

Running Injury: Classificazione, Prevenzione e trattamento

DATA: 21-22 marzo 2026

SEDE: CENTRO ATTIVA – VIA MARZABOTTO 29 RASTIGNANO BO

DESTINATARI: Fisioterapisti

ORE FORMATIVE: 16

PARTECIPANTI: 20

RESPONSABILI SCIENTIFICI DEL CORSO: Dott. Samuele Graffiedi

PROVIDER ID 1530

RAZIONALE

Il corso **“Running Injury”** non risponde solo a queste domande, ma è interamente dedicato alla gestione ottimale dell’infortunio nel corridore o, meglio, del corridore con infortunio. Ragionamento clinico, evidenze scientifiche ed esperienza clinica andranno di pari passo per la comprensione delle cause dell’infortunio e la messa in atto di strategie volte alla sua risoluzione.

Durante tutto il corso saranno illustrati i più comuni infortuni del corridore con impostazione del trattamento basato sulle attuali evidenze. Le nozioni teoriche apprese saranno poi utilizzate nella parte pratica di analisi e rieducazione dello stile di corsa effettuata sul tapis roulant, nella valutazione funzionale, nella scelta della scarpa, nell’applicazione di tape volto a desensibilizzare l’area del piede e del ginocchio, sede più frequente d’infortunio.

Obiettivi del corso

Imparare a gestire il corridore con infortunio, dalla classificazione dell’infortunio alla scelta del trattamento più idoneo, fino alla programmazione della ripresa della corsa.

1. Imparare a utilizzare le strategie di riduzione di carico indicate per il corridore che stiamo trattando.
2. Apprendere i principi biomeccanici del gait retraining, e la loro applicazione sull’infortunio del corridore in fronte a noi.
3. Analizzare le possibili modalità di aumento della capacità di carico, compresa la scelta dell’esercizio ottimale.

PROGRAMMA

Giornata I

09.00 Infortunio da corsa: Epidemiologia e Classificazione

09.30 Definizione di infortunio: che cos’ho?
Cause di infortunio: perché mi è venuto? Considerazioni periferiche e centrali
Vulnerabilità al dolore: dalla Biomeccanica alla Neuromatrice
Proposta di un modello di trattamento: dall’infortunio alla sensibilizzazione

10.30	<i>Coffee Break</i>
10.45	Strategie di riduzione del carico Gestione di frequenza, intensità e durata degli allenamenti Utilizzo del <i>taping</i> : piede e ginocchio Correlazione tra stile di corsa e infortuni: cosa dice la letteratura.
12.15	Parte Pratica - Gait Retraining
13.00	Pausa Pranzo
14.00	Analisi e modifica dello stile di corsa: quando la biomeccanica è importante. <i>Gait Retraining</i> per ridurre il carico tissutale: impostazione pratica.
16.00	<i>Coffee Break</i>
16.15	Analisi video di gruppo del <i>Gait Retraining</i> della mattinata
17.00	Parte Pratica: <i>Taping</i> piede e ginocchio.
18.30	Conclusione

Giornata II

9.00	Le scarpe: correlazione con l'infortunio e criteri per la scelta ottimale
10.00	Strategie di miglioramento della capacità di carico Miglioramento dello stato tissutale e riduzione della sensibilizzazione Principi del condizionamento: Stretching e Rinforzo.
10.30	<i>Coffee Break</i>
10.45	Valutazione del runner Esclusione delle <i>Runner Red Flags</i> Le "disfunzioni" biomeccaniche del runner: è necessario correggerle? La pronazione e il valgismo
12.30	Parte Pratica – Gait Retraining
13.00	<i>Pausa Pranzo</i>
14.00	Il trattamento del runner: il ruolo dell'esercizio. La scelta dell'esercizio: perché funziona e come sceglierlo.
16.00	<i>Coffe Break</i>
16.15	La performance nel runner: il ruolo del rinforzo.
Criteri e modalità per il ritorno alla corsa dopo infortunio.	

Quando posso ricominciare? Posso correre con il dolore?

Il *Flare-Up*: perché avviene e come gestirlo

18.30

Chiusura dei lavori e compilazione questionario ECM

CV Samuele Graffiedi

Nazionalità: Italiana Data di nascita: 11/06/1974 Sesso: Maschile

Numero di telefono: (+39) 3289067767 Indirizzo e-mail: samuelegraффiedi@gmail.com

Abitazione: Via Circonvallazione, 464, 47020 Longiano (Italia)

QUALIFICA PROFESSIONALE

Fisioterapista

ESPERIENZA LAVORATIVA

Libero Professionista

Studio Professionale di Fisioterapia [2008 – Attuale]

Città: Longiano

Paese: Italia

Docente Insegnamento "Running Injury: Classificazione, Prevenzione e Trattamento"

Master Universitario di Fisioterapia Applicata allo Sport - Università degli Studi di Siena [2015 – Attuale]

Città: Siena

Paese: Italia

Docente di Corsi ECM relativi all'argomento "Running Injury: Classificazione, Prevenzione e Trattamento"

[2016 – Attuale]

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Functional Therapeutic Movement and Pain – Docente Ben Cormack

[29/09/2017 – 01/10/2017]

Città: Brescia

Paese: Italia

DermoNeuroModulation – Docente Diane Jacobs

[05/05/2017 – 07/05/2017]

Città: Siena

Assessment and Management of Rotator Cuff Tendinopathy: an Evidence Based Approach" -

DocentePTChrisLittlewood

[13/03/2016]

Città: Milano

Paese: Italia

"New trends in the Prevention of Running Injuries" – Docente Blaise Dubois

The Running Clinic [20/03/2015 – 22/03/2015]

Città: Desenzano del Garda

Paese: Italia

"The Shoulder Theory and Practice" – Dr Jeremy Lewis

GTM Gruppo di Terapia Manuale [14/03/2015 – 15/03/2015]

Città: Bologna

Paese: Italia

Dry Needling per il dolore miofasciale

AXIS Formacìon – Dr. Cesar Fernandez del la Penas [01/03/2014]

Città: Roma

Workshop: "Cervicogenic Headache – Treatment with HVLA Thrust Techniques"

GTM - Gruppo di terapia manuale [09/11/2013]

Città: Firenze

Paese: Italia

High-Velocity Low-Amplitude Thrust Manipulation of Cervical, Thoracic, Lumbar & SI Joint

Spinal Manipulation Institute (AAMT) - Dr.James Dunning [01/06/2013 – 02/06/2013]

Città: Roma

Paese: Italia

X^ Congresso Nazionale GTM - "Physiological Adaptations to Musculoskeletal Pain: Clinical evaluation and treatment in Physical Therapy"

GTM – Gruppo di Terapia Manuale [17/11/2012 – 18/11/2012]

Città: Bologna

Paese: Italia

Congresso "Riabilitazione chirurgica in primo piano"

Edi-Ermes [05/06/2010]

Città: Bologna

Paese: Italia

Giornate di aggiornamento RIABILtec 2010 "Ernia Discale: Terapia manuale"

Edi-Ermes [13/05/2010]

Città: Rimini

Paese: Italia

Giornate di aggiornamento RIABILtec 2010 "Lombalgia: Terapia Manuale"

Edi-Ermes [13/05/2010]

Città: Rimini

Paese: Italia

Corso McKenzie - Diagnosi e Terapia Meccanica : La Colonna Lombare

The Mckenzie Institute [05/11/2009 – 08/11/2009]

Città: Ravenna

Paese: Italia

Corso Taping Neuromuscolare avanzato

Institute Taping Neuromuscolare Italia [13/09/2008 – 14/09/2008]

Città: Gambettola (FC)

Paese: Italia

Diploma di Laurea in Fisioterapia con votazione 110/110 e Lode

Università degli Studi di Bologna [2008]

Città: Bologna

Paese: Italia

Diploma di Laurea in Fisica con votazione 110/110

Università degli Studi di Bologna [1999]

Città: Bologna

Paese: Italia

COMPETENZE LINGUISTICHE

Lingua madre: italiano

Altre lingue

INGLESE

ASCOLTO B1 LETTURA B2 SCRITTURA B2

PRODUZIONE ORALE A2 INTERAZIONE ORALE A2

Livelli: A1 e A2: Livello elementare B1 e B2: Livello intermedio C1 e C2: Livello avanzato

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel CV ai sensi dell'art. 13 d. lgs. 30 giugno 2003 n. 196 - "Codice in materia di protezione dei dati personali" e dell'art. 13 GDPR 679/16 - "Regolamento europeo sulla protezione dei dati personali".

Borghi, 12/01/2026

Samuele Graffiedi