

- Corso: **Biomeccanica muscolo-scheletrica: valutazione e trattamento delle patologie di anca, ginocchio, piede e tratto dorso-lombo-sacrale**
- Sede: Genova
- responsabile scientifico evento: dott. Mauro Lastrico
- destinatari: fisioterapisti, medico chirurgo (tutte le specialità), massofisioterapisti, TO, TNPEE
- obiettivo formativo: 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

Introduzione

Le patologie di anca, ginocchio e piede non possono essere sempre analizzate in modo isolato. Deviazioni assiali, instabilità articolari e dolori ricorrenti sono spesso il risultato di forze muscolari disfunzionali che si distribuiscono lungo l'intero arto inferiore e si collegano biomeccanicamente al rachide dorso-lombo-sacrale.

In questo corso agiremo **sia in modo analitico che sistemico**:

- **Analitico**, nell'individuare e trattare lo sbilanciamento delle forze muscolari agenti, responsabili dell'alterazione della fisiologica sequenza articolare delle singole articolazioni (es. ginocchio valgo, piede cavo, ecc.);
- **Sistemico**, nel valutare e trattare la presenza di sintomi periferici legati alle connessioni biomeccaniche tra arto inferiore e colonna dorso-lombo-sacrale.

L'obiettivo è superare i limiti dell'approccio segmentale e sintomatico, per acquisire una lettura funzionale integrata e clinicamente utile.

PROGRAMMA

Teoria:

- **Biomeccanica Muscolo-scheletrica:**
 - Analisi della meccanica muscolare e dei suoi principi di funzionamento.
 - Studio della scomposizione vettoriale applicata ai sistemi muscolari.
 - Esame del bilanciamento muscolare, includendo l'azione di muscoli agonisti ed antagonisti sulla stabilità e sulla dinamica articolare.
 - Indagine analitica sulle deviazioni assiali e conflitti meccanici a carico di anca, ginocchio e piede
 - Analisi delle relazioni funzionali tra le articolazioni di anca, ginocchio e piede.
 - Esame delle relazioni biomeccaniche a carico di anca, ginocchio e piede.

- Il sintomo come manifestazione di squilibri locali o come riflesso di problematiche delle strutture adiacenti.
- Il sintomo come proiezione delle compressioni radicolari.

Pratica:

- La parte pratica include:
 - Manovre passive eseguite dal terapeuta.
 - Esercizi attivi eseguiti dal paziente sotto il controllo e l'assistenza del terapeuta.

Gli esercizi attivi e le manovre passive mirano al riequilibrio statico e dinamico delle articolazioni in esame, in una prospettiva sistemica che coinvolge l'intero arto inferiore e le connessioni con le strutture del tratto dorso-lombo-sacrale.

Programma giornaliero

1 giorno ore 9-18 teoria e pratica (pausa pranzo 13-14)

- Analisi della meccanica muscolare e dei suoi principi di funzionamento.
- Studio della scomposizione vettoriale applicata ai sistemi muscolari.
- Esame del bilanciamento muscolare, includendo l'azione di muscoli agonisti ed antagonisti sulla stabilità e sulla dinamica vertebrale.
- suddivisione colonna vertebrale in base alle inserzioni muscolari
- analisi dominanze vettoriali muscolari sui tratti: cranio-D3, D4-D6, D7-sacro
- esposizione esercizi terapeutici atti a migliorare le deviazioni assiali sul piano sagittale della colonna vertebrale e le compressioni a carico dei dischi intervertebrali e delle radici nervose
- massaggio mio-fasciale profondo
- massaggio diaframmatico
- impostazione respirazione terapeutica

2 giorno ore 9-18 teoria e pratica (pausa pranzo 13-14)

- Esame della deambulazione
- Relazione tra le articolazioni degli arti inferiori e la colonna vertebrale dorso-lombo-sacrale
- Lavoro in postura ad arti inferiori elevati

3 giorno ore 9-18 teoria e pratica (pausa pranzo 13-14)

- Biomeccanica e analisi differenziale vettoriale muscolare sulle deviazioni assiali a carico delle articolazioni coxo-femorale e ginocchio e specifici esercizi per la loro correzione ad arti inferiori elevati.
- Lavoro in posizione seduta

4 giorno ore 9-18 teoria e pratica (pausa pranzo 13-14)

- Biomeccanica e analisi differenziale vettoriale muscolare sulle deviazioni assiali a carico dell'articolazione tibio-tarsica, dell'arco mediale plantare, dell'arco anteriore plantare e

delle deviazioni assiali delle dita e dell'alluce. Esercizi specifici per la loro correzione in posizione seduta e supina.

- Considerazioni finali
- Prova pratica

Docente:

Mauro Lastrico	fisioterapista	fisioterapia	Libero professionista	Docente AIFIMM
----------------	----------------	--------------	--------------------------	-------------------