RUNNING INJURIES

VALUTAZIONE, PREVENZIONE, RIATLETIZZAZIONE E RITORNO ALLO SPORT

MILANO 25-26 gennaio 2025

DOCENTE

Nicola TADDIO

Dottore in Fisioterapia, specialista in riabilitazione traumatologica ortopedica e sportiva, Master IFOMPT in terapia manuale e riabilitazione muscolo-scheletrica, Cittadella (PD)

16 ECM

Medici (fisiatria, MMG, sport, ortopedia), Fisioterapisti, Osteopati, Massofisioterapisti iscritti all'elenco speciale, Massofisioterapisti, MCB, Laureati in Scienze motorie, Studenti dell'ultimo anno del CdL

€ 440 IVA inclusa **RISPARMIA - consulta le OFFERTE**

Se da un lato sono ben conosciuti i benefici di una regolare attività fisica praticata nell'arco di tutta la vita, sono altrettanto ben studiati i rischi di patologie, sia traumatiche sia da sovraccarico funzionale (overuse) soprattutto negli sport di "endurance".

Obiettivi

- Effettuare una panoramica sulle dimensioni e le caratteristiche del problema (epidemiologia), sui fattori di rischio e i meccanismi lesionali, cercando di evitare o minimizzare il loro riscontro (prevenzione primaria)
- Avere ben chiara la storia naturale delle singole patologie e la possibilità di interferire e modificarne il decorso con una corretta valutazione e un mirato recupero inviando se necessario il paziente allo specialista, chirurgo ortopedico, fisiatra o medico dello sport
- Rivedere l'anatomia funzionale alla luce delle nuove conoscenze, capire la biomeccanica in chiave clinica (scienza di base applicata) e la differenza tra patologia traumatica e da overuse (fisiopatologia) dal punto di vista della valutazione ma soprattutto dal punto di vista del recupero funzionale
- Essere in grado di raccogliere una corretta e completa anamnesi e di effettuare una valutazione sul singolo atleta
- Essere in grado di somministrare un corretto ed efficace programma motorio (esercizio), per un rapido e sicuro ritorno alle attività quotidiane, al lavoro, allo sport, senza rischi di ricadute, cronicizzazione o lesioni associate, evitando che il risultato si deteriori nel tempo (prevenzione secondaria)
- Avere la capacità di effettuare screening e trattamenti per la prevenzione, sia primaria sia secondaria, delle patologie traumatiche e da overuse nella corsa

PROGRAMMA

Prima giornata - h. 9.00-18.00

- Introduzione: benefici e rischi dell'attività fisica di endurance
- Anatomia palpatoria 1: sapere dove mettere le mani, il prerequisito fondamentale per non creare danni
- Epidemiologia delle lesioni nella corsa: lesioni tipiche e più frequenti nella corsa di durata
- Valutazione funzionale 1: come intervisto il paziente (anamnesi = cosa e come chiedere, come interpretare i sintomi)
- Classificazione delle lesioni in traumatologia dello sport: trauma vs overuse
- Valutazione funzionale 2: come visito un atleta (esame clinico e diagnosi differenziale = come smascherare il problema)
- Epidemiologia, meccanismo traumatico e costruzione scientifica di un programma di prevenzione
- Analisi, discussione e trattamento di un case report da parte dei partecipanti e/o del docente
- Il passo e la deambulazione: analisi biomeccanico-clinica
- La corsa di durata: analisi biomeccanico-clinica
- Fisio-patologia vs pato-meccanica: analisi dei principali errori di tecnica e loro potenziali conseguenze
- Re-Live Rehab & Video Analysis di casi clinici complessi trattati con successo
- Discussione su casi clinici difficili: "what, when, how and why to do"
- Take Home Message: le 10 cose da ricordare e che valgono un corso (fase interattiva tra il docente e i partecipanti)

Seconda giornata - h. 9.00-18.00

- Ripasso dei concetti fondamentali e dei punti chiave discussi il primo giorno: open question time
- Anatomia palpatoria 2: focus on knee injuries
- Come e quando un ginocchio diventa doloroso: da dove proviene il dolore ?
- Esercizio terapeutico e taping nella sindrome rotulea dolorosa
- Knee abusers & overlap syndrome: le sindromi da sovraccarico del ginocchio negli sport di durata
- Anatomia palpatoria 3: focus on foot & ankle injuries
- Leg pain in athletes: le sindromi compartimentali, periostiti, sindrome da stress tibiale mediale, fratture da stress
- Re-Live Rehab & Video Gait-Analysis
- Le tendinopatie dell'arto inferiore: biologia e biomeccanica
- Esercizio terapeutico nelle "Running Injuries"
- Re-Live Rehab & Video Analysis di casi clinici complessi trattati con successo
- Approccio integrato: esercizio terapeutico e taping nelle sindromi da sovraccarico
- Casi clinici difficili: how, when and why to do
- Take Home Message: le 10 cose da ricordare e che valgono un corso (fase interattiva tra il docente e i partecipanti)

Valutazione ECM

Iscrizioni: ediAcademy - Viale E. Forlanini, 65 - 20134 Milano - www.ediacademy.it - Tel. 02.70.21.12.74 - formazione@eenet.it