

# TRATTAMENTO MANUALE DEI TRIGGER POINT

## APPROCCIO FUNZIONALE AL DOLORE MIOFASCIALE

MILANO 8-9 febbraio e 8-9 marzo 2025

In collaborazione  
con Trigger Point Italia



### DOCENTI

**Marco Rovatti** Dottore in Fisioterapia, Osteopata, Milano

**Riccardo Castellini** Dottore in Fisioterapia, Milano

32 ECM

Medici, Fisioterapisti, Osteopati, Massofisioterapisti iscritti all'elenco speciale, Massofisioterapisti, MCB, Studenti dell'ultimo anno del CdL.

€ 820 IVA inclusa



**RISPARMIA - consulta le OFFERTE**



Il dolore miofasciale è considerato una delle cause più frequenti di dolore, secondo uno studio condotto da Borg -Stein e G. Simons è presente nell' 85-93% dei pazienti che si presentano in centri specializzati. Sempre più pubblicazioni confermano che l'origine del dolore miofasciale risiede nel trigger point, il quale oltre a sviluppare il dolore riferito che lo caratterizza, può portare ad alterazioni dei pattern motori, ad una riduzione del ROM e favorire disfunzioni legate al SNP, SNC e al SNA. Alla luce di queste interazioni e delle ultime evidenze scientifiche è stata necessaria un'evoluzione del trattamento tradizionale dei trigger point, è per questo motivo che questo corso non si basa solo sul trattamento manuale, ma è l'unico che abbraccia un approccio funzionale completo con un trattamento a 360° che inizia con test specifici e si conclude con la rivalutazione e riprogrammazione del gesto motorio.

### Obiettivi

- Conoscere la patofisiologia dei trigger point e della sindrome da dolore miofasciale
- Conoscere i pattern del dolore riferito e i meccanismi neurofisiologici della sensibilizzazione centrale
- Individuare, palpare e discriminare i trigger point attivi, latenti, primari, secondari e satelliti e applicare le migliori tecniche di trattamento supportate da evidenze scientifiche
- Somministrare test analitici specifici per ogni muscolo e funzionali globali, per individuare la presenza di restrizioni della mobilità, della debolezza e degli altri segni associati alla presenza dei trigger point miofasciali
- Sviluppare un programma di trattamento individualizzato per ogni paziente.

## PROGRAMMA

### Prima giornata - h. 9.00-18.00

- Storia della sindrome del dolore miofasciale
- Caratteristiche e classificazione della sindrome da dolore miofasciale
- Caratteristiche fisiologiche del trigger point
  - Segni clinici dei trigger point
- Tecniche di trattamento ed effetti neurofisiologici
- Pain management e sensibilizzazione centrale
- Esplorazione fisica dei trigger point
- Individuazione della banda tesa
- Tecniche di palpazione
- Analisi strumentale • Evocazione del dolore riferito
- Tecniche di trattamento conservativo
- Accenni a tecniche invasive e terapie fisiche strumentali presenti in letteratura con efficacia nel trattamento dei trigger point

### Seconda giornata - h. 9.00-18.00

#### ESERCITAZIONI PRATICHE

- Esplorazione fisica dei trigger point • Individuazione della banda tesa
- Tecniche di palpazione • Analisi strumentale • Evocazione del dolore riferito
- Tecniche di trattamento: EBM- test analitici - test funzionali - tecniche manuali - stretch and spray - myofascial release - stretching - autotrattamento - esercizi
- HEAD: Massetere superficiale - Massetere profondo - Temporale - Pterigoideo mediale - Pterigoideo laterale
- SPINE: Trapezio - Elevatori della scapola
- UPPER EXTREMITY: Sottospinato - Grande rotondo - Piccolo rotondo - Sovraspinato - Deltoide - Grande pettorale - Bicipite brachiale - Tricipite brachiale - Anconeo - Supinatore lungo - Estensore comune delle dita - Estensore cubitale del carpo - Pronatore rotondo - Flessore radiale del carpo - Estensore lungo del pollice - Adduttore del pollice

### Terza giornata - h. 9.00-18.00

- Raccolta dell'anamnesi
- Realizzazione del programma individualizzato
- Gestione del paziente con sindrome da dolore miofasciale
- Fattori di attivazione
- Fattori di perpetuazione
- Test globali e test funzionali
- Come intervenire nella riorganizzazione e riprogrammazione del movimento dopo la disattivazione dei trigger point
- Come prevenire la sindrome da dolore miofasciale
- Casi clinici

### Quarta giornata - h. 9.00-18.00

- SPINE: Scaleni - Semi-spinoso della testa - Multifido cervicale - Suboccipitali - Splenio del capo - Dentato postero-superiore - Romboidi Lunghissimo -Ileocostale - Multifido toracico - Gran dorsale - Quadrato dei lombi
- LOWER EXTREMITY: Ileo-psoas - Tensore fascia lata - Medio gluteo - Piccolo gluteo - Grande gluteo - Quadricipite - Ischio-peronei-tibiali - Piriforme - Adduttore breve - Adduttore mediano o lungo - Grande adduttore - Gracile Sartorio - Pettineo - Popliteo - Gastrocnemio - Tibiale posteriore - Tibiale anteriore - Peronei - Flessore breve delle dita

Valutazione ECM

**Si consiglia abbigliamento idoneo allo svolgimento delle parti pratiche tra partecipanti**