

MET

MEDICAL EXERCISE THERAPY

PROGRAMMA

Il progetto formativo, della durata di tre giorni consecutivi, verrà tenuto dal docente internazionale Frank Aerts PT, DSc, OCS, CMPT, CMP, CMET, CCVT. Gli orari andranno dalle 8.00 alle 18.00 per le prime due giornate e dalle 8.00 alle 17.00 per la terza ed ultima giornata

LINGUA italiano/inglese

• Il corso è tenuto interamente in lingua inglese con traduzione consecutiva in italiano da parte di un interprete fisioterapista preparato in materia

1° GIORNO

08.00 - 08.15: Registrazione dei partecipanti
08.15 - 08.45: Introduzione alla Precision Therapeutic Exercise - progettazione, dosaggio, somministrazione
08.45 - 09.30: Biomeccanica pratica per HHD (Hand - held Dynamometry)
09.30 - 10.30: Validità ed affidabilità dell'HHD (Hand - held Dynamometry)
10.30 - 10.45: Pausa Caffè
10.45 - 12.45: Misurazioni con bias di movimento
12.45 - 13.30: Pausa Pranzo
13.30 - 15.45: Misurazioni con bias dei muscoli (1ª parte)
15.45 - 16.00: Pausa Caffè
16.00 - 17.00: Misurazioni con bias dei muscoli (2ª parte)
17.00 - 18.00: Revisione della prima giornata

2° GIORNO

08.00 - 10.00: Misurazione con bias degli esercizi: Hand - held dynamometry per facilitare il test di fatica clinica (CFT)
10.00 - 10.15: Pausa Caffè
10.15 - 12.45: Dosaggio e dosimetria dell'esercizio terapeutico, fatica clinica neuromuscolare e test di fatica clinica (CFT)
12.45 - 13.30: Pausa Pranzo
13.30 - 15.30: Dosaggio e dosimetria dell'esercizio terapeutico, dose e risposta fisiologica, linee guida della dosimetria, esercizi concentrici
15.30 - 15.45: Pausa Caffè
15.45 - 17.00: Dosaggio e dosimetria dell'esercizio terapeutico, linee guida della dosimetria, esercizi isometrici ed eccentrici
17.00 - 18.00: Revisione della seconda giornata

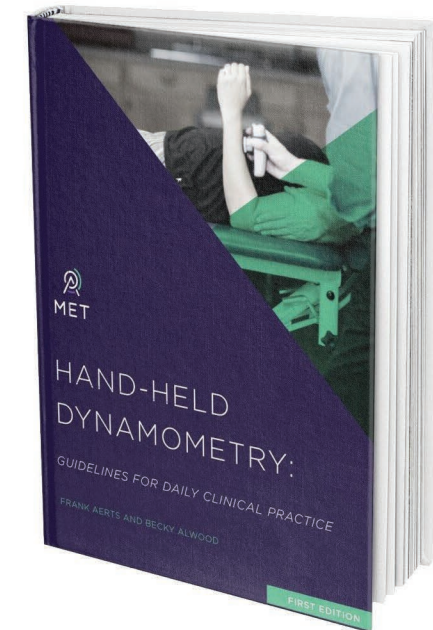
3° GIORNO

08.00 - 10.00: Miglioramento ottimale del paziente, domini di outcome, principi di allenamento
10.00 - 10.15: Pausa Caffè
10.15 - 12.15: Integrazione di fattori biomeccanici nella progettazione e nel dosaggio di esercizi terapeutici
12.15 - 13.00: Pausa Pranzo
13.00 - 15.30: Integrazione funzionale nella progettazione e nel dosaggio degli esercizi terapeutici
15.30 - 16.00: Esame di carattere teorico - pratico
16.00 - 17.00: Revisione della terza giornata, domande e risposte, questionario ECM e consegna dei diplomi

LETTURE PER CORSO

- Aerts F, Carrier K, Alwood B. Inter-rater Reliability of Sustained Aberrant Movement Patterns as A Clinical Assessment of Muscular Fatigue. The Open Orthopaedics Journal, 2016, 10, 125-134
- Booth J, Moseley GL, Schiltenswolf M, et al. Exercise for chronic musculoskeletal pain: A biopsychosocial approach. Musculoskeletal Care. 2017 Dec;15(4):413-421.
- Brody LT. Effective therapeutic exercise prescription: the right exercise at the right dose. J Hand Ther. 2012 Apr-Jun;25(2):220-31.
- Khan KM, Scott A. Mechanotherapy: how physical

- therapists' prescription of exercise promotes tissue repair. Br J Sports Med. 2009 Apr;43(4):247-52.
- Lorås H, Østerås B, Torstensen TA, Østerås H. Medical Exercise Therapy for Treating Musculoskeletal Pain: A Narrative Review of Results from Randomized Controlled Trials with a Theoretical Perspective. Physiother Res Int. 2015 May 25



 **MET**
SEMINARS