

PROVIDER: STUDIOGEST SRL ID: 159

P R O G R A M M A

Titolo: LA GINNASTICA POSTURALE E GLI ESERCIZI “IPOPRESSIVI” IN RIABILITATAZIONE

Edizione n°: 6

Sede di svolgimento evento:

HOTEL MODENA DISTRICT – Via Del Passatore, 160 – CAMPOGALLIANO (MO)

Destinatari: Terapista occupazionale; Massofisioterapista iscritto all'elenco speciale di cui all'art. 5 del d.m. 9 agosto 2019 iscritto nell'elenco speciale ad esaurimento ex art. 5 d.m. 09.08.2019; Medico chirurgo (medicina dello sport; medicina generale (medici di famiglia); Fisiatra; Fisioterapista; Infermiere; Terapista della neuro e psicomotricità dell'età evolutiva, Ostetriche

OBIETTIVO FORMATIVO E AREA FORMATIVA:

3 - Documentazione clinica. Percorsi clinico-assistenziali diagnostici e riabilitativi, profili di assistenza - profili di cura

NUMERO CREDITI ASSEGNATI: 25,6

RESPONSABILE SCIENTIFICO: Dott.ssa Maria Jose IBANEZ SANAHUJA

DOCENTE: DOTT.SSA Maria Jose IBANEZ SANAHUJA

EVENTUALE SOSTITUTO: DOTT. Lorenzo CONFORTI

Razionale

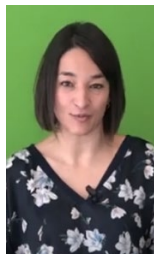
La ginnastica ipopressiva comprende una serie di esercizi di respirazione, che coinvolgono il diaframma e la parete addominale. È nata come una tecnica per allenare i muscoli del pavimento pelvico, ed è stata successivamente estesa come parte integrante nell'allenamento dell'addome. Non richiede grande forza fisica ma tanta concentrazione, ottenendo così la desincronizzazione tra il diaframma e la parete addominale consentendo temporaneamente la riduzione della pressione intra addominale. Questo è estremamente positivo per chi soffre di diastasi dei retti dell'addome, poiché l'esercizio ipopressivo va ad allenare i muscoli senza generare elevate pressioni intra addominali. In questo modo, la ginnastica ipopressiva dà la possibilità di allenarsi in sicurezza e ottenere miglioramenti in caso di lassismo dei retti dell'addome.

Orario	Metodologia d'insegnamento (*)	Titolo	Docente/ Sostituto (il sostituto èobbligatorio)
I giorno			
09:00/13:00	Serie di Relazioni su tema preordinato	Introduzione agli esercizi addominali ipopressivi - concetto ed evidenza scientifica	Maria Jose Ibanez Sanahuja Lorenzo Conforti
13:00/14:30	PAUSA PRANZO		
14:30/15:30	Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti	Principi anatomici e biomeccanici applicati alla tecnica – Valutazione, indicazioni e controindicazioni	Maria Jose Ibanez Sanahuja Lorenzo Conforti
15:30/16:30	Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche	Rieducazione alla respirazione	
16:30/17:30	Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti	Principi posturali	Maria Jose Ibanez Sanahuja Lorenzo Conforti
17:30/18:30	Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche	Come preparare e dirigere una seduta individuale o di gruppo	
II giorno			
09:00/11:00	Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti	Importanza della neurodinamica e del rilassamento miofasciale all'interno degli esercizi posturali e ipopressivi	Maria Jose Ibanez Sanahuja Lorenzo Conforti
11:00/13:00	Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche	Linee guida ed esercitazione pratica per imparare ed insegnare ai pazienti gli addominali ipopressivi	Maria Jose Ibanez Sanahuja Lorenzo Conforti
13:00/14:00	PAUSA PRANZO		
14:00/18:00	Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche	Esercitazione pratica di esercizi di diversi livelli e progressioni (base, con movimento e asimmetrie) Utilizzo degli ausili, Tondolo proprioceettivo monopodalico – Fascia Elastica – Palline e Metro medico	Maria Jose Ibanez Sanahuja Lorenzo Conforti

BREVE CV DELLA DOCENTE E DELL'EVENTUALE SOSTITUTO:

(Per questo evento non sono previste moderazioni)

DOCENTE:



Ft MARIA JOSE IBANEZ SANAHUJA: Laurea in Fisioterapia presso la "ESCUELA UNIVERSITARIA DE CENCIAS DE LA SALUD DE LA UNIVERSIDAD DE ZARAGOZA (SPAGNA)", resa equivalente dallo stato Italiano nel 2004, dal 2011 dipendente in qualità di Ft dell'Istituto Salus ALLIANCE MEDICA – Genova – ha svolto numerosi corsi di aggiornamento. Ottima padronanza della tecnica di Fibrolisi acquisita presso l'Università di Zaragoza (Spagna) Inventrice del Metodo IBANEZ specifico per questo corso

Ibanez
M E T O D O

EVENTUALE DOCENTE SOSTITUTO:



FT LORENZO CONFORTI: Dottore in Fisioterapia consegue la Laurea presso la Facoltà di Medicina e Chirurgia dell'Università degli studi di Roma La Sapienza. Si perfeziona in Riabilitazione e prevenzione cardiovascolare, Riabilitazione Pediatrica con approccio neuroevolutivo, Medicina Manuale Mulligan Concept, diagnosi e terapia fisica strumentale in Linfangiologia e approfondisce le tematiche inerenti alla posturologia clinica applicata. Dal 2013 svolge attività clinica come libero professionista e Dal 2014 inizia la collaborazione professionale con lo Studio di Fisioterapia e Riabilitazione Neuromotoria Sport Health di Roma. nel 2017 entra in rapporto con la ASL Roma II per il servizio d'assistenza domiciliare integrata. Fitness Manager dal 1997 al 2000 presso uno studio Wellness nel centro di Roma successivamente collabora In qualità di Chinesiologo Tecnico Sportivo e Personal Trainer Master – Sport Specialist con alcuni tra i più prestigiosi Wellness Club di Roma come il Dabliù Top Circuit Parioli e lo Sporting Palace e si interessa Educazione Motoria Preventiva e Compensativa rivolgendosi in particolare alle categorie a rischio e ai soggetti "fragili", in particolare anziani, portatori di deficit visivi, cognitivi, paresi cerebrali infantili, turbe del comportamento. Docente in area posturologica dal 2014 per l'aggiornamento professionale e dal 2017 per la formazione ECM.

(*) Legenda:

- Lezioni magistrali
- Serie di relazioni su tema preordinato
- Confronto/Dibattito tra pubblico ed esperto/i guidato da un conduttore ("l'esperto risponde")
- Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti
- Presentazione di problemi o di casi clinici in seduta plenaria (non a piccoli gruppi)
- Lavoro a piccoli gruppi su problemi e casi clinici con produzione di rapporto finale da discutere con l'esperto
- Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche
- Role-playing

Approvato dal LR	Dott. Maurizio Frosi
------------------	----------------------