

Corso ECM RES
GINNASTICA IPOPRESSIVA DINAMICA – PERINEO, POSTURA E RIABILITAZIONE

Razionale del corso

La riabilitazione dermato-estetica e funzionale interviene anche nella diagnosi, nella gestione e nella cura della diastasi dei retti addominali. Utilizzando la ginnastica ipopressiva, che nasce dagli studi del professor Caufriez, è possibile rimodellare l'addome, avvicinare i retti addominali, alleviare la lombalgia, il reflusso e gli eventi di incontinenza tipici del post partum. La dr.ssa Petrini dopo varie esperienze e studi internazionali propone un tipo di ginnastica ipopressiva dinamica. Gli esercizi ipopressivi lavorano sulla contrazione dei muscoli retti e l'attivazione del muscolo trasverso. Le donne che soffrono di diastasi dei muscoli retti o patologie del pavimento pelvico come ipotono, ipertono, incontinenza, endometriosi potranno migliorare notevolmente la loro condizione attraverso una serie di esercizi guidati dal professionista. Durante lo svolgimento di questo corso saranno illustrate le varie tecniche disponibili e saranno proposti una serie di esercizi che possono essere riproposti alle pazienti sia sottoforma di sedute individuali, sia di gruppo.

Date corso: 16 maggio 2026

Sede: EdiAcademy V.le Enrico Forlanini, 21 - 20134 Milano

Provider accreditante: Imagine Srl a socio unico Id n. 6
Id/Edizione evento residenziale n. 1

Ore formative: 8

Crediti ECM: 8

Professioni/discipline:

Fisioterapista – Discipline: Fisioterapista, Iscritto nell'elenco speciale ad esaurimento
Massofisioterapista Iscritto all'elenco speciale di cui all'art. 5 del D.M. 9 agosto 2019
Ostetrica/o

Numero di partecipanti: 35

Obiettivo formativo

N°18. Contenuti tecnico-professionali (conoscenze e competenze) specifici di ciascuna professione, di ciascuna specializzazione e di ciascuna attività ultraspecialistica, ivi incluse le malattie rare e la medicina di genere

Acquisizione competenze

Illustrare le varie tecniche disponibili e proporre una serie di esercizi che possono essere riproposti alle pazienti, sia sottoforma di sedute individuali, sia di gruppo.

Metodologie didattiche: lezione frontale, dimostrazioni e parti pratiche.

Modalità di verifica

L'apprendimento dei partecipanti sarà valutato mediante una prova pratica. Per il suo superamento è necessario raggiungere almeno il 75% dei contenuti formativi. Per il rilascio dei crediti è altresì obbligatoria la presenza ad almeno il 90% della durata del corso (8 ore) e la compilazione della scheda di valutazione della qualità percepita.

Programma Scientifico

PRIMA GIORNATA – 16 maggio 2026		
ORARIO	CONTENUTI	DOCENTE/I SOSTITUTO/I
9.00 - 11.00	A1. • Pavimento pelvico e postura • Biomeccanica del bacino e del core - fondamenti anatomici e biomeccanici per la corretta esecuzione dell'esercizio ipopressivo	Laura PETRINI ROSSI

	• Effetti della gravidanza sul perineo - fisiopatologia delle lesioni pelvi-perineali	
11.00 – 11.15	Coffee break	
11.15 – 13.15	A2. • Concetto di iper- e ipo-pressione addominale - gestione delle pressioni - corretto allenamento - errori più comuni • Tecniche manuali e correzione delle disfunzioni respiratorie	Laura PETRINI ROSSI
13.15 – 14.00	Lunch	
14.00 – 18.00	A3. ESERCITAZIONI PRATICHE • preparazione di una seduta individuale e di gruppo con utilizzo di fitball, elastici, bande ed ausili sportivi • Corretto allenamento, indicazioni e controindicazioni Valutazione ECM e condivisione esiti con i partecipanti	Laura PETRINI ROSSI

NOME COGNOME	RUOLO	PROFESSIONE DISCIPLINA	ENTE DI APPARTENENZA/ LIBERA PROFESSIONE	ATTIVITÀ PROFESSIONALE /FORMATIVA
Laura PETRINI ROSSI	Docente ***** Responsabile scientifico	Fisioterapista	Centri Fisiò Roma	Fisioterapista e docente Esperta in Rehab e Dermato- Estetica, Roma