



Programma Evento Formativo

TITOLO: APPROCCIO MIOFASCIALE ALLE DISFUNZIONI DEL CONTROLLO MOTORIO

ORARI:

1^ GIORNATA: dalle ore 8:30 alle ore 13:00 e dalle ore 14:00 alle ore 18:00

2^ GIORNATA: dalle ore 8:30 alle ore 13:00 e dalle ore 14:00 alle ore 17:30

3^ GIORNATA: dalle ore 8:30 alle ore 13:00 e dalle ore 14:00 alle ore 18:00

4^ GIORNATA: dalle ore 8:30 alle ore 13:00 e dalle ore 14:00 alle ore 17:30

PROGRAMMA NEL DETTAGLIO:

Materiale **PRE-CORSO**: a disposizione dei corsisti 1 mese prima dell'inizio corso, lo studente avrà accesso alla piattaforma didattica su TELEGRAM dalla quale potrà scaricare la DISPENSA PRE CORSO, e la dispensa del PRIMO WEEK END, inoltre troverà i video didattici da studiare prima del week-end di formazione e potrà scaricare dei POSTER DIDATTICI per facilitare lo studio

Argomenti:

- 1 Introduzione: Cos'è la fascia
- 2 Dolore Miofasciale
- 3 Approccio FMC: Tecniche di trattamento e Test di Valutazione
- 4 Sistemi Miofasciali FMC
- 5 Aree del Sistema di Rotazione Esterna Arto Inferiore
- 6 Aree del Sistema di Rotazione Interna Arto Inferiore
- 7 Aree del Sistema di Flessione Laterale Arto Inferiore
- 8 Aree del Sistema di Flessione Mediale Arto Inferiore
- 9 Aree del Sistema di Flessione Arto Inferiore
- 10 Aree del Sistema di Estensione Arto Inferiore
- 11 Il Sistema Profondo
- 12 QUESTIONARIO FMC
- 13 VIDEO ESERCITAZIONI DI RIPASSO DELLE AREE
- 14 Aree di Rotazione Tronco
- 15 Aree di Flessione Laterale Tronco
- 16 Aree di Flessione ed Estensione Tronco

1^ GIORNATA

| ORARI | DESCRIZIONE | METODO DI INSEGNAMENTO |
|---------------|--|---|
| 8:30 – 9:00 | REGISTRAZIONE DEI PARTECIPANTI E CONSEGNA DELLA MODULISTICA ECM | |
| 9:00 – 11:00 | Localizzazione e posizioni di trattamento delle aree miofasciali dei seguenti sistemi Arto Inferiore: SISTEMA DI ROTAZIONE ESTERNA/INTERNA SISTEMA DI FLESSIONE LATERALE/MEDIALE | <i>DIMOSTRAZIONE TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI 30 min</i> |
| | | <i>ESECUZIONE DIRETTA DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE 90 min</i> |
| 11:00 - 11:15 | COFFEE BREAK | |



Programma Evento Formativo

| | | |
|----------------------|---|---|
| 11:15 – 12:00 | Localizzazione e posizioni di trattamento delle aree miofasciali dei seguenti sistemi Arto Inferiore: | <i>DIMOSTRAZIONE TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI 15 min</i> |
| | SISTEMA DI FLESSIONE/ESTENSIONE | <i>ESECUZIONE DIRETTA DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE 30 min</i> |
| 12:00 – 12:30 | TECNICHE NO PAIN | <i>DIMOSTRAZIONE TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI 10 min</i> |
| | - Tecnica vascolare riflessa - Strategia di detensione manuale - Strategia di detensione posturale | <i>ESECUZIONE DIRETTA DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE 20 min</i> |
| 12:30 – 13:00 | Test di Valutazione Arto Inferiore | <i>DIMOSTRAZIONE TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI 10 min</i> |
| | - Test GAC | <i>ESECUZIONE DIRETTA DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE 20 min</i> |
| 13:00 – 14:00 | PAUSA PRANZO | |
| 14:00 – 16:30 | Test di Valutazione Arto Inferiore | <i>DIMOSTRAZIONE TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI 60 min</i> |
| | - Test Flx/Rot Est - Test Eversione - Test Flx/Rot Int - Test Inversione - Test Quadrupedica - CLUSTER Quadrupedica/Flessione in piedi/Flessione seduto - Test Flx con bastone - Test Est con Bastone - Test Quadrupedica con piedi dentro - Accovacciamento | <i>ESECUZIONE DIRETTA DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE 90 min</i> |
| 16:30 - 17:30 | Valutazione e trattamento di un paziente reale (paziente A) | <i>DIMOSTRAZIONE TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI</i> |
| 17:30 – 18:30 | Esercitazione di ripasso di tutti i sistemi affrontati durante la giornata | <i>ESECUZIONE DIRETTA DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE</i> |

2^ GIORNATA

| ORARI | DESCRIZIONE | METODO DI INSEGNAMENTO |
|----------------------|---|---|
| 8:30 – 10:30 | Identificazione e trattamento aree SISTEMA PROFONDO | <i>DIMOSTRAZIONE TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI 30 min</i> |
| | - Area Masseteri - Area Scalenii - Area Piccolo Pettorale - Area Diaframma - Area Psoas - Area Multifidi | <i>ESECUZIONE DIRETTA DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE 90 min</i> |
| 10:30 – 10:45 | COFFEE BREAK | |
| 10:45 – 11:30 | Tecniche di autotrattamento del SISTEMA PROFONDO | <i>LEZIONI MAGISTRALI</i> |
| 11:30 – 12:30 | RIFLESSI PRIMITIVI | <i>DIMOSTRAZIONE TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI 30 min</i> |
| | Valutazione ed Inibizione - Riflesso di Moro - Startle Reflex | |



Programma Evento Formativo

| | | |
|----------------------|---|--|
| | Esercizi di autotrattamento - Inibizione area visive ed aree autotrattamento - Inibizione area spalla ed autotrattamento - Esercizio Gambe al Muro - Esercizio STAR FISH | <i>ESECUZIONE DIRETTA DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE 30 min</i> |
| 12:30 – 13:00 | Questionario FMC: - Modalità di somministrazione - Combinazione con la valutazione del Sistema Profondo | <i>LEZIONI MAGISTRALI</i> |
| 13:00 – 14:00 | PAUSA PRANZO | |
| 14:00 – 16:00 | Localizzazione e posizioni di trattamento delle aree miofasciali dei seguenti sistemi del Tronco: - SISTEMA DI ROTAZIONE - SISTEMA DI FLESSIONE LATERALE - SISTMA DI FLESSIONE/ESTENSIONE Test FMC - Test di Rotazione lombare - Test di Rotazione Tronco - Test di Flessione Laterale - Test Cervicali | <i>DIMOSTRAZIONE TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI 30 min</i> <i>ESECUZIONE DIRETTA DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE 90 min</i> |
| 16:00 – 16:30 | Valutazione e trattamento di un paziente reale (paziente B) | <i>DIMOSTRAZIONE TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI</i> |
| 16:30 – 17:00 | Sistemi di sicurezza in FMC: - Tecniche di Stabilizzazione SNA post trattamento | <i>ESECUZIONE DIRETTA DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE 30 min</i> |

Materiale **PRE-CORSO**: a disposizione dei corsisti 1 mese prima dell'inizio del secondo Weekend, i video didattici saranno visibili progressivamente previo superamento di quiz a risposta multipla per testare l'apprendimento dello studente.

- 1 Aree del Sistema di Rotazione Esterna Arto Superiore
 - 2 Aree del Sistema di Rotazione Interna Arto Superiore
 - 3 Aree del Sistema di Flessione Laterale Arto Superiore
 - 4 Aree del Sistema di Flessione Mediale Arto Superiore
 - 5 Aree del Sistema di Flessione Arto Superiore
 - 6 Aree del Sistema di Estensione Arto Superiore
 - 7 Nervo Mediano: anatomia ed aree miofasciali
 - 8 Nervo Radiale: anatomia ed aree miofasciali
 - 9 Nervo Ulnare: anatomia ed aree miofasciali
 - 10 Cosa sono i Withdrawl Reflex
 - 11 Postura ed aree Miofasciali simmetriche
- DISPENSA SECONDO WEEK END e POSTER delle AREE ARTO SUPERIORE

TOOL Interattivo su TELEGRAM riassuntivo dei test dell'arto inferior

3^ GIORNATA

| ORARI | DESCRIZIONE | METODO DI INSEGNAMENTO |
|---------------------|---|---|
| 8:30 – 10:30 | Localizzazione e posizioni di trattamento delle aree miofasciali dei seguenti sistemi Arto Superiore: | <i>DIMOSTRAZIONE TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI 30 min</i> |



Programma Evento Formativo

| | | |
|----------------------|--|---|
| | SISTEMA DI ROTAZIONE ESTERNA/INTERNA SISTEMA DI FLESSIONE LATERALE/MEDIALE SISTEMA DI FLESSIONE/ESTENSIONE | ESECUZIONE DIRETTA DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE 90 min |
| 10:30 – 10:45 | COFFEE BREAK | |
| 10:45 – 12:00 | Test di Valutazione Arto Superiore: - Indicatori Postural Scapolari - Test di Rotazione Spalla - Test Mano Spalla Opposta 1 - Test Mano Spalla Opposta 2 - Test Empty Can - Test Palm Up - Test Neurodinamico Nervo Mediano | DIMOSTRAZIONE TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI 45 min |
| | | ESECUZIONE DIRETTA DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE 45 min |
| 12:00 – 13:00 | Valutazione e trattamento di un paziente reale (paziente C) | DIMOSTRAZIONE TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI |
| 13:00 – 14:00 | PAUSA PRANZO | |
| 14:00 – 15:30 | Test Neurodinamici ed aree miofasciali - Test Nervo Radiale - Test Nervo Ulnare | DIMOSTRAZIONE TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI 30 min |
| | | ESECUZIONE DIRETTA DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE 60 min |
| 15:30 – 16:00 | AREE EXTRA - Popliteo - Rotatori dell'anca - Area Pubica - Area Scapola - Area Omoioideo | DIMOSTRAZIONE TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI |
| 16:00 – 17:30 | Questionario FMC - Esercizi Cardiaci - Ritmi Circardiani - Esercizio del Metronomo | DIMOSTRAZIONE TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI |
| 17:30 - 18:30 | Trattamento del Sistema Profondo TECNICHE SPA | DIMOSTRAZIONE TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI 15 min |
| | | ESECUZIONE DIRETTA DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE 45 min |

4^ GIORNATA

| ORARI | DESCRIZIONE | METODO DI INSEGNAMENTO |
|----------------------|---|---|
| 8:30 – 10:30 | TEST GLOBALI: Le posture sagittali e le tensioni miofasciali: - Sway Back - Flat Back - Cifo Lordotico - Militare Tecniche di trattamento ed autotrattamento | DIMOSTRAZIONE TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI |
| | | ESECUZIONE DIRETTA DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE |
| 10:30 – 10:45 | COFFEE BREAK | |
| 10:45 – 11:45 | Cosa Valutare in presenza di differente altezza delle creste iliache: - Postura in Shift Laterale - Valutazione Eterometria dell'arto - Lesione di Upslip e tecnica di manipolazione - Test di Craig - Differente forma delle ossa iliache | DIMOSTRAZIONE TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI 15 min |
| | | ESECUZIONE DIRETTA DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE 45 min |



Programma Evento Formativo

| | | |
|----------------------|---|---|
| 11:45 – 13:00 | TEST GLOBALI: - Test di Small Knee Band (SKB) - STORK TEST - Cicatrici attive - Test di Mobilità globali | <i>DIMOSTRAZIONE TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI 15 min</i> |
| | | <i>ESECUZIONE DIRETTA DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE 60 min</i> |
| 13:00 – 14:00 | PAUSA PRANZO | |
| 14:00 – 15:00 | Valutazione e trattamento di un paziente reale (paziente C) | <i>DIMOSTRAZIONE TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI</i> |
| 15:00 – 16:30 | RISOLUZIONE DEI PROBLEMI: - Risoluzione Test Quadrupedica - Risoluzione scapola alta (mobilizzazione 1 costa) - Risoluzione test arto inferiore (tapping articolazione sottoatragalica - Withdrawal Reflex Arto Inferiore - Gestione dei Withdrawal Reflex | <i>DIMOSTRAZIONE TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI 30 min</i> |
| | | <i>ESECUZIONE DIRETTA DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE 60 min</i> |
| 16:30 – 17:00 | Gestione del Paziente: Come strutturare le sedute successive Come gestire le recidive Come gestire gli autotrattamenti Raccomandazioni per il paziente | <i>LEZIONI MAGISTRALI</i> |

FORMAZIONE CONTINUA POST CORSO:

Dal giorno successivo al corso i partecipanti verranno inseriti in un gruppo **TELEGRAM aperto esclusivamente ai membri del corso** dove inizierà un percorso di approfondimento delle aree miofasciali studiate durante il corso (per ora le aree arto inferiore) e dove sarà possibile presentare casi clinici, dubbi sull'utilizzo della tecnica o difficoltà nel trattamento ricevendo **supporto e feedback dal parte del docente** e degli altri membri del gruppo.

INOLTRE SARA' possibile entrare del gruppo TELEGRAM di FORMAZIONE CONTINUA POST corso assieme agli altri ex partecipanti dove vengono postati ogni settimana video di approfondimento ed aggiornamento delle tecniche

Questo ulteriore strumento didattico permette al corsista una guida post corso proprio nel momento difficile di pratica clinica delle conoscenze apprese.