

LA SALUTE DEL PAVIMENTO PELVICO: PREVENZIONE, VALUTAZIONE E STRATEGIE

per figure mediche (fisiatri, ginecologi, urologi), fisioterapisti, infermieri, ostetriche

Docenti:

Veronika Wiethaler

Somatic movement therapist

Mirella Defilippi

Fisioterapista

Responsabile scientifico:

Buschiazza Marcella

fisioterapista

Per i soci dell'Associazione Aequabilitas con tessera associativa 2019 all'atto dell'inizio del corso (socio 50€). Iscrizione corso 200€

Corso teorico pratico. Per le prove pratiche è richiesto un abbigliamento aderente ed è previsto l'utilizzo di tappetini.

Nella quota è compreso un libro inerente la prevenzione dell'incontinenza, sono esclusi i pranzi.

Programma

9 novembre 2019

9.00 - 9.15	Introduzione
9.15 - 10.15	Anatomia del Pavimento Pelvico: dott Manelli (60 minuti)
10.15 - 10.45	Creazione dei tre stati muscolari del pavimento pelvico con l'utilizzo delle fasce (Wiethaler)
10.45 - 11.15	Presa di coscienza e percezione delle componenti ossee in cui abita il Perineo (Defilippi)
11.15 - 11.30	PAUSA
11.30 - 12.30	Esercizi base (Wiethaler)
12.30 - 13.00	Pavimento Pelvico, qualità della vita e prevenzione (Defilippi)
13.00 - 13.30	Come creare e sviluppare una realtà preventiva (Wiethaler)
13.30 - 14.30	PAUSA PRANZO
14.30 - 15.30	Esame obiettivo uro-ginecologico (trofismo, cicatrici, prolassi, beanza vulvare, distanza ano-vulvare, NFC) Esame neurologico e posturale, PC Test, diario minzionale, pad Test, stress Test Q-Tip Test (Defilippi)
15.30 - 16.30	Esercizi, aumento del repertorio, osservazione, revisione degli errori (Wiethaler)
16.30 - 17.30	Il punto di vista del fisioterapista: chinesiterapia pelvi perineale (presa di Coscienza nelle tre posizioni, sequenzialità, tecniche perivaginali, endovaginali training individuale e di gruppo (Defilippi)
17.30 -18.00	Prova pratica nelle tre posizioni (Defilippi)

10 novembre 2019

8.30 - 9.30	Problematiche del PP: IUS; UI, prolasso, dolore pelvico, dispareunia, stipsi, IF (Defilippi)
9.30 - 10.15	Esercizi mirati per affrontare problematiche specifiche nella donna e nell'uomo
10.15 - 11.15	Lavoro di gruppo in posizioni varie (postura e pavimento pelvico, addominali, ecc) (Wiethaler)
11.15 -11.30	PAUSA
11.30 - 13.00	autotraining domiciliare, automatizzazione nelle ADL, terapia comportamentale, bladder retraining (Defilippi)
13.00 - 14.00	PAUSA PRANZO
14.00 - 15.30	Casi clinici: trattamento IUS e UI, trattamento prolasso, IUM (Defilippi)
15.30 - 17.00	Il rilassamento del pavimento pelvico. Pratica. (Wiethaler)
17.00 - 17.45	Workshop: L'uso del biofeedback nella riabilitazione del pavimento pelvico
17.45 - 18.00	Compilazione ECM
18.00	Conclusione lavori

9-10 novembre 2019

massimo 25 partecipanti – **Servizi Medici Bordighera (IM)**