

Corso MUSCLE AND FASCIA REHAB

Programma

1° Giorno	Ora	Teoria/ Pratica	Min	Argomento
	09.00 – 9.30	T	30	Epidemiologia a. Incidenza b. Localizzazione c. Infortunio sport-related
	9.30-10.00	T	30	Meccanismi di lesione muscolare a. Descrizione dei meccanismi di lesione b. Fisiologia della guarigione c. Sesso, etnia, età d. Analisi qualitativa del gesto sportivo
	10.00-11.00	T	60	Classificazione delle lesioni muscolari a. Presentazione, confronto e utilità delle principali recenti classificazioni
	11.00-11.15			<i>Pausa caffè</i>
	11.15-13.00	T/P	105	Valutazione funzionale e diagnosi differenziale nelle lesioni muscolari. a. Teoria su diagnosi differenziale e test funzionali b. Parte pratica
	13.00-14.00			<i>Pausa pranzo</i>
	14.00-16.00	T	120	Il dolore miofasciale a. Teoria su valutazione e trattamento
	16.00-18.00	P	120	a. Parte pratica su valutazione e trattamento della sindrome miofasciale

2° Giorno	Ora	Teoria/ Pratica	Min	Argomento
	09.00 – 10.00	T	60	Fisiologia muscolare applicata alla clinica <ul style="list-style-type: none"> a. Proprietà funzionali e meccaniche del muscolo b. Relazione forza-lunghezza c. Relazione forza-velocità d. Adattamento muscolare in risposta all'allenamento contro resistenza e. Richiamo sulla modalità di sviluppo forze e simili
	10.00-11.00	T	60	EBP sull'utilizzo delle indagini strumentali nel management delle lesioni muscolari
	11.00-11.30	T	30	Complicanze dei percorsi riabilitativi
	11.30-11.45			<i>Pausa caffè</i>
	11.45-12.45	T	60	Fattori di rischio e prevenzione <ul style="list-style-type: none"> a. Fatica e fattori disfunzionali favorenti b. Principi di swing della corsa, utilità della corsa ad alta velocità c. Controllo lombo pelvico
	13.00-14.00			<i>Pausa pranzo</i>
	14.00-15.00	T	60	Il trattamento delle lesioni muscolari: analisi recenti acquisizioni della letteratura scientifica sulle lesioni muscolari
	15.00-15.30	T	30	Terapie fisiche a supporto delle lesioni muscolari e della sindrome miofasciale
	15.30-18.00	P	150	Parte pratica sul trattamento delle principali lesioni muscolari <ul style="list-style-type: none"> a. Hamstring b. Quadricipite c. Adduttori d. Tricipite surale