



CORSO 3° GRADO 23/24

FISIOTERAPIA

18 GIUGNO 2024 / FILIPPO D'ELIA

FISIOTERAPISTA

Il fisioterapista è un professionista della Sanità in possesso del diploma di laurea e o titolo equipollente, che lavora, sia in collaborazione con il medico e altre professioni sanitarie, sia autonomamente, valutando e trattando le disfunzioni presenti nelle aree della motricità, delle funzioni corticali superiori e viscerali conseguenti ad eventi patologici, varia eziologia, congenita o acquisita.



ALBO PROFESSIONALE

8 settembre 2022

Istituzione Federazione degli ordini della professione sanitaria
di Fisioterapia

Il fisioterapista per esercitare la professione è obbligato ad iscriversi all'albo. Deve inoltre avere una copertura assicurativa , responsabilità civile professionale.

Il professionista è tenuto ad aggiornarsi (corsi di aggiornamento ECM)



PRIMA





FISIOTERAPISTA SPORTIVO

L'obiettivo del fisioterapista sportivo è quello di prevenire gli infortuni , ripristinare le funzioni ottimali(trattamento e riabilitazione) e contribuire al miglioramento delle prestazioni sportive, attraverso competenze specifiche avanzate .

Criticità fisiche nell'atleta

Ogni atleta indipendentemente dal livello agonistico e dallo sport presenta delle regioni anatomiche maggiormente vulnerabili

Questo avviene per diversi motivi

fattori costituzionali/posturali

ripetitività di gesti atletici

pregressi infortuni

patologie croniche



Fattori di rischio infortuni intrinseci

Modificabili:

- tono trofismo muscolare (forza)
- controllo neuromuscolare
- fattori ambientali

Non modificabili:

- età
- sesso
- anni di attività sportiva
- infortuni precedenti

Fattori di rischio infortuni estrinseci

Modificabili:

- Carico di allenamento
- Riposo/recupero
- Ruolo
- Terreno di gioco
- Stress da viaggi

Non modificabili:

- Condizioni di gioco
- Fase della stagione

Patologie sportivo

Traumatiche

Una forza esterna che supera la resistenza della colpita

- Contusioni
- Distorsioni
- Fratture

Da sovraccarico

una serie di microtraumi ripetuti nel tempo, che portano alla degenerazione totale o parziale delle strutture stressate

- Tendiniti
- infiammazioni croniche
- fratture da stress

Patologie del pallavolista

Traumatiche

- Distorsioni di caviglia
- Distorsioni ginocchia
- Fratture / Lussazioni dita

Da sovraccarico

- Tendinopatia rotulea
- Tendinopatie spalla
- Lombalgie (rachide)



Patologie traumatiche 30%



Patologie da sovraccarico 70%



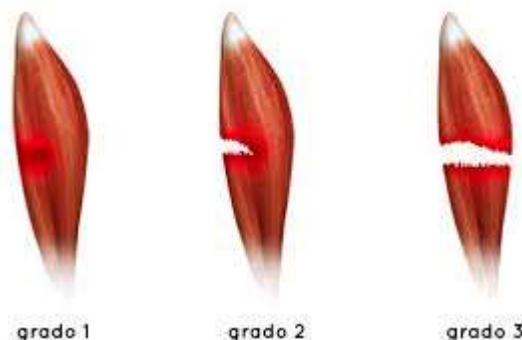
TRAUMATICHE

Caviglia 25,9% - 95% in inversione

Ginocchio 15,2% - menischi e legamenti

Mano 10,7% - distorsioni e fratture

Lesioni muscolari





PREVENZIONE

La prevenzione è lo strumento necessario per ridurre l'incidenza degli infortuni nello sport e include tutte le azioni finalizzate ad impedire o ridurre il rischio che si verifichino effetti non desiderati .

La plasticità Neuronale

La potenzialità del Sistema Nervoso Centrale
di variare funzione e struttura
non solo durante la fase di sviluppo
ma anche durante la vita adulta .



Propriocezione

La propriocezione (dal latino proprius – appartenere a se stesso)
è la consapevolezza del proprio corpo nello spazio,
sia in posizione statica che dinamica .

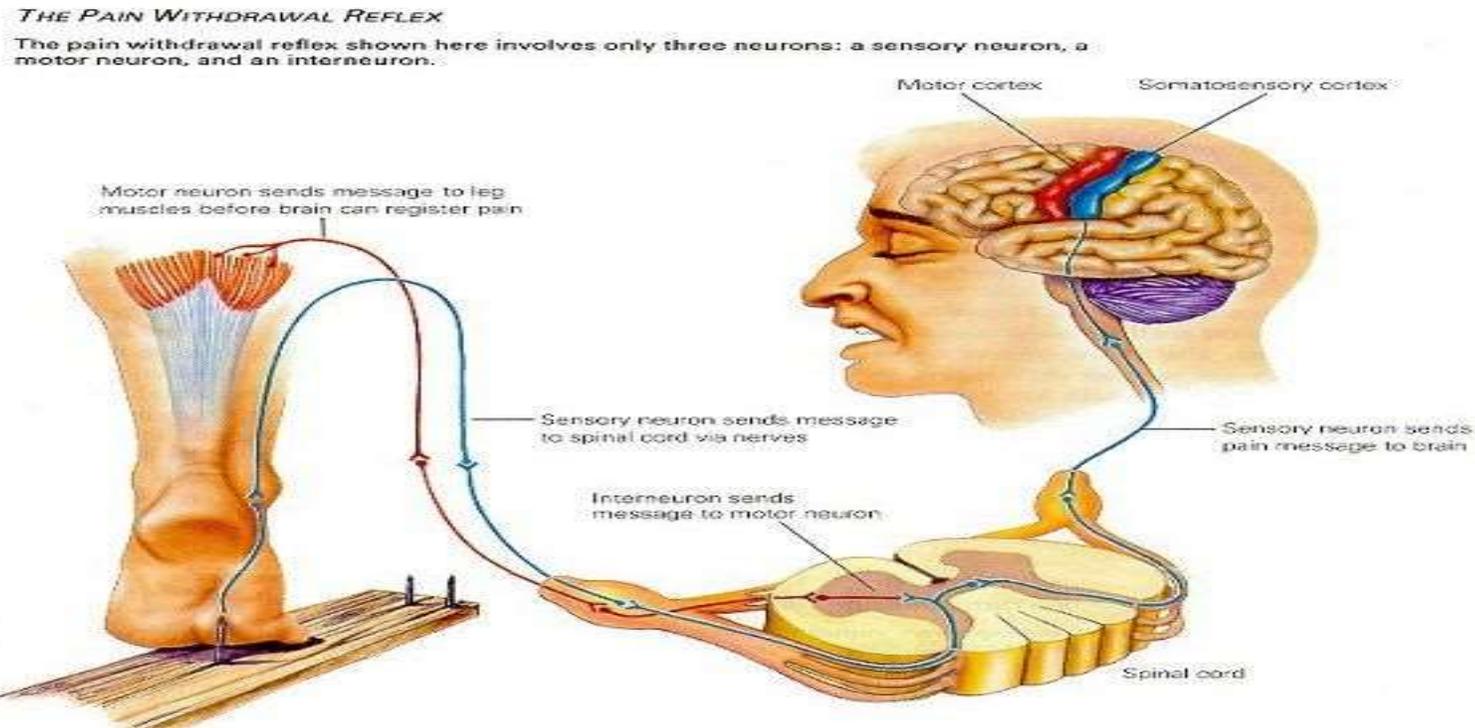
Questo pattern fisiologico avviene attraverso il coinvolgimento
di strutture appartenenti al sistema nervoso periferico
definiti recettori.

Fusi neuromuscolari

Organi tendinei del Golgi

Recettori delle capsule articolari

Recettori cutanei (Ruffini, Merkel, Pacini)



Le vibrazioni impercettibili

Le impercettibili vibrazioni del rumore bianco applicate al polso influenzano l'elaborazione corticale degli stimoli tattili della punta delle dita.

Questa maggiore ampiezza picco-picco era dovuta all'aumento del picco positivo. I risultati di questo studio indicano che una migliore risposta sensoriale motivata dal rumore sensoriale vibratorio è correlata alla modulazione corticale

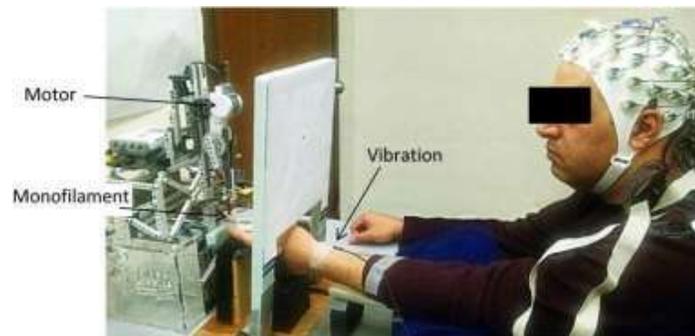
[Na Jin Seo](#)

[Kishor Lakshminarayanan](#)

[Leonardo Bonilha](#)

[Abigail W Lauer](#)

[Brian D Schmit](#)



Sistema Tónico Posturale

Il sistema di controllo dell'equilibrio e della postura sostanzialmente coincidono e corrispondono al controllo del tono muscolare, formando così il sistema tonico posturale. Consente all'uomo la stabilità posturale, sia in posizione statica che in movimento, adattandosi ai continui cambiamenti ambientali.

Istruire gli Atleti

**Adattare ad ogni singolo atleta un protocollo di lavoro e prevenzione, da svolgere quotidianamente in base alle proprie criticità.
Pre e post allenamento / partita**



Gestione capacità di carico

FISIOTERAPISTA

PREPARATORE
ATLETICO

TERAPIE FISICHE

- TECAR TERAPIA
- LASER TERAPIA
- ULTRASUONO (FREDDO)
- MAGNETOTERAPIA
- ONDE D'URTO



TERAPIE MANUALI ED ALTERNATIVE

MASSOTERAPIA

MANIPOLAZIONI

TERAPIA MANUALE

MOXIBUSTIONE

COPPETTAZIONE

HATA YOGA / MEDITAZIONE

MOXIBUSTIONE COPPETTAZIONE

Che cos'è Moxibustione (o più brevemente Moxa) è una tecnica tipica della medicina tradizionale cinese. Il suo utilizzo consiste nell'applicare una fonte di calore su alcuni punti specifici del corpo, utilizzati anche nell'agopuntura.

MOXA



Meridiano Fegato Vescica Biliare

La vescica biliare controlla la distribuzione delle sostanze nutritive in tutto il corpo e controlla anche gli ormoni della tiroide.

L'energia del fegato regola, attraverso il sangue, il buon funzionamento, l'elasticità e il vigore dei muscoli, dei legamenti, dei tendini

COPPETTAZIONE

Lo scopo della coppettazione è quello di ridurre il dolore e migliorare il movimento dei tessuti. L'applicazione della *cupping therapy* può essere statica o dinamica. Nel caso di una coppettazione statica, si lasciano le coppette fisse in punti specifici per un tempo prestabilito. Con un'applicazione dinamica, invece, una volta generato il sottovuoto la coppetta viene spostata lungo la cute





APPLICAZIONE DEL GHIACCIO

RIDUCE LA FORMAZIONE DELL'EDEMA

EMATOMA

EFFETTO ANTALGICO SULL'ATLETA

APPLICARE PER 15-20min OGNI ORA

BENDAGGI (TAPING)

BENDAGGI FUNZIONALI O RIGIDI A SECONDA DEL TRATTAMENTO E DEL MOTIVO DELL'IMMOBILIZZAZIONE PARZIALE O TOTALE DI UNA ARTICOLAZIONE , DI TENDINI, DI MUSCOLI . SIA A SCOPO PREVENTIVO CHE CURATIVO.

BENDAGGI FUNZIONALI



IDROKINESITERAPIA

L'idrokinesiterapia o riabilitazione in acqua, utilizza l'effetto galleggiamento e termico dell'acqua per prevenire e riabilitare infortuni e traumi, anche post intervento chirurgico. Si ricorre al suo impiego anche nella fase di preparazione atletica e come scarico.





TEAM

ALLENATORI

PREPARATORE FISICO

MEDICO

FISIOTERAPISTA

STAFF MEDICO

- redarre una cartella clinica
- controllare eventuali dismorfismi e paramorfismi scheletrici
- controllare la flessibilità articolare tramite test specifici
- test funzionali
- controllare il peso corporeo e la massa grassa tramite strumentazioni (es: plicometria)e stilare un corretto piano alimentare
- fornire una adeguata integrazione idro-salina ed energetica



ATLETA

- impegno negli allenamenti e nel programma di prevenzione
- comunicare allo staff medico eventuali problematiche fisiche senza sottovalutarle
- osservare corrette abitudini di vita (riposo , alimentari etc.)

COMUNICAZIONE STAFF TECNICO STAFF MEDICO

La comunicazione è la strategia migliore per prevenire e ridurre gli infortuni, soprattutto da sovraccarico.

Alla base di tutto questo c'è la Fiducia che lo staff tecnico ha nei confronti dello staff medico.

Compito dell'atleta è condividere con lo staff sanitario ogni problematica di natura fisica e, aggiungerei, anche emotiva.

Medico e fisioterapista sono a disposizione h24 .



Comunicazione

La gestione dell'atleta deve essere una scelta condivisa, nella fase ordinaria della stagione ma soprattutto in caso di infortunio

Return to play

La prima fase da condividere da parte dello staff medico, con il tecnico e l'atleta è rendere consapevoli tutti delle opzioni che ci possono essere, in termini di prognosi e rimessa in campo.

Soprattutto essere chiari sui rischi di re-infortunio o sovraccarico.

Le decisioni possono variare anche in base alle esigenze.

Fasi Return to Play

- L'atleta inizia la riabilitazione
- L'atleta inizia a svolgere l'attività sportiva
- L'atleta viene rimesso in campo

*La forza è nulla
senza controllo*



be happy



GRAZIE PER L'ATTENZIONE