

## CORSO BASE

# IL COACHING PER LA GESTIONE DEL DOLORE

## L'IMPORTANZA DELL'APPROCCIO INTEGRATO NEL PAIN MANAGEMENT

MILANO 5-6 aprile 2025

NEW

## DOCENTE

**Valentina BUSCEMI** Dottore in Fisioterapia, Ph.D.  
Specialist Physiotherapist in persistent and complex pain conditions,  
Self-management coach and Mindfulness teacher,  
Lecturer at University of Genova, Italy  
(Master in Neurosciences and Neurological Physiotherapy), Londra

16 ECM

Tutte le figure sanitarie, Massofisioterapisti, Osteopati, MCB,  
Laureati in Scienze motorie, Studenti dell'ultimo anno dei CdL

€ 380 IVA inclusa



RISPARMIA - consulta le OFFERTE



Secondo la IASP (International Association for the Study of Pain) il dolore è considerato cronico se persiste da oltre tre mesi o si ripresenta per mesi o anni. Il dolore cronico, riconosciuto come una vera malattia invalidante, interessa nel corso dell'esistenza circa il 20% della popolazione mondiale e può manifestarsi in varie patologie - per esempio - la fibromialgia, la lombalgia o la cefalea cronica, i dolori viscerali...

Indipendentemente dalla sua eziologia (ovvero muscolo-scheletrica, neuropatica, viscerale, ecc.) il dolore cronico può essere un'elevata fonte di sofferenza, causare notevole stress emotivo e interferire con le attività della vita quotidiana in tanti dei nostri pazienti, arrivando a determinare veri e propri stati d'ansia e depressione.

Il dolore è una complessa esperienza corpo-mente, in cui non solo le sensazioni fisiche, ma anche i pensieri, le convinzioni, gli stress quotidiani, le emozioni e i comportamenti si influenzano l'un l'altro. Convivere con il dolore cronico può avere un impatto sostanziale sull'esperienza "interna" del paziente (come pensa e come sente), sulla percezione di sé nel mondo, sulle relazioni, sul lavoro e sul tempo libero e, più in generale, sulla sua qualità della vita.

Per questi motivi, l'approccio migliore quando si ha di fronte un paziente con dolore cronico è quello dell'**approccio integrato mente-corpo**, che utilizza tecniche di **self-management e coaching**, dove si insegna inizialmente al paziente a notare i propri comportamenti, a comprendere le attività e fattori di stress che stimolano o aumentano il dolore e quindi ad effettuare cambiamenti graduali verso un miglioramento della sintomatologia e conseguentemente della qualità della vita.

Il corso di Coaching per la Gestione del Dolore è un **corso innovativo che viene portato per la prima volta in Italia**.

Si tratta di un **corso integrato e pratico, rivolto a tutti i professionisti sanitari che vogliono specializzarsi nel campo della gestione del paziente che soffre di vari tipi di dolore cronico**.

Il corso ha lo scopo di insegnare ai discenti a **guidare il proprio paziente verso l'apprendimento di tecniche di auto-gestione del dolore** tramite l'apprendimento di tecniche basate sull'evidenza scientifica e sulle linee guida inglesi NICE, ultime teorie e modelli nel campo della Scienza del Dolore e della neurobiologia umana come le tecniche somatiche bottom up (mindfulness e movimenti mindful) e le tecniche top down (tecniche cognitive comportamentali come l' Acceptance and Commitment therapy (ACT))

## Obiettivi

- Imparare a riconoscere e valutare il paziente che soffre di dolore cronico attraverso l'utilizzo del modello biopsicosociale
- Capire e saper applicare alcuni principi del modello cognitivo-comportamentale alla Gestione del Dolore
- Capire e saper applicare alcune tecniche somatiche alla disciplina della Gestione del Dolore
- Imparare le basi per una comunicazione efficace al fine di promuovere cambiamenti comportamentali nel paziente
- Avere le basi per creare un iniziale programma di trattamento per un paziente che soffre di dolore cronico

## PROGRAMMA

## Prima giornata - h. 9.00-18.00

- Riconoscere meccanismi del dolore, incluso il dolore nociplastico
- La valutazione biopsicosociale
- Dolore, stress, sistema nervoso autonomo e meccanismi di sopravvivenza
- Introduzione ai modelli evidence-based usati nella Gestione del Dolore secondo l'approccio inglese
  - fear avoidance model
  - modelli cognitivi comportamentali come l'Acceptance and Commitment therapy

## Seconda giornata - h. 9.00-18.00

- Tecniche di base per la Gestione del Dolore
  - modello ABC per la gestione dell'attività
  - pacing
  - graded exposure
  - tecniche di auto-regolazione e "choice point" secondo l'Acceptance and Commitment therapy
- Mindfulness, neuroscienze e dolore

## ESERCITAZIONI PRATICHE

- La comunicazione nella terapia e principi di motivational interviewing tramite role playing e lavori di gruppo
- Esercitazioni di gruppo e discussioni: pratiche di self-observation dell'esperienza interna, mindfulness, grounding, tecniche somatiche di movimento bottom up e del respiro
- Presentazione e discussione di alcuni casi di pazienti con patologie dolorose complesse e comorbidity'

Valutazione ECM

**Si consiglia abbigliamento comodo per le parti pratiche**