



Dolore, Esercizio, Movimento: la prospettiva del fisioterapista:

Perché il dolore e il movimento sembrano influenzarsi tra loro? Perché l'esercizio è utile e quali caratteristiche deve avere per essere terapeutico? Come interpretare la "Pain Education"?

Le recenti acquisizioni sul funzionamento del sistema nervoso ci impongono di ripensare a questi tre aspetti, che dobbiamo affrontare ogni giorno come fisioterapisti, vedendoli anche da una prospettiva cognitiva e non solo meccanica.

Il corso affronterà il tema del dolore in fisioterapia illustrando lo stato attuale delle conoscenze sull'argomento con lo scopo di evidenziare il passaggio dall'idea di dolore inteso solo come sintomo a quella di dolore come problema a sé stante e spesso non correlato con un danno strutturale.

Verrà analizzata la neurofisiologia legata a questo ambito e verranno proposte strategie di valutazione, approccio, trattamento del dolore nelle sue varie dimensioni (biologica, psicologica, sociale). Soprattutto esplorando l'ambito dell'esercizio. Saranno illustrati e discussi i legami tra dolore e movimento e spiegati i principi dell'esercizio: sia dando delle nozioni di base più teoriche riguardo la sua progettazione e somministrazione sia, dal punto di vista pratico, esemplificando riguardo ai diversi distretti corporei come ideare e somministrare l'esercizio terapeutico.

- Quid est Pain?
- Il dolore somatico, principi neurofisiologici: dolore nocicettivo, dolore neuropatico, dolore nociplastico
- Da Cartesio alla teoria del gate control al concetto di neuromatrice
- Dolore acuto vs Dolore cronico
- Sensibilizzazione periferica vs sensibilizzazione centrale
- Il trattamento del "dolore"
- Dolore e Movimento
- Perché utilizzare l'esercizio in riabilitazione
- Esercizio doloroso?
- Controllo Motorio
- Principi di progettazione dell'esercizio
- Il mito della specificità dell'esercizio
- Le parole per dirlo: importanza della comunicazione in riabilitazione
- Pain Education: mito o realtà
- Il ruolo della Terapia Manuale