

## PROGETTISTA E RESPONSABILE SCIENTIFICO DEL CORSO

Marco Trucco, *Referente formazione Presidio Sanitario San Camillo di Torino*

## DOCENTE

Michela Alvanini, *Fisioterapista (per informazioni sul curriculum visitare il sito [www.amfisioterapia.com](http://www.amfisioterapia.com))*

## SEGRETERIA ECM e ORGANIZZATIVA

TELEFONO: 0118199555 - 3346151681

ORARIO: Lunedì - Venerdì 9.00/16.00

EMAIL:

[segreteria.formazione.torino@camilliani.net](mailto:segreteria.formazione.torino@camilliani.net)

## MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Inviare la scheda di iscrizione allegata al pieghevole alla Segreteria Organizzativa del Presidio Sanitario San Camillo ed effettuare il bonifico a conferma avvenuta

**DESTINATARI:** *Il corso è rivolto a medici e fisioterapisti.*

*Numero massimo di partecipanti: 24*

**AREA TEMATICA:** *Area riabilitazione*

## QUOTA DI PARTECIPAZIONE

Early Booking:

€ 450 fino al 31 agosto 2023, dopo € 500

Pagamento attraverso bonifico bancario, nella causale inserire il nominativo del corsista e il titolo del corso

*Fondazione Opera San Camillo*

*BANCA INTESA SAN PAOLO*

*IBAN IT28R0306909606100000073035*



PRESIDIO SANITARIO SAN CAMILLO

Strada S. Margherita, 136 Torino

Tel. 011 8199.411

Fax. 011 8199.431

[www.sancamillotorino.net](http://www.sancamillotorino.net)

## "APPROCCIO RIABILITATIVO CON IL METODO PILATES"

**DATE DEL CORSO**  
29-30 SETTEMBRE 2023  
1 OTTOBRE 2023

**ORARIO**  
VENERDÌ 9.00 - 18.00  
SABATO 9.00 - 18.00  
DOMENICA 9.00 - 14.00

**SEDE DEL CORSO**  
Presidio Sanitario San Camillo

*Corso ACCREDITATO ECM  
Assegnati 31 crediti ECM*

*Provider Provincia Piemontese Ordine Chierici  
Regolari Ministri degli Infermi (Camilliani)*

## PRESENTAZIONE DEL CORSO

Il principio che è stato estrapolato dal lavoro di J. Pilates si propone di **identificare la muscolatura profonda dell'addome attraverso respirazioni diaframmatiche** e nel contempo di **creare esercizi articolari che mirino a un allungamento assiale**.

Durante il corso i partecipanti arriveranno a conoscere la giusta meccanica di attivazione muscolare per sviluppare forza nella muscolatura profonda, creare il supporto giusto per controllare la giusta posizione della colonna in neutro, creare una seduta di riabilitazione individualizzata alle esigenze e ai sintomi del cliente. Quasi tutti i **40 esercizi** originali del metodo Pilates verranno analizzati singolarmente sia in termini di corretta esecuzione sia come inquadramento in una specifica patologia. In quest'ottica verranno anche elaborati piani di trattamento su patologie di interesse riabilitativo.

Parte fondamentale del corso è rappresentata dalle **esercitazioni pratiche** in cui i partecipanti svolgeranno gli esercizi per capirli e sentirli prima su loro stessi.

## OBIETTIVI

Questo corso è progettato per **introdurre i fisioterapisti al metodo Pilates** dell'esercizio fisico, basandosi sulla valutazione e trattamento degli squilibri muscolari. Tali squilibri possono essere il risultato di **traumi acuti ad alto carico** oppure di **disfunzione posturale a basso carico**. Utilizzando i principi Pilates verranno ideati dei protocolli specifici di trattamento e portati in progressione fino al recupero della funzione completa.

## PROGRAMMA

### PRIMA GIORNATA

**9.00 - 10.00** Presentazione e spiegazione del perché Pilates in riabilitazione.

**10.00 - 11.00** I 6 principi del metodo Pilates (*lez. magistrale*)

**11.00 - 12.00** Respirazione diaframmatica (*lez. pratica*)

**12.00 - 13.00** Depressione del cingolo scapolare e organizzazione cervicale (*lez. pratica*)

**13.00 - 14.00** Pausa pranzo

**14.00 - 15.00** Allungamento assiale (*lez. pratica*)

**15.00 - 16.00** Contrazione del cingolo Pelvico (*lez. pratica*)

**16.00 - 17.00** Trasferimento del peso sugli AA. II. e sugli AA.SS. (*lez. pratica*)

**17.00 - 18.00** Classe di MAT

### SECONDA GIORNATA

**9.00 - 11.00** Mobilità dorsale e integrazione costale (*lez. pratica*)

**10.00 - 11.00** Mobilità della Pelvi

**11.00 - 12.00** Mobilità in flessione laterale e rotazione della colonna (*lez. pratica*)

**12.00 - 13.00** Impostazione di una seduta di fisioterapia vertebrale con il foam roller

**13.00 - 14.00** Pausa pranzo

**14.00 - 17.00** Analisi dei singoli 40 esercizi della PMA (*Pilates Mondial alliance*)

**17.00 - 18.00** Impostazione di una seduta di fisioterapia vertebrale con il cerchio

### TERZA GIORNATA

**9.00 - 10.00** Impostazione di una seduta di fisioterapia vertebrale con le bende elastiche

**10.00 - 11.00** Il controllo consapevole e costante del movimento: teoria dell'apprendimento motorio (*lez. magistrale*)

**11.00 - 12.00** Impostazione di una seduta di fisioterapia vertebrale con la soft ball

**12.00 - 13.00** Revisione della progressione delle sedute di fisioterapia (*in gruppi*)

**13.00 - 14.00** Valutazione dell'apprendimento somministrazione test ECM

### REGOLAMENTO

1. L'accettazione ed osservanza del seguente regolamento sono condizione obbligatoria per l'ammissione e la frequenza al corso.

2. La Segreteria Organizzativa non risponde del mancato svolgimento del corso sia per il non raggiungimento del numero minimo di partecipanti, sia per cause di forza maggiore, sia per qualsiasi motivo indipendente dalle sue responsabilità.

3. Il versamento della quota d'iscrizione al corso è indipendente dall'ottenimento dei Crediti Formativi del programma ECM.

4. L'iscrizione al corso non è in alcun caso restituibile, salvo in caso di annullamento del corso. È prevista la possibilità di farsi sostituire da altra persona che abbia i requisiti per la frequenza del corso.

5. L'allievo è tenuto alla puntualità al rispetto delle modalità di accesso e dell'orario del corso e alla presenza in aula a tutte le ore di formazione. Si ricorda che l'orario dichiarato sulla piattaforma ECM viene totalmente accreditato, pertanto ogni ritardo o variazione di orario può far invalidare il corso per il singolo operatore oppure il corso completo.

6. Durante le lezioni il partecipante è tenuto ad un comportamento corretto nei confronti dei docenti e dei colleghi. Un comportamento che turbi il regolare svolgimento delle lezioni è motivo di allontanamento dall'aula senza che il partecipante abbia diritto ad alcun tipo di rimborso.

7. Il partecipante che, per sua negligenza o altre cause dirette o indirette, causerà danni a cose e/o persone, è tenuto al risarcimento civile e penale.

8. Vi possono essere dei corsi nei quali il partecipante sarà coinvolto dal docente nell'esercizio delle manovre pratiche sia come operatore che come paziente. Nel caso in cui non possa essere sottoposto, come paziente, ad alcune o tutte le manovre pratiche previste nel programma del corso deve darne preventiva comunicazione scritta alla Segreteria che avviserà il docente del corso.

9. Il materiale didattico non può essere riprodotto ed è proibito fare fotografie e/o filmati e/o registrazioni audio durante le lezioni se non espressamente consentito dal docente e dai partecipanti.

FIRMA PER ACCETTAZIONE

## SCHEDA DI ISCRIZIONE

Approccio riabilitativo con il metodo Pilates

COGNOME \_\_\_\_\_

NOME \_\_\_\_\_

DATA DI NASCITA \_\_\_\_\_

LUOGO DI NASCITA \_\_\_\_\_

STATO DI NASCITA \_\_\_\_\_

CODICE FISCALE \_\_\_\_\_

PARTITA IVA \_\_\_\_\_

INDIRIZZO \_\_\_\_\_

CITTÀ \_\_\_\_\_ CAP \_\_\_\_\_ PROV (\_\_\_\_)

RECAPITO TELEFONICO \_\_\_\_\_

CODICE UNIVOCO (SDI) \_\_\_\_\_

EMAIL \_\_\_\_\_

PROFESSIONE \_\_\_\_\_

PROFESSIONISTA  STUDENTE

DATI PER FATTURAZIONE (se diversi) \_\_\_\_\_

RAGIONE SOCIALE \_\_\_\_\_

Ente Pubblico  SI  NO

PARTITA IVA \_\_\_\_\_

INDIRIZZO \_\_\_\_\_

CITTÀ \_\_\_\_\_ CAP \_\_\_\_\_ PROV (\_\_\_\_)

CODICE (SDI) \_\_\_\_\_

PRIVACY: Ho preso visione dell'informatica disponibile sul sito [www.sancamillotorino.it](http://www.sancamillotorino.it), resa ai sensi dell'art. 13 del Reg. UE 2016/679, relativa alle finalità, base giuridica del trattamento e esercizio dei diritti dell'interessato e presto il consenso esplicito al trattamento dei dati.

DATA \_\_\_\_\_ FIRMA \_\_\_\_\_

PRESTO  NON PRESTO

Il consenso per la ricezione, via mail e/o whatsapp e/o sms, di comunicazioni informative su ulteriori iniziative formative.

DATA \_\_\_\_\_ FIRMA \_\_\_\_\_