tecniche miofasciali

6° Seminario

Patologie dei corridori - lesioni muscolari e tendinee

Giorno 1

- 15.00 - 17.00 Differenze nell'atletica: atleta professionista versus atleta dilettante
- 17.00 - 18.00 Biomeccanica della corsa
- 18.00 - 18.15 Pausa Caffè
- 18.15 - 19.30 Disfunzioni della biomeccanica e suoi impatti

Giorno 2

- 09.00 - 12.00 Infortuni più comuni della corsa: condropatia rotulea
- 12.00 - 12.15 Pausa Caffè
- 12.15 - 14.00 Infortuni più comuni della corsa: sindrome ileo-tibiale
- 14.00 - 15.00 Pausa Pranzo
- 15.00 - 17.00 Infortuni più comuni della corsa: tendinopatie
- 17.00 - 17.15 Pausa Caffè
- 17.15 - 20.00 Infortuni più comuni della corsa: periostiti

Giorno 3

- 09.00 - 12.00 Infortuni più comuni della corsa: borsiti, dolore al tallone e sperone calcaneare
- 12.00 - 12.15 Pausa Caffè
- 12.15 - 14.00 Tecnica di corsa e preparazione fisica per la gara

7° Seminario

Trattamento osteopatico della caviglia e del piede, casi clinici di infortuni sportivi

Giorno 1

- 15.00 - 17.00 Protocollo di trattamento delle distorsioni della caviglia (parte teorica)
- 17.00 - 18.00 Protocollo di trattamento delle distorsioni della caviglia (parte pratica)
- 18.00 - 18.15 Pausa Caffè
- 18.15 - 19.30 Trattamento osteopatico del piede (1°p.)
- 19.30 - 21.00 Trattamento osteopatico del piede (2°p.)

Giorno 2

- 09.00 - 12.00 Introduzione e metodologie di base dei protocolli di trattamento nella fisioterapia sportiva
- 12.00 - 12.15 Pausa Caffè
- 12.15 - 14.00 Caso 1 - Coinvolgimento di origine metamerica dei tendini degli arti inferiori
- 14.00 - 15.00 Pausa Pranzo
- 15.00 - 17.00 Caso 2 - Patologia somatoviscerale
- 17.00 - 17.15 Pausa caffè
- 17.15 - 19.00 Caso 3 - Parameniscite
- 19.00 - 20.00 Caso 4 - Ginocchio del corridore

Giorno 3

- 09.00 - 12.00 Propriocezione e idroterapia
- 12.00 - 13.00 Pausa Pranzo
- 13.00 - 14.00 Tavola rotonda, domande e risposte, consegna dei diplomi