



New Master Srl

progetto corso per ECM

Provider Nazionale 441

Titolo del corso:	METODO LA TORRE	Giorni di corso:	4
		Ore totali di attività didattica:	32
		Ore totali di formazione interattiva:	32

Docenti: **LA TORRE LOREDANA**

RESPONSABILE SCIENTIFICO: **LA Torre Loredana**

LUOGHI DI SVOLGIMENTO: **Roma – Colombo eventi**

ECM: 50

Figure: FISIOTERAPISTI

Obiettivo generale

OBIETTIVO NAZIONALE: CONTENUTI TECNICO PROFESSIONALI (CONOSCENZE E COMPETENZE) SPECIFICI DI CIASCUNA PROFESSIONE, SPECIALIZZAZIONE E ATTIVITA' ULTRASPECIALISTICA

Abstract

La fisioterapia contemporanea non può più prescindere da una comprensione profonda e integrata del respiro, della postura, delle pressioni corporee e della centralità del pavimento pelvico.

Il Metodo La Torre nasce dall'esperienza clinica e formativa ultra-trentennale di Loredana La Torre, pioniera della riabilitazione pelvica in Italia, ideatrice dei metodi DEVIS (Decompressione Viscerale) e REP³ (Rotazioni, Equilibrio, Pressioni, Perineo, Postura). Questo corso non è solo un percorso formativo, ma un'esperienza trasformativa: un laboratorio corporeo dove movimento, respiro e consapevolezza si intrecciano in un approccio terapeutico profondo e innovativo.

Il corpo viene esplorato in ogni sua dimensione – strutturale, viscerale, fasciale, respiratoria e sensoriale – attraverso un equilibrio costante tra teoria e pratica, tra esperienzialità e precisione tecnica.

Programma

1° Giorno	Ora	Lezione	Minuti	Argomento
	09.00 – 09.30	P	30	Perché Devis: attenzione, consapevolezza, percezione
	09.30 – 10.00	P	30	Pressione e decompressione
	10.00 – 10.30	P	30	Tessuto duro e morbido: contenuto e contenitore
	10.30 – 11.00	P	30	Tatto, spazi, diametri, forma e funzione
	11.00 – 11.15			<i>Pausa Caffè</i>
	11.15 – 11.45	P	30	Ponte sensoriale mente-corpo, volumi, respirazione, voce
	11.45 – 12.15	P	45	Le parole chiave
	12.15 – 13.00	P	45	Respirazione paradossale, manovra di Valsalva
	13.00 – 14.00			<i>Pausa Pranzo</i>
	14.00 – 15.00	P	60	Il trampolino pelvico
	15.00 – 15.30	P	30	I diaframmi: toracico, pelvico, vocale
	15.30 – 16.00	P	30	Tensegrità, ossa sospese – laboratorio pratico
	16.00 – 16.15			<i>Pausa Caffè</i>
	16.15 – 16.45	P	30	Gravità e respirazione – laboratorio pratico
	16.45 – 17.15	P	30	Sbagliamo per imparare
	17.15 – 18.30	P	75	Laboratori pratici esperienziali

2° Giorno	Ora	Lezione	Minuti	Argomento
	09.00 – 09.45	P	45	Bacino superiore, medio, inferiore – laboratorio pratico

	09.45 – 10.15	P	30	Anatomia del bacino – laboratorio pratico
	10.15 – 11.00	P	45	Scheletro del rombo perineale – laboratorio pratico
	11.00 – 11.15			<i>Pausa Caffè</i>
	11.15 – 12.15	P	60	Ischio, pube, coccige – laboratorio pratico
	12.15 – 12.45	P	30	Sfinteri – laboratorio pratico
	12.45 – 13.15	P	30	Il piede e il trampolino pelvico
	13.15 – 14.15			<i>Pausa Pranzo</i>
	14.15 – 14.45	P	30	Il radicamento e le pressioni periferiche
	14.45 – 15.15	P	30	Contrazione viscerale ascendente – laboratorio pratico
	15.15 – 15.45	P	30	Postura declive e differenziazione neurologica
	15.45 – 16.00			<i>Pausa Caffè</i>
	16.00 – 16.30	P	30	Lifting del polmone – sottovuoto fisiologico
	16.30 – 18.30	P	120	Attivazione catene respiratorie e radicamento

3° Giorno	Ora	Lezione	Minuti	Argomento
	09.00 – 09.30	P	30	Introduzione al metodo REP3
	09.30 – 10.30	P	60	Movimenti rotatori della colonna vertebrale
	10.30 – 11.00	P	30	Testa, braccia e colonna
	11.00 – 11.15			<i>Pausa Caffè</i>
	11.15 – 11.45	P	30	Coxo-femorali, bacino e colonna lombare

	11.45 – 12.15	P	30	Scapole, spalle, anche – libertà articolare
	12.15 – 12.45	P	30	Pelvi in rotazione
	12.45 – 13.15	P	30	Lavoro sul grande obliquo
	13.15 – 14.15			<i>Pausa Pranzo</i>
	14.15 – 14.45	P	30	Attivazione del piccolo obliquo
	14.45 – 15.15	P	30	Pressione del piede e orologio pelvico
	15.15 – 15.45	P	30	Decompressione e rotazione
	15.45 – 16.00			<i>Pausa Caffè</i>
	16.00 – 17.00	P	60	Trampolino pelvico nelle rotazioni
	17.00– 18.30	P	90	Sfinteri e dita della mano – connessione

4° Giorno	Ora	Lezione	Minuti	Argomento
	09.00 – 09.30	P	30	Perineo elastico e vigile
	09.30 – 10.00	P	30	Connessioni: piedi-core, mani-core, bacino-colonna, respiro
	10.00 – 10.45	P	45	Mutanda addomino-pelvica in decubito laterale
	10.45 – 11.00			<i>Pausa Caffè</i>
	11.00 – 12.00	P	60	Contrazione viscerale ascendente – decubito laterale
	12.00 – 13.00	P	60	Allineamento, respirazione, rotazione – decubito laterale
	13.00 – 14.00			<i>Pausa Pranzo</i>
	14.00 – 14.30	P	30	Postura declive e rotazione
	14.30 – 15.30	P	60	Lifting del polmone e pavimento pelvico

	15.15 – 15.45	P	30	Decompressione e rotazione
	15.45 – 16.00			<i>Pausa Caffè</i>
	16.00 – 17.00	P	60	Trampolino pelvico nelle rotazioni
	17.00– 18.15	P	75	Sfinteri e dita della mano – connessione
	18.15			TEST ECM Compilazione schede di valutazione della qualità percepita

Curriculum/a Breve/i Docente/i Assistente/i

La Torre Loredana

Svolge funzioni di fisioterapista dal 1982 –

Iscritta all'Albo della professione sanitaria di fisioterapista

Ha aperto nel 1999/2000 il primo ambulatorio di riabilitazione pelvica presso Nuovo Regina Margherita (Roma) dove ha svolto attività di prevenzione e cura dell'incontinenza urinaria e riabilitazione del Pavimento Pelvico;

Dal 1993 Conduce, corsi di formazione, seminari di cinetica respiratoria, prevenzione e cura dell'osteoporosi, seminari pratico esperienziali sulla riabilitazione del pavimento pelvico, sulla dinamicità della posizione seduta, ha insegnato per anni all'università La Sapienza al corso universitario di fisioterapia, e ai master di uforiabilitazione.

Ideatrice del metodo di decompressione viscerale "devis" e del metodo "rep3" (rotazioni, equilibrio, pressioni, perineo, postura) autrice del libro "Triangoli dimenticati. Dove abita il perineo.

Prova Pratica: I PARTECIPANTI SARANNO VALUTATI SULL'ESECUZIONE DI MANOVRE TECNICHE

Redatto da RPC	Laura Cremona
Approvato da DG	Laura Cremona