



Scuole della schiena italiane per la prevenzione
e la terapia delle algie e patologie vertebrali

3° CONGRESSO NAZIONALE DELLA BACK SCHOOL **Assisi, 13/14 settembre 2014**

Centro Congressi - Ròseo Hotel, Via Giovanni Renzi, 2, Assisi (PG).

Il convegno è indirizzato a tutti coloro che desiderano approfondire i temi relativi alla prevenzione e rieducazione delle algie e patologie vertebrali.

PROGRAMMA ORARIO DEL CONGRESSO

SABATO 13 SETTEMBRE - SESSIONE MATTUTINA

H. 9,30 - Prima relazione, Isabella Barovero – Lezione teorica

I benefici del Nordic Walking nella prevenzione e terapia delle algie vertebrali, dell'artrosi e dell'osteoporosi

Camminare è l'attività motoria più naturale per l'uomo, si cammina ad ogni età ed in ogni luogo. Le abitudini scorrette della vita moderna riguardano non soltanto le posture statiche o il lavoro, ma anche il modo di camminare; sono tantissime le persone che "camminano male". Gli errori del cammino hanno conseguenze non solo sulle articolazioni degli arti inferiori (infiammazioni tendinee, ecc...) ma anche sulla colonna vertebrale.

Il docente di Back School non può tralasciare l'educazione al corretto cammino perché è fondamentale per mantenere una buona salute.

Camminare fa bene; camminare bene fa meglio!

H. 10,00 – **Sessione pratica di Nordic Walking** per le strade del centro storico di Assisi.

Docente: Isabella Barovero

H. 10,15 – Seconda relazione, Benedetto Toso – Lezione teorico-pratica

Back School - Neck School - Programmazione - Organizzazione - Conduzione.

Il programma multidisciplinare della moderna Back School per una efficace azione preventiva e rieducativa delle algie vertebrali.

Durante la relazione verranno illustrati ampiamente i cardini della Back School; i partecipanti potranno provare gli esercizi di educazione posturale, di stabilizzazione ed alcuni esercizi antalgici.

SABATO 13 SETTEMBRE - SESSIONE PLENARIA POMERIDIANA

H. 14,00 – Terza relazione, Fabio Scoppa

Ernia del disco: classificazione, sedi, test che ne confermano la presenza.

Meccanismo di autoguarigione dell'ernia.

Alterazioni di Modic: tipo 1, tipo 2, tipo 3.

Scoliosi antalgica: in presenza di ernia del disco, il dolore radicolare è sul lato della convessità o della concavità del scoliosi lombare?

H. 14,50 - Quarta relazione, Fabio Scoppa

Integrazione della Back School con la Posturologia e con l'Osteopatia

Dimostrazione pratica di lavoro che descrive e utilizza i collegamenti tra Back School, Posturologia e Osteopatia. Verranno posti quesiti specifici sull'argomento ai quali verranno date risposte dettagliate.

H. 15,40 - Quinta relazione, Giampietro Zorzi

Miglioramento della qualità di vita del paziente Parkinsoniano con il programma della Back School

Informazione sulle alterazioni posturali, variazione degli schemi motori, rigidità e bradicinesia, recupero motorio, attività quotidiana autonoma con il terapeuta motorio, micro e macrocicli di trattamento.

H. 16,00/16,15 Pausa

H. 16,15 - Sesta relazione: Danilo De Gaspari

Approccio psicologico al paziente con dolore cronico e criteri di valutazione

H. 16,35 - Settima relazione: Nadia Lenarduzzi – Quinto Mara

L'importanza delle emozioni: risorse per la prevenzione e cura delle algie vertebrali

h. 17,00 - Ottava relazione, Francesco Chiaravallotti

Fibromialgia: cause, diagnosi e terapia

h. 17,15 – Nona relazione, Sante Stella

Adattamento del programma della Back School in presenza di Fibromialgia

H. 17,30 - Decima relazione, Pasta Grazia

GAH: Gimnasia Abdominal Hipopressiva (Ginnastica Addominale Ipopressiva)

H. 17,45 - Undicesima relazione: Alessandra Secci

Back School specifica per i velisti di alto livello: valutazione funzionale, programma preventivo e rieducativo, risultati ottenuti

H. 18,00 Conclusione della prima giornata

DOMENICA 14 SETTEMBRE - SESSIONE PLENARIA MATTUTINA

H. 9,00 - Prima relazione: Francesco Mignani

Relazioni multidisciplinari, scientifiche e filosofiche per il benessere psicofisico

H. 9,20 - Seconda relazione: Luca Chisotti, Marilisa Tognolo, Francesca Pavan

Il taping neuromuscolare nel condizionamento statico e dinamico della postura. Applicazione nell'ipercifosi giovanile e nell'adulto con finalità di controllo del dolore rachideo.

H. 10,00 - Terza relazione: Vincenzo Canali

Gli esercizi posturali come prevenzione dei traumi da carico iterativo: sviluppo della forza ed ottimizzazione del gesto tecnico

H. 10,40 - Quarta relazione, Ferdinando Cereda

La gestione del peso corporeo e la sua relazione con il low back pain

H. 11,00/11,15 - Pausa

H. 11,15 - Quinta relazione, Alessandra Secci e Sara Torrisi

Sindrome dello stretto toracico superiore: trattamento riabilitativo e Back School per il riequilibrio posturale

H. 11,35 - Sesta relazione: Marco Rovatti, Riccardo Castellini

Prevenzione e trattamento delle algie vertebrali con il metodo PRI (PRI Concept, Personal Risk Index): un approccio globale ai disordini di movimento

Test utilizzati nel metodo PRI e spiegazione del punteggio. Trattamento manuale se necessario per il paziente. Quali esercizi e perché. Le correzioni funzionali nelle 24h. Strumenti informatici innovativi per la relazione col paziente: esempi con i video dal portale Miriabilito®. Presentazione di casi clinici significativi.

H. 11,55 - Settima relazione: Ciro Pistilli

Sblocco dell'ipertono muscolare da vizio posturale o antalgico, con il lavoro coordinato delle catene crociate

H. 12,10 - Ottava relazione: Ruben Ghezzi, Luca Mazzarolo, Giovanni Ballerio

Vertigini - I test specifici per comprendere se le vertigini sono di origine cervicale o vestibolare

Adattamento del programma di Neck School in funzione delle vertigini: rieducazione visiva vestibolare e propriocettiva integrata, esercizi specifici

Influenza dell'aspetto somato-emozionale nell'insorgenza delle vertigini

H. 12,30 - Nona relazione, Miriam Pisati e Benedetto Toso

Esecuzione corretta degli esercizi della Back School, possibili errori nella loro esecuzione e loro correzione

H. 12,45 - Decima relazione, Rossi Stefano

Back School – Programma Toso: dalla compliance all'empowerment

Per **compliance** si intende il grado di “adesione, aderenza, condiscendenza” che poi diventa gradualmente “gradimento” e “spirito collaborativo” verso il programma della Back School.

Empowerment deriva dal verbo inglese “empower” che significa “autorizzare”, “dare pieni poteri a”, “dare la procura a”. Un concetto che intuitivamente richiama l'immagine di un soggetto attivo, con capacità di decisione e autonomo.

La Back School ci rende tutti compagni di viaggio: medici, fisioterapisti, educatori fisici, osteopati, psicologi; un approccio integrato, ognuno con e nei limiti delle sue competenze, ma tutti competenti a educare e creare empowerment.

H. 13,00 - Conclusione della sessione plenaria

DOMENICA 14 SETTEMBRE - SESSIONI PRATICHE PARALLELE POMERIDIANE

Sessione A - Sala 1 - Presiede Marilisa Tognolo

H. 14,30 – Luca Chisotti

Taping neuromuscolare - Postural Taping

Dimostrazione pratica dell'applicazione del tape nel trattamento delle algie vertebrali

H. 15,15 - Vincenzo Canali

Gli esercizi Posturali come prevenzione dei traumi da carico iterativo: sviluppo della forza ed ottimizzazione del gesto tecnico – Dimostrazione pratica.

H. 16,00 - Emanuele Rovatti

Trattamento cinesiterapico della scoliosi con l'utilizzo delle bande elastiche che, come le mani del terapeuta o la pelota del corsetto, si prefiggono di modellare la gibbosità dorsale in modo tridimensionale – Dimostrazione pratica.

Sessione B - Sala 2 - Presiedono Caterina La Torre e Gianluigi Toso

H. 14,30 – Emanuele e Riccardo Toso

La prima seduta individuale di Back School – Dimostrazione pratica.

H. 15,00 – Grazia Pasta e Barbara Zebellin

GAH: Gimnasia Abdominal Hipopressiva (Grazia Pasta) – Dimostrazione pratica.

Rieducazione del pavimento pelvico ed esercizi specifici per prevenire e curare il prolasso (Grazia Pasta) – Dimostrazione pratica.

Proposta Zeba: esercizi per il pavimento pelvico adattati e programmati per le diverse età della donna (Barbara Zebellin) – Dimostrazione pratica.

H. 15,40 - Alessandra Secci e Sara Torrisi

Test e tecniche nel trattamento della sindrome dello stretto toracico superiore – Dimostrazione pratica.

H. 16,00 – Laura Cesana

Dimostrazione pratica degli esercizi che consolidano l'apprendimento del *grounding*, del *verrouillage*, del principio di Alexander attraverso la sensazione degli appoggi sulle Tavolette Memory.

Sessione C - Sala 3 - Presiedono Teresa Esposito e Riccardo Finco

H. 14,30 - Francesco Mignani

Trattamento manipolativo del rachide lombare e cervicale – Dimostrazione pratica.

Posture antalgiche, di decompressione, di mobilizzazione passiva e di allungamento muscolare sul lettino MITO – Dimostrazione pratica.

H. 15,10 - Marco Rovatti, Riccardo Castellini

Prevenzione e trattamento delle algie vertebrali con il metodo PRI (PRI Concept, Personal Risk Index): un approccio globale ai disordini di movimento – Dimostrazione pratica.

H. 15,35 – Ruben Ghezzi - Luca Mazzarolo - Giovanni Ballerio

Vertigini - I test specifici per comprendere se le vertigini sono di origine cervicale o vestibolare. Adattamento del programma di Neck School in funzione delle vertigini: rieducazione visiva vestibolare e propriocettiva integrata, esercizi specifici – Dimostrazione pratica.

H. 16,00 – Ciro Pistilli

Sblocco dell'ipertono muscolare da vizio posturale o antalgico, con il lavoro coordinato delle catene crociate – Dimostrazione pratica.

H. 16,15 – Quinto Mara

L'equilibrio emozionale: un metodo per diventare consapevoli e per liberarci dalle tensioni, dai blocchi e dalle inibizioni che ci limitano - Dimostrazione pratica.

SEDE DEL CONVEGNO

Centro Congressi del Ròseo Hotel: si trova ad Assisi (PG) in Via Giovanni Renzi, 2.

Prenotazione della camera

I partecipanti al convegno che vorranno usufruire dello stesso albergo possono prenotare la camera telefonando direttamente all'albergo (075/81501) e facendo riferimento al congresso Back School.

Tariffe giornaliere a persona iva inclusa in pernottamento e prima colazione a buffet:

Euro 60,00 in camera doppia

Euro 90,00 in camera doppia uso singola

Cena Sociale

Sabato 13 settembre alle ore 20,00 è programmata la cena sociale nel centro storico di Assisi: cena medievale con storico spiegante.

Si terrà nella Sala delle Volte del Palazzo Comunale, Piazza del Comune, Assisi.

Quota di partecipazione: 35 euro (IVA compresa).

CREDITI ECM, UNC, CERTIFICAZIONE FAC E CREDITI CFU

Sono stati conferiti 10 crediti per l'Education Continua in Medicina (ECM) per le seguenti professioni e discipline: Fisioterapista, Terapista occupazionale, Terapista della neuro e psicomotricità, Medicina generale (Medici di famiglia), Medicina fisica e riabilitazione, Medicina dello sport, Pediatria, Reumatologia, Ortopedia e Traumatologia, Radiodiagnostica, Psicoterapia, Tecnico ortopedico.

Inoltre, il Congresso è valido come aggiornamento per il mantenimento della certificazione o della qualificazione rilasciate dall'UNC e dalla Federazione delle Associazioni per la Certificazione.

La partecipazione al congresso conferirà 1 Credito Formativo Universitario agli studenti della Facoltà di Scienze di Scienze Motorie dell'Università Cattolica di Milano.

ISCRIZIONI E QUOTA DI PARTECIPAZIONE

Quota standard	Euro 170	
Soci di Società Patrocinante	Euro 150	
Studenti universitari	Euro 100	
Docenti dei centri affiliati alla Back School	Euro 80	

Nota bene

L'iscrizione dà diritto alla partecipazione all'evento, al kit congressuale, ai coffee break e all'attestato di partecipazione.

I Soci di Società patrocinate e gli studenti universitari devono allegare un documento comprovante l'iscrizione per l'anno in corso.

Associazioni e società che hanno confermato il Patrocinio al congresso

AIMS – Associazione Italiana Massaggiatori Sportivi
AIRPA – Associazione Italiana Ricerca e Prevenzione Artrosi
AIP - Associazione Italiana Parkinsoniani
Associazione Chinesis IFOP – Istituto di Formazione in Osteopatia e in Posturologia
CAPDI – Confederazioni delle Associazioni Provinciali dei Diplomatici ISEF e dei Laureati in Scienze Motorie
FIOTO - Federazione Italiana degli Operatori in Tecniche Ortopediche
FNCM – Federazione Italiana dei Collegi dei Massofisioterapisti
Fondazione Arciso Mastrotto Onlus
SIGM - Società Italiana Ginnastica Medica
UNC - Unione Nazionale Chinesiologi

Iscrizioni

Abbiamo affidato alla Società “**Symposia** Srl Soc. Uninominale di Roma” il compito di chiedere i Crediti ECM e di ricevere le iscrizioni.

Ecco il link da utilizzare per la scheda di iscrizione, i dati bancari per il versamento:

<http://grupposymposia.onlinecongress.it/BackSchool2014>.

Unitamente all’iscrizione potrete indicare a quale delle sessioni pratiche parallele intendete partecipare, tenendo presente che la scelta potrà essere modificata nel giorno del Congresso.

Back School – Programma Toso

Via Mortella, 6

20095 – Cusano Milanino (MI)

Telefono 026196588

www.backschool.it

milanino@backschool.it