

Premessa

Il materiale utilizzato nel corso è stato elaborato da Shirley Sahrman e Associati della Washington University School of Medicine di S.Louis.

Obiettivi

L'approccio presentato, per identificare e trattare i problemi riguardanti il dolore muscolo scheletrico, si basa sulla premessa che un'alterazione, anche minima, della precisione del movimento determina microtraumi e, se non curata, porterà a macrotraumi e dolore. Queste alterazioni nella precisione del movimento favoriscono lo sviluppo di movimenti compensatori in direzioni specifiche, classificabili come disfunzioni del movimento. I fattori che contribuiscono a queste disfunzioni del movimento sono le alterazioni della lunghezza, della forza, della rigidità dei muscoli e del loro schema di reclutamento, provocate da movimenti ripetuti e da posture mantenute. L'obiettivo della valutazione è l'identificazione delle disfunzioni del movimento e dei loro fattori contribuenti, informazioni necessarie per formulare una diagnosi che indirizzerà il successivo trattamento. L'osservazione delle alterazioni di movimento e dei loro effetti sul sintomo sono la guida principale per la diagnosi e il trattamento. La correzione delle disfunzioni del movimento durante l'esecuzione delle attività funzionali, lavorative e ricreative è essenziale. L'inserimento degli esercizi chiave nelle attività quotidiane è fondamentale. Il terapeuta sarà in grado di far capire al paziente come controllare attivamente i fattori che producono i suoi sintomi in modo che non diventi dipendente da un trattamento passivo del sistema di cura.

Docente

Guido Barindelli Fisioterapista e docente di terapia manuale e disfunzioni di movimento; docente a contratto Università degli Studi Milano Bicocca

Assistenti

Giovanni Cesare Della Morte Fisioterapista A.S.L. città di Lecco; tutor esperto metodo Sahrman

Carlo Lanzarini Fisioterapista; tutor D.U. in fisioterapia Università degli Studi Milano Bicocca

prima giornata

8:15 Registrazione partecipanti e compilazione del questionario pre-corso

8:30 Lezione magistrale

Sindromi da disfunzioni di movimento: cosa sono?

Il sistema di movimento

Causa contro origine: concetti chiave

Diagnosi della disfunzione del sistema di movimento

Principali fattori contribuenti. Esempi: Low Back Pain - postura, Low Back Pain - movimento ripetuto

Presentazione di due casi

Quando il sistema di movimento sta lavorando in modo ottimale?

Disfunzione della componente muscolare

Disfunzione del controllo motorio

Disfunzioni della componente statica e dinamica

11:30 Pausa

11:45 Lombalgia: presentazione di un caso con ipotesi di ragionamento clinico sulle disfunzioni incontrate

12:45 Pausa

13:45 Lezione magistrale

Il dolore lombare

La sindrome da disfunzione di movimento della colonna lombare

Esame fisico - test primari e test secondari

Le cinque sindromi

Allineamento eretto ideale, la linea di gravità

14:15 Laboratorio

Anamnesi, osservazione della postura, valutazione dell'allineamento e del bacino, test in ortostatismo
Esempi di eventuali esercizi di trattamento. Esecuzione diretta di tutti i partecipanti di tecniche di valutazione e test appena dimostrati

15:45 Lezione magistrale

Movimenti della colonna lombare. Sindrome di rotazione lombare. Riscontri chiave dell'esame: segni e sintomi. Rotazione primaria - Rotazione secondaria

16:45 Pausa

17:00 Laboratorio

Test da supino, in decubito laterale e prono

Esempi di eventuali esercizi di trattamento

Esecuzione diretta di tutti i partecipanti di tecniche di valutazione e test appena dimostrati

18:00 Fine lavori

seconda giornata

8:30 Lezione magistrale

Sindrome da rotazione lombare con estensione

Riscontri chiave dell'esame

Sindrome da rotazione lombare con flessione

Riscontri chiave dell'esame

9:00 Laboratorio

Test in quadrupedia, test da seduto

Esempi di eventuali esercizi di trattamento

Esecuzione diretta di tutti i partecipanti di tecniche di valutazione e test appena dimostrati

10:30 Lezione magistrale

Sindrome da estensione lombare

Riscontri chiave dell'esame

Sindrome da flessione lombare

Riscontri chiave dell'esame

11:00 Pausa

11:15 Laboratorio

Passaggi di postura: da seduto alla stazione eretta e viceversa

Valutazione del cammino in riferimento alle disfunzioni della colonna lombare

Esempi di eventuali esercizi di trattamento

Esecuzione diretta di tutti i partecipanti di tecniche di valutazione e test appena dimostrati

12:45 Pausa

13:45 Lezione Magistrale

Categorie diagnostiche

Linee guida per il trattamento

14:45 Laboratorio

Esecuzione diretta a gruppi in seduta plenaria (ognuno espone una parte) eseguendo tutte le tecniche valutative e il ragionamento clinico per definire una diagnosi di disfunzione del sistema di movimento della colonna lombare e impostare il trattamento del soggetto valutato nel gruppo

16:15 Pausa

16:30 Verifica della diagnosi di disfunzione del sistema di movimento e del piano di trattamento con discussione dei casi presentati dai vari gruppi

17:30 Questionario ECM

18:00 Fine lavori