

Corso ECM RES

DIASTASI ADDOMINALE RIABILITAZIONE, PREVENZIONE E CURA

Razionale del corso

Riabilitare, prevenire e curare sono percorsi che vanno studiati considerando il paziente nella sua complessa globalità, in collaborazione con altri professionisti della salute per garantire lo standard di cure migliore possibile. Questo vale soprattutto quando si trattano disfunzioni addomino-pelviche, come la diastasi addominale, cioè l'aumento della normale distanza tra i due muscoli retti dell'addome in seguito a una gravidanza o a un aumento di peso o ad allenamenti eccessivi o errati. Lo scopo di questo corso è dare ai professionisti la capacità di strutturare un lavoro di prevenzione, ove possibile, e di terapia, quando necessario, per una patologia di cui i pazienti sono sempre più consapevoli e che impatta fortemente sull'immagine corporea e sulla qualità di vita.

Date corso: 17-18 ottobre 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: 16

Crediti ECM: 16

Professioni/discipline:

Medico – Discipline: tutte

Fisioterapista – Discipline: Fisioterapista, Iscritto nell'elenco speciale ad esaurimento

Infermiere/a

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

- Apprendimento delle competenze necessarie al trattamento della diastasi addominale in diverse tipologie di pazienti e in collaborazione con altre figure professionali
- Capacità di impostare un percorso terapeutico efficace per la diastasi addominale
- Acquisire competenze pratiche nel prevenire e curare la diastasi simultaneamente all'allenamento di altri gruppi muscolari e/o al trattamento di altre disfunzioni

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 (16 ore) e la compilazione della scheda di valutazione della qualità percepita.

Programma Scientifico

PRIMA GIORNATA – 17 ottobre 2026		
ORARIO	CONTENUTI	DOCENTE/I SOSTITUTO/I
9.00 - 11.00	A1. • Diagnosi, fattori di rischio e principi teorici • lo stato dell'arte: cosa dice la letteratura	<i>Giovanni GANDINI Elena SARTORI</i>
11.00 – 11.15	Coffee break	
11.15 – 13.15	A2. • Principi posturali ed ergonomici • Approccio terapeutico nel team multidisciplinare	<i>Giovanni GANDINI Elena SARTORI</i>
13.15 – 14.00	Lunch	
14.00 – 18.00	A3. PARTE PRATICA • Esercizi e diastasi addominale • Ginnastica respiratoria • Cenni di ginnastica ipopressiva • Esercizi controindicati	<i>Giovanni GANDINI Elena SARTORI</i>

SECONDA GIORNATA – 18 ottobre 2026		
ORARIO	CONTENUTI	DOCENTE/I SOSTITUTO/I
9.00 - 11.00	B1. • Diastasi: gravidanza e parto • Diastasi e disfunzioni pelvi-perineali	<i>Giovanni GANDINI Elena SARTORI</i>
11.00 – 11.15	Coffee break	
11.15 – 13.15	B2. • Riabilitazione pre-postchirurgica	<i>Giovanni GANDINI Elena SARTORI</i>
13.15 – 14.00	Lunch	
14.00 – 18.00	B3. PARTE PRATICA • Esercizi per la gravidanza e il post-parto • Come eseguire correttamente esercizi per la tonificazione di addome e arti inferiori Valutazione apprendimento e condivisione esiti con i partecipanti	<i>Giovanni GANDINI Elena SARTORI</i>

NOME COGNOME	RUOLO	PROFESSIONE DISCIPLINA	ENTE DI APPARTENENZA/ LIBERA PROFESSIONE	ATTIVITÀ PROFESSIONALE /FORMATIVA
Giovanni GANDINI	Docente ***** Responsabile scientifico	Dottore in Scienze Motorie	Palestra “Corpo Libero” – Varese	Direzione corsi ginnastica per anziani, ginnastica preventiva e compensativa per la schiena, ginnastica posturale e rieducativa per ragazzi. Università Cattolica Sacro Cuore di Milano e Università degli Studi – INSUBRIA Varese: docente a contratto
Elena SARTORI	Docente	Ostetrica	Centromedico – PDS Medical SA (Lugano)	Ostetrica di ambulatorio: assistenza ai ginecologi, consulenze allattamento, corsi preparto, sedute di riabilitazione del pavimento pelvico, organizzazione del reparto