

# ESERCIZIO TERAPEUTICO FUNZIONALE AL RACHIDE: UN APPROCCIO DI BIOMECCANICA APPLICATA



**Docente: Francesco Contiero**

*Fisioterapista specializzato e osteopata sportivo*



**Assistente: Giacomo Zangoni**

*Fisioterapista e osteopata*



**Sede: CrossFit Black Phoenix**

Via Evangelista Torricelli, 3,  
31021 Mogliano Veneto TV

**Date:**

5-6 ottobre 2024

**Orari:** indicati nel programma

**Destinatari del corso:**

Fisioterapisti

Partecipanti: **min** 12\*, **max** 26

(\* n° per attivazione del corso)

**Crediti ECM** in  
accreditamento

**Termine iscrizioni:**

10 settembre o esaurimento posti

**Quote di partecipazione:**

Early bird entro il 5/8: € 310,00  
(inclusa marca da bollo)

Quota ordinaria: € 350,00  
(inclusa marca da bollo)

*Quote esenti IVA ex art. 10, n. 20,  
D.P.R. 26/10/1972, n.633*

**Segreteria Organizzativa**

Zefiro Formazione srls  
email: [info@zefiroformazione.eu](mailto:info@zefiroformazione.eu)  
tel 3803938831 (info iscrizioni)

## PRESENTAZIONE DEL CORSO

Il corso propone un approccio integrato per la valutazione, riabilitazione, allenamento e condizionamento che trae fondamento dalle scienze fisiche, biologiche e neuroscienze.

La biomeccanica del rachide sarà trattata nelle sue applicazioni alle funzioni comuni e in alcune attività sportive per migliorare la comprensione dei movimenti del corpo in relazione a massa, gravità, quantità di moto e forze di reazione al suolo. L'integrazione di artrocinematica e neurofisiologia clinica permetteranno un approccio applicato per la valutazione e il trattamento di diverse presentazioni muscoloscheletriche.

Focalizzato sull'applicazione della più recente letteratura scientifica riguardante la fisiologia fasciale e la neurobiomeccanica, il corso fornirà ai partecipanti principi e strategie di immediato utilizzo con pazienti di diverse età e condizioni; offrirà strategie per migliorare anche l'allenamento e la riabilitazione di abilità specifiche dello sport.

Mantenere il focus sulla funzione permette di analizzare e comprendere ad un livello diverso l'anatomia e fisiologia, creare test valutativi e tecniche di trattamento orientate alla funzione reale del paziente; ciò consente di coniugare gli aspetti più complessi e specifici di biomeccanica con le nuove evidenze in ambito di neurofisiologia e painscience; correlarsi alla funzione specifica del paziente consente di ottenere una maggiore compliance del paziente ed una maggior trasferibilità degli esercizi nella vita reale del paziente e nella sua eventuale pratica sportiva.

Il corso si basa sui concetti della Scienza Funzionale Applicata (Applied Functional Science™, Gray Institute, USA)

### Obiettivi formativi:

- Comprendere i principi neurofisiologici della biomeccanica miofasciale e la loro applicazione nella pratica clinica
- Comprendere la biomeccanica del cammino dalla prospettiva del cingolo pelvico e scapolare
- Imparare a valutare i modelli biomeccanici di funzione utilizzando test funzionali
- Imparare a creare contesti funzionali specifici per il trattamento di una serie di disfunzioni
- Esplorare la fisiologia funzionale della curva scoliotica non patologica nell'adulto e le sue correlazioni cliniche biomeccaniche
- Imparare a valutare le curve spinali non patologiche da una prospettiva biomeccanica applicata e come progettare esercizi appropriati per la loro gestione

**Obiettivo nazionale ECM:** Contenuti tecnico-professionali (conoscenze e competenze) specifici di ciascuna professione, di ciascuna specializzazione e di ciascuna attività ultraspecialistica. Malattie rare. (18)

Il corso sarà tenuto interamente in lingua italiana

<b>1° giornata</b>	
<b>08:30-9:00</b>	Registrazione dei partecipanti
<b>09:00-9:30</b>	Introduzione ai principi di biomeccanica applicata (T)
<b>9:30-10:30</b>	Osteocinematica clinica (T e P)
<b>10:30-10:45</b>	<i>Pausa</i>
<b>10:45-11:30</b>	Osteocinematica del rachide (T)
<b>11:30-12:00</b>	Meccanica miofasciale e carico funzionale (T)
<b>12:00-12:30</b>	Esempi di carico della colonna lombare (P)
<b>12:30-13:30</b>	<i>Pausa pranzo</i>
<b>13:30-14:30</b>	Strategie di valutazione per la colonna lombare (T e P)
<b>14:30-15:00</b>	<i>Pausa</i>
<b>15:00-17:00</b>	Tecniche di valutazione per la colonna lombare
<b>17:00-17:30</b>	Q&A - discussioni di fine prima giornata

<b>2° giornata</b>	
<b>09:00-09:30</b>	Riepilogo dal giorno 1 (T)
<b>09:30-10:30</b>	Tecniche di trattamento per la colonna lombare (P)
<b>10:30-10:45</b>	<i>Pausa</i>
<b>10:45-11:15</b>	Osteocinematica della colonna toracica (T)
<b>11:15-12:00</b>	Strategie di valutazione e trattamento per la colonna toracica (T e P)
<b>12:00-12:30</b>	Valutazione della curva scoliotica non patologica nell'adulto
<b>12:30-13:30</b>	<i>Pausa pranzo</i>
<b>13:30-14:30</b>	Lavoro di gruppo su casi di studio: gestione funzionale delle curve scoliotiche della colonna vertebrale
<b>14:30-15:00</b>	Osteocinematica della colonna cervicale (T)
<b>15:00-15:15</b>	<i>Pausa</i>
<b>15:15-16:30</b>	Strategie di valutazione e trattamento per la colonna cervicale (T e P)
<b>16:30-17:30</b>	Lezione e sessione pratica Q&A e discussione aperta
<b>17:30-17:45</b>	Test finale di gradimento e verifica di apprendimento

### **Modalità di iscrizione online**

1. Accedi al sito [www.zefiroformazione.eu](http://www.zefiroformazione.eu) ed effettua il login al tuo account (o creane uno se non ancora esistente)
2. Cerca l'evento dal menù <Corsi ed eventi>
3. Entra nell'evento desiderato e cerca il pulsante <VAI ALL'ISCRIZIONE>
4. Compila i campi richiesti
5. Valida l'iscrizione con il successivo pagamento entro 5 gg o diversa data indicata nella email di conferma.
6. Versamento tramite bonifico bancario intestato a Zefiro Formazione srls (gli estremi saranno inviati via email)  
Riporta nella causale: codice iscrizione ricevuto + nominativo corsista.  
Sono ammesse richieste di modifica dei dati di fatturazione entro 3 giorni dal pagamento della quota d'iscrizione.

*I dati riportati nella presente locandina sono aggiornati al 27/07/2024 e possono subire alcune variazioni;  
fare riferimento a quanto indicato nel sito [www.zefiroformazione.eu](http://www.zefiroformazione.eu)*

