

## STAI CERCANDO?

- Corsi di aggiornamento
- Convegni e congressi
- Corsi di Alta Formazione
- Seminari per studenti
- Servizio di accreditamento
- Organizzazione eventi ECM

**VISITA IL SITO:**  
[www.doceo-ecm.it](http://www.doceo-ecm.it)

# 2020



## TECNICHE DI MASSAGGIO SPORTIVO E TERAPEUTICO

**Codice Evento:** F202014

**Data:** 26-27 Settembre 2019, 17-18 Ottobre 2020

**Sede:** Cascina Scova Resort, Via Vallone 18 - Pavia

**Docente:** Dott. Filippo Zanella, Fisioterapista, Cesena (FC)

**Responsabile Scientifico:** Dott. Filippo Zanella

**Destinatari:** Fisioterapisti, Studenti del 3°anno CDL Fisioterapia

**Crediti:** 40 ECM

**Costo:** 560 euro, se ti iscrivi entro il 26 Luglio il costo è 510 euro

**Posti Disponibili:** 24

**Termine Iscrizioni:** 26 Agosto 2020

**Materiale Didattico:** Dispense e kit olii per massaggio

DOCEO ECM Provider accreditato per i servizi di Educazione Continua in Medicina – Regione Lombardia Id.7133 del 16/03/16  
Accreditamento nazionale Age.Na.S. Id.6039 del 8/12/17  
Azienda certificata ISO 9001:2015 - Certificato N° C2016-00790

**DOCEO**  
**ECM /** educazione  
continua  
in medicina

## **BREVE PREMESSA:**

Le Tecniche di Massaggio costituiscono da sempre la terapia elettiva per i professionisti che lavorano nel settore sportivo, non che la forma di trattamento che permette l'approccio più versatile e di più ampia applicabilità alle patologie muscolo-scheletriche.

Il corso di Tecniche di Massaggio Sportivo e Terapeutico ha lo scopo di educare i partecipanti in modo completo sulle diverse forme di terapia manuale, sia fornendo le necessarie conoscenze di anatomia muscolo-fasciale, articolare, linfatica e circolatoria, sia insegnando la pratica delle applicazioni delle tecniche massoterapiche e manipolatorie, assieme alle relative indicazioni e controindicazioni di ciascuna.

Prendendo in esame gli effetti prodotti localmente sui vari distretti corporei e globalmente su tutto l'organismo, durante il corso vengono mostrate tutte le possibili applicazioni di terapia manuale dei tessuti molli utili alla risoluzione delle diverse patologie, indicando precise linee guida per ciascun disturbo e fornendo chiari principi di diagnosi differenziale.

I contenuti di Tecniche di Massaggio Sportivo e Terapeutico sono stati sviluppati appositamente per i fisioterapisti che lavorano in ambito sportivo e ortopedico, pertanto viene data particolare enfasi alle applicazioni pratiche di carattere clinico, differenziando tra le situazioni che si possono avere con un atleta professionista, con un normale paziente, o in un eventuale trattamento relax.

Il corso cura in modo dettagliato anche le possibilità di lavoro attraverso il trattamento dei Trigger Point e dei Thicken Point con tecniche di pressione ischemica, frizione o restrain, fondamentali nella gestione dei dolori articolari. È prevista anche una sezione di massaggio multi-operatore, modalità frequentemente utilizzata durante le manifestazioni sportive maggiori.

## **OBIETTIVI:**

- Apprendere le nozioni fondamentali di anatomia circolatoria, muscolare e fasciale utili all'esecuzione delle manovre terapeutiche.
- Conoscere gli effetti indotti dalle varie tecniche di terapia manuale e massoterapica a livello dei tessuti molli.
- Apprendere la manualità necessaria all'esecuzione corretta delle tecniche di terapia manuale e di massoterapia.
- Saper impostare un piano di trattamento in funzione della tipologia di paziente (neurologico, ortopedico, sportivo) e della patologia presentata.
- Saper scegliere la manualità e la tecnica corrette in funzione della localizzazione del disturbo, della sua fase (acuta, sub-acuta, cronica) e dell'interazione con la storia anamnestica del paziente.
- Conoscere i principi di diagnosi differenziale utili alla scelta del trattamento.
- Apprendere i protocolli di trattamento e le tempistiche per le patologie più ricorrenti nello sportivo: strappi muscolari, tendinopatie, contratture, dolori articolari, gomito del tennista e del golfista, spalla dolorosa, crampi recidivanti, sindromi del piriforme, lombalgie.
- Apprendere le tecniche di mantenimento e di trattamento pre- e post- gara per l'ottimizzazione delle performance atletiche.
- Conoscere la localizzazione e le modalità di trattamento dei punti trigger e thicken, per la cura delle patologie articolari e mio-fasciali.
- Saper integrare le manualità apprese alle tecniche di trattamento già note.
- Impostare una corretta progressione di trattamento nel tempo e un'adeguata calendarizzazione in funzione delle competizioni.

## **PROGRAMMA: 34 ORE**

### **Prima giornata**

8:30 – 9:00 Registrazione partecipanti

9:00 – 11:15 Introduzione principi di anatomia muscolare Trigger Point e Thicken Point Circolazione, punti linfonodali e zone di scarico.

11:15 – 11:30 Pausa

11:30 – 13:00 Tessuti di azione effetti locali ed effetti sistemici, indicazioni e controindicazioni, zone di attenzione.

13:00 – 14:00 Pausa pranzo

14:00 – 16:15 Le diverse manualità del trattamento dei tessuti molli, la posizione delle mani, la posizione del terapeuta e del paziente.

16:15 – 16:30 Pausa

16:30 – 18:30 Utilizzo di olio e parte pratica: massaggio della schiena (prima parte), presentazione degli effetti delle manovre terapeutiche.

### **Seconda giornata**

9:00 – 11:15 Discussione della prima giornata e ripetizione prova pratica: massaggio alla schiena (seconda parte), TP principali tronco.

11:15 – 11:30 pausa

11:30 – 13:00 Prova pratica: massaggio delle spalle paziente seduto, prono e supino; massaggio delle braccia e degli avambracci paziente prono e supino; TP principali delle spalle e degli arti superiori.

13:00 – 14:00 Pausa pranzo

14:00 – 16:15 Prova pratica: massaggio delle mani; massaggio del collo paziente seduto, prono e supino; TP principali del collo.

16:15 – 16:30 Pausa

16:30 – 18:30 Prova pratica: massaggio del viso; massaggio del petto; massaggio dell'addome; TP principali di capo, petto e addome; trattamento per le cefalee.

### **Terza giornata**

9:00 – 11:15 Discussione delle giornate precedenti; massaggio dei glutei, massaggio delle cosce e delle gambe, TP principali degli arti inferiori.

11:15 – 11:30 Pausa

11:30 – 13:00 Massaggio dei piedi sequenza di massaggio completo protocolli di trattamento.

13:00 – 14:00 Pausa pranzo

14:00 – 16:15 Massaggio decontratturante per la schiena Massaggio decontratturante per le spalle e collo, linee guida per il trattamento dei dolori articolari.

16:15 – 16:30 Pausa

16:30 – 18:30 Patologie classiche: sciatalgia e lombo-sciatalgia, sindrome del piriforme, trattamento per stitichezza e coliche addominali, trattamento dei crampi in acuto.

#### Quarta giornata

9:00 – 11:15 Discussione delle giornate precedenti. Massaggio per lo sportivo pre-gara e di riscaldamento Massaggio di scarico dei cataboliti agli arti inferiori Massaggio decontratturante arti inferiori; linee guida per i trattamenti degli strappi muscolari con prova pratica.

11:15 – 11:30 Pausa

11:30 – 13:00 Patologie dello sportivo: gomito del tennista e del golfista; spalla dolorosa; pubalgia; fascite plantare.

13:00 – 14:00 Pausa pranzo

14:00 – 16:15 Massaggio rilassante ed estetico. Principi di linfodrenaggio manuale per la ritenzione idrica arti inferiori.

16:15 – 16:30 Pausa

16:30 – 18:00 La borsa medica: guida ai materiali da utilizzare Consigli per una corretta massoterapia Integrazione con altre tecniche di trattamento Lavoro di gruppo: elaborazione piano terapeutico su un caso clinico guidato.

18:00 – 18:30 Verifica dell'apprendimento tramite esercitazione e pratica finale e compilazione del questionario ECM.

#### SEGRETERIA ORGANIZZATIVA:

DOCEO S.R.L.

Via Liutprando 3\F – Pavia 27100

P.IVA E C.F. 02612840187 REA PV-287787

E-mail: [info@doceo-ecm.it](mailto:info@doceo-ecm.it) - Pec: [doceosrl@pec.it](mailto:doceosrl@pec.it)

Sito web: [www.doceo-ecm.it](http://www.doceo-ecm.it)

Tel. 377 30 73 809

**MODALITA' DI ISCRIZIONE:** Per iscriversi è necessario compilare sul sito l'apposito modulo d'iscrizione relativo all'evento e seguire la procedura indicata per il caricamento della ricevuta di pagamento. Per gli eventi che presentano un numero limitato di posti farà fede per l'iscrizione la data di arrivo della domanda, accompagnata dalla certificazione del versamento della quota di iscrizione e dall'accettazione scritta delle norme generali.

DOCEO ECM Provider accreditato per i servizi di Educazione Continua in Medicina – Regione Lombardia Id.7133 del 16/03/16  
Accreditamento nazionale Age.Na.S. Id.6039 del 8/12/17  
Azienda certificata ISO 9001:2015 - Certificato N° C2016-00790

**DOCEO**  
ECM / educazione  
continua  
in medicina

Per completare la procedura di iscrizione è possibile provvedere al pagamento della quota tramite bonifico bancario:

Bonifico bancario intestato a:

DOCEO S.R.L. – Via Liutprando 3/F – Pavia 27100

IBAN IT50E 08386 17987 00000 0401212

CAUSALE: cognome e nome, quota iscrizione codice evento