

MILANO 12-13 giugno 2027

DOCENTE

Elena NEGRO *Dottore in Fisioterapia, Biella
Coordinatore centro fisioterapico AZIMUT
Esperta in idrochinesiterapia, rieducazione
funzionale e rieducazione del pavimento pelvico*



IDROCHINESITERAPIA NEL PRE E POST-PARTO

APPROCCIO MULTIDISCIPLINARE PER FISIOTERAPISTI E OSTETRICHE

16
ECM

DESCRIZIONE

Il periodo perinatale comporta profonde modificazioni anatomiche, biomeccaniche, ormonali e psicologiche nella donna. L'aumento del carico anteriore altera il baricentro, modificando le catene cinetiche e sottoponendo il rachide a sollecitazioni che si traducono frequentemente in algie lombari, sacrali e cervicali. Al contempo, il distretto pelvi-perineale e la parete addominale subiscono stress tissutali e meccanici significativi che richiedono una gestione preventiva e riabilitativa mirata. In questo scenario, l'idrokinesiterapia e l'acquaticità terapeutica rappresentano strumenti clinici di eccellenza. Le proprietà fisiche dell'acqua — in particolare la spinta idrostatica e la pressione idrostatica — consentono di operare in parziale o totale scarico gravitazionale. Questo permette l'esecuzione di esercizi di mobilizzazione vertebrale, rinforzo muscolare e condizionamento cardiovascolare senza gravare sulle articolazioni e sul pavimento pelvico. L'esigenza formativa nasce dalla necessità di fornire a Fisioterapisti e Ostetriche competenze tecniche integrate. Sebbene la letteratura scientifica supporti ampiamente l'attività in acqua in ambito perinatale, la strutturazione di un protocollo sicuro richiede una conoscenza precisa delle controindicazioni, del dosaggio dello sforzo e delle posture terapeutiche idonee. Il corso si propone di colmare il gap tra le evidenze scientifiche e la pratica clinica in vasca. I partecipanti acquisiranno le competenze necessarie per valutare la gestante e la donna nel post-parto, programmando percorsi di idrokinesiterapia personalizzati o di gruppo. Attraverso l'utilizzo razionale di piccoli attrezzi (palle, tubi galleggianti) verranno analizzate le tecniche di scarico della colonna in posizione supina e i protocolli di rinforzo della parete addominale in totale tutela perineale. La collaborazione tra Fisioterapista (esperto del movimento e della riabilitazione muscolo-scheletrica) e Ostetrica (figura centrale nella gestione della salute della donna e della fisiologia della nascita) garantisce una presa in carico olistica, sicura e scientificamente rigorosa della donna.

OBIETTIVI

- Imparare a valutare la biomeccanica della donna in gravidanza e nel post-parto.
- Saper prescrivere e dosare l'esercizio terapeutico in acqua e a secco.
- Utilizzare le proprietà fisico-chimiche dell'acqua per il drenaggio e lo scarico della colonna.
- Programmare protocolli terapeutici sicuri per il pavimento pelvico.

DESTINATARI:

Fisioterapisti, Ostetriche,
Massofisioterapisti iscritti all'elenco speciale,
Studenti dell'ultimo anno dei CdL

PECULIARITÀ

**50% TEORIA E ANALISI DEI CASI
50% PRATICA IN VASCA**



+ 39 02 7021 1274



formazione@eenet.it



www.ediacademy.it



Viale E. Forlanini, 21/23 - 20134 Milano

MILANO 12-13 giugno 2027

IDROCHINESITERAPIA NEL PRE E POST-PARTO

APPROCCIO MULTIDISCIPLINARE PER FISIOTERAPISTI E OSTETRICHE



16
ECM

PROGRAMMA Prima giornata - 10.00-19.00

ANATOMIA E FISIOLOGIA

- Cenni di anatomia e fisiologia del pavimento pelvico
- Modificazioni posturali, ormonali e funzionali in gravidanza
- Fisiopatologia

CARATTERISTICHE DELL'AMBIENTE ACQUATICO

- Proprietà fisiche dell'acqua
- Acquaticità e galleggiamento
- Effetti dell'immersione sull'apparato neuromuscolare, vascolare, respiratorio.
- Obiettivi dell'idrokinesiterapia durante gravidanza e post partum
- Valutazione paziente a secco

ESERCITAZIONI PRATICHE IN VASCA

- Presa di coscienza del perineo in galleggiamento
- Utilizzo di ausili
- Posture ed esercizi di respirazione, stretching, rilassamento in gravidanza
- Esercizi per il core

PROGRAMMA Seconda giornata - 8.00-17.00

FISIOPATOLOGIA PARTO E POST PARTUM

- Tempi di recupero/guarigione
- Valutazione pavimento pelvico post partum
- Criteri di idoneità per l'accesso alla vasca
- Casi clinici

ESERCITAZIONI PRATICHE IN VASCA

- Riattivazione del core (diastasi) e pavimento pelvico
- Esercizi per il rachide ed il cingolo scapolo-omeroale
- Il lavoro di gruppo in acqua

Valutazione ECM

**Per il lavoro in vasca
sono necessari costume, cuffia,
ciabatte e accappatoio**

PROMO E OFFERTE
su www.ediacademy.it

-10% Prenota Prima
-20% Course Sharing
-30% Special Refresh

QUOTA: € 430 IVA inclusa



+ 39 02 7021 1274



formazione@eenet.it



www.ediacademy.it



Viale E. Forlanini, 21/23 - 20134 Milano