



New Master Srl

progetto corso per ECM

Provider Nazionale 441

<b>Titolo del corso:</b>	<b>RUNNING RESILIENCE</b>	<b>Giorni di corso:</b>	<b>1</b>
		<b>Ore totali di attività didattica:</b>	<b>8</b>
		<b>Ore totali di formazione interattiva:</b>	<b>8</b>

Docente: **Gregory Lehman**

Traduttore: Dario Valenti

**Responsabile scientifico:** ALBASINI ALFIO

**Luogo di svolgimento:** Roma New Master Srl

**ECM:** 10

**Obiettivo generale**

OBIETTIVO NAZIONALE: CONTENUTI TECNICO PROFESSIONALI (CONOSCENZE E COMPETENZE) SPECIFICI DI CIASCUNA PROFESSIONE, SPECIALIZZAZIONE E ATTIVITA' ULTRASPECIALISTICA

**Abstract**

operatori sanitari e ai professionisti dello sport:

Riconciliare la Biomeccanica con la Scienza del Dolore è una variante incentrata sulla gestione dell'infortunio nella corsa del celebre corso Riconciliare la Biomeccanica con la Scienza del Dolore (RBSD). Verranno insegnati i principi fondamentali delle applicazioni pratiche in ambito biomeccanico e della scienza del dolore in riferimento ai problemi che si associano alla gestione e al trattamento dei corridori. Inoltre, si illustrerà come utilizzare gli esercizi terapeutici in modo specifico dato che la gestione dei carichi e dei fattori stressogeni (stressors) che influenzano la corsa son fondamentali per la gestione del podista con infortunio. Saranno riportati casi clinici di atleti corridori di vario livello che illustreranno in modo pratico come applicare "la ricostruzione cognitiva" e la "scienza del dolore" alla clinica. In sostanza questo corso è essenzialmente RBSD applicato al caso specifico del mondo della corsa. Spesso la valutazione dell'infortunio dovuto alla corsa, l'analisi del passo, la classificazione dei fattori biomeccanici e il trattamento sono inutilmente complicati. Il campo di ricerca in quest'area è sicuramente vasto ma sfortunatamente spesso l'applicazione clinica è male delineata. Lo scopo del corso è di

fornire un percorso chiaro di ragionamento clinico per il terapeuta che lavora con corridori e atleti di resistenza di tutti i livelli e basarsi sempre sulla migliore evidenza disponibile. Argomenti del Corso Il modello Bio - Psico - Sociale è al momento il miglior modello disponibile per il trattamento degli sportivi. Normalmente, la gestione di un infortunio si concentra solo sulle caratteristiche biomeccaniche. Spesso però esse sono di poca importanza rispetto ad altri fattori che invece partecipano in modo marcato alla resilienza e alla capacità di resistere a possibili lesioni nella corsa

## Programma

1° Giorno	Ora	Lezione	Minuti	Argomento
	09.00 - 10.00	P	150	Analizzare e modificare i programmi di allenamento della corsa per atleti sani e infortunati
	10.00 - 11.30	P	90	Elementi di biomeccanica e rilevanza negli infortuni e nella performance
	11.30 - 11.45			<i>Pausa Caffè</i>
	11.45 - 12.45	P	60	analisi del passo
	12.45 - 13.45			<i>Pausa Pranzo</i>
	13.45 - 14.30	P	60	Schemi clinici (carico dell'atleta) e tecniche manuali per modificare i sintomi
	14.30 - 16.30	P	120	Esercizi "globali" sia per la gestione dell'infortunio sia per il miglioramento della performance "Ricostruire Cognitivamente"
	16.30 - 16.45			<i>Pausa Caffè</i>
	16.45 - 17.30			Esame Pratico e Compilazione schede di valutazione della qualità percepita

Curriculum/a Breve/i Docente/i Assistente/i

**Gregory Lehman**

è un fisioterapista, ricercatore e formatore di Toronto (Canada) con oltre 20 anni di esperienza nel campo della riabilitazione. Ha conseguito due MSc (Biomeccanica della Colonna e Fisioterapia Clinica), una Laurea in Chiropratica e ha pubblicato oltre 20 articoli su riviste specializzate in Terapia Manuale e sulla scienza alla base degli Esercizi Terapeutici. I lavori del Dottor Lehman hanno un particolare focus sulla comprensione della natura multidimensionale del dolore e delle lesioni, inoltre Greg crede fermamente che un approccio semplice ma completo sia fondamentale per una gestione Bio-Psico-Sociale al paziente e una corretta presa in carico. Greg è anche il docente del corso: "Riconciliare la Biomeccanica con la Scienza del Dolore" che in 5 anni ha formato più di 1000 fisioterapisti in tutto il mondo, andando a coprire le basi e i punti in comune di tanti approcci riabilitativi.

Prova Pratica: **I PARTECIPANTI SARANNO VALUTATI SULL'ESECUZIONE DI MANOVRE TECNICHE**

Redatto da RPC	Laura Cremona
Approvato da DG	Laura Cremona

