

**FISIO**  
SCIENCE



Verona, 28-29 novembre 2020

**TENDON REHAB:**  
**Nuove strategie terapeutiche nella gestione conservativa delle tendinopatie dell'arto inferiore**



**Roberto Ricupito,**  
Fisioterapista

---

Libero professionista e fisioterapista  
presso Villa Ada World Medicine  
Roma



**Nicholas Miraglia,**  
Fisioterapista

---

Libero professionista e fisioterapista  
presso società calcistica "Triestina calcio"  
Lega Pro

**Descrizione del corso:**

La tendinopatia è un problema disabilitante, acuto e/o persistente, molto comune nella popolazione sportiva e non che necessita di un accurata gestione.

Comprendere la patologia, il dolore, i fattori psico-sociali e il ruolo della gestione dei carichi è essenziale per facilitare il clinico nella valutazione e nella scelta terapeutica più adeguata secondo le moderne evidenze scientifiche.

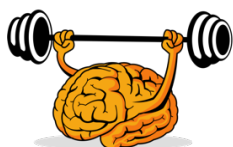
La riabilitazione di una tendinopatia è un processo terapeutico che necessita di un trattamento multi-modale basato su: capacità valutative (diagnosi differenziale e red flags), capacità interpretative, capacità di pianificazione e programmazione del *load management* e educazione e monitoraggio dei carichi di lavoro. Il corso affronterà le problematiche tendinee dell'arto inferiore a 360 gradi partendo dalle basi anatomiche e pato-fisiologiche fino ad arrivare alla valutazione clinica e alla proposta terapeutica più adeguata. Troppo spesso i nostri pazienti ricevono indicazioni terapeutiche che sono il contrario di ciò che è suggerito dalle maggiori evidenze scientifiche. Riposo totale, terapia fisica, terapia manuale, infiltrazioni e farmaci sono le soluzioni più prescritte. Tali azioni "terapeutiche" possono dare qualche beneficio a breve termine ma rappresentano un ostacolo al raggiungimento del miglioramento di dolore e funzionalità a lungo termine. L'obiettivo principale del corso sarà quello di tradurre le ricerche scientifiche in pratica

clinica fornendo ai partecipanti gli strumenti clinico-terapeutici necessari per inquadrare e gestire una tendinopatia.

Capire che cos'è una tendinopatia? Quali strategie terapeutiche sono più adeguate nella gestione riabilitativa? Perché e come l'esercizio terapeutico è considerato il "best practice" in una tendinopatia? Quali legami ci sono tra sistema nervoso centrale e problema tendineo? Come gestire e pianificare un programma terapeutico individualizzato e patient-centered? Quali fattori di rischio potrebbero giocare un ruolo primario nella genesi di una tendinopatia (l'importanza della storia e raccolta dati iniziale)? Quanto carico somministrare, quali strumenti di monitoring utilizzare durante la fase riabilitativa? Come i fattori psico-sociali potrebbero interferire nell'outcome finale e quali strategie comportamentali poter utilizzare? Saranno sono alcune delle domande a cui cercheremo di dare risposta durante il corso.

### **Obiettivi del corso:**

- Capire cos'è una tendinopatia
- Comprendere struttura e funzionalità di un tendine normale vs tendine patologico
- Comprendere le ultime ricerche scientifiche relative alla patogenesi e eziogenesi del tendine
- Dimostrare accurata capacità di valutazione oggettiva e soggettiva in una tendinopatia (storia, diagnosi differenziale, palpazione, test clinici, catena cinetica e *functional test*)
- Comprendere quali strategie terapeutiche sono più indicate in un problema tendineo e perché: il ruolo della mecano-trasduzione attraverso l'esercizio terapeutico
- Comprendere il ruolo dell'esercizio terapeutico, perché è considerato il "best practice" e l'importanza delle sue variabili: tipo di contrazione o quantità di carico somministrato?
- Capire quali link ci sono tra dolore e struttura tendinea: il ruolo del sistema nervoso centrale
- Capire il ruolo dei fattori centrali e periferici
- Valutare e pianificare un programma di carico in una tendinopatia achillea, rotulea, *hamstring* e aduttoria compatibilmente alla presentazione clinica
- Comprendere quali strategie sono disponibili a livello scientifico per gestire una tendinopatia in un atleta in-season: devo fermarlo o posso continuare?
- Comprendere e capire l'efficacia delle terapie aggiuntive (terapia fisica, manuale ecc. ecc) e come contestualizzarle nel percorso terapeutico



**FISIO**  
SCIENCE



**35 Posti (\*)**



**16 ore – 2 giorni**



**17,8 crediti ECM**



**Prezzi**

<b>DESTINATARI:</b> Fisioterapisti, Medici Specialisti in Reumatologia, Medicina Fisica e Riabilitativa, Neurologia, Medicina dello Sport, Ortopedia e Traumatologia	28-29 Novembre 2020	<b>Lingua del corso:</b> Italiano	<b>Early bird</b> <b>299 € (IVA inclusa)</b> (entro il 26 ottobre)
	<b>SEDE DEL CORSO:</b> Fit Garage, Via Monte Grappa 5, 37047 San Bonifacio (VR)	<b>Test finale ECM:</b> Sì	<b>Prezzo intero</b> <b>349 € (IVA inclusa)</b> (dopo il 26 ottobre)
<b>*Max 3 studenti CDL in fisioterapia e medicina</b> <b>179 € IVA Incl.</b>			<b>Sconto Gruppi da 3 (5%)</b> <b>285€ Early bird</b> <b>330€ Prezzo Intero</b>
			<b>Sconto Gruppi da 5 (10%)</b> <b>269€ Early bird</b> <b>315€ Prezzo Intero</b>
			<b>Sconto Iscritti GTM (15%)</b> <b>299€ Prezzo Intero</b>

Gli sconti non sono cumulabili

**Docenti: Roberto Ricupito**, Fisioterapista.

Fisioterapista presso Villa Ada World Medicine Roma.

Laure in fisioterapia presso l'azienda ospedaliera San Camillo Forlanini.

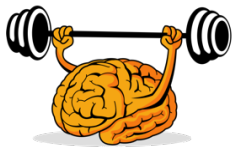
Preparatore atletico e fisico di pallanuoto per categorie Under 15/17 nazionale presso A.S Roma Nuoto stagione 2013-2014.

**Nicholas Miraglia**, Fisioterapista.

Fisioterapista presso società "Triestina calcio" Lega Pro.

Fisioterapista libero professionista presso studio Miraglia

Fisioterapista presso società sportiva calcistica "Unione Fincantieri Monfalcone"



## PROGRAMMA

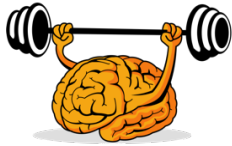
### Giorno 1 – Sabato 28 Novembre

Orario	Argomento	Durata
8:30	Registrazione Partecipanti	
9:00	Abstract del corso, terminologia ICON, anatomia & istologia	30 minuti
9:30	Proprietà meccaniche del tendine, vascolarizzazione e innervazione	45 minuti
10:15	Patofisiologia, modelli patologici (continuum, continuum rivisitato e iceberg) e fattori di rischio modificabili e non	1 ora
11:15	Coffee Break	15 minuti
11:30	Comprendere dolore e nocicezione: il modello bio-psico-sociale nella tendinopatia. Dolore e imaging – fattori centrali e periferici	1 ora
12:30	La gestione di una tendinopatia in un atleta in-season: quali strategie adottare sec le recenti evidenze in letteratura scientifica?	1 ora
13:30	Pausa Pranzo	
14:30	Adattamento e bioplasticità tendinea: concetti e principi di meccanotrasduzione e ruolo dell'esercizio terapeutico	1 ora
15:30	L'esercizio terapeutico come "best practice" nella gestione di una tendinopatia: Le contrazioni isometriche, eccentriche, HSR). Effetti periferici e/o centrali? (pratico)	1 ora
16:30	Pausa	15 minuti
16:45	Tendon neuroplastic training: link tra sistema nervoso centrale e tessuto tendineo (teorico-pratica)	1 ora
17:45	Domande e risposte	45 minuti
18:30	Fine lavori 1° giorno	

### Giorno 2 - Domenica 29 Novembre

Orario	Argomento	Durata
8:30	Registrazione Partecipanti	
9:00	Principi generali riabilitativi delle tendinopatie degli arti inferiori: concetti di irritability, load capacity e load management/graded exposure	1 ora
10:00	Programmazione, pianificazione e monitoraggio: concetti chiave nella gestione a 360° di una tendinopatia	1 ora
11:00	Coffee Break	15 minuti
11:15	Valutazione e progressione riabilitativa in una tendinopatia rotulea (pratico)	1 ora
12:15	Valutazione e progressione riabilitativa in una tendinopatia achillea (pratico).	1 ora
13:15	Pausa Pranzo	

14:15	Valutazione e progressione riabilitativa in una tendinopatia ischiocrurali (pratico)	1 ora
15:15	Valutazione e progressione riabilitativa tendinopatia aduttoria (adductor-related groin pain) (pratica)	1 ora
16:15	Pausa	15 minuti
16:30	Return to sport criteria: criteri clinici e sport-specifici (esempi clinici e parte pratica)	1 ora
17:30	Il ruolo delle terapie passive ( farmaci, terapia fisica, manuale, dry needling, chirurgia, cortisone...)	30 minuti
18:00	Conclusione dei lavori; Q&A	15 minuti
18:15	Test ECM	
18:45	Fine lavori	



**FISIO**  
SCIENCE



## **Segreteria Organizzativa e Provider ECM: AV Eventi e Formazione**

Viale Raffaello Sanzio 6, 95128 Catania  
Via Meridiana 8, 70023 Gioia del Colle (BA)

+39 095 7280511  
+39 338 3941650

**Per iscriverti compila il modulo d'iscrizione online accedendo  
alla pagina seguente del sito:**

<https://www.av-eventieformazione.it/modulo-discrizione-pagamento/>

Contatta la segreteria organizzativa:

[info@av-eventieformazione.it](mailto:info@av-eventieformazione.it)

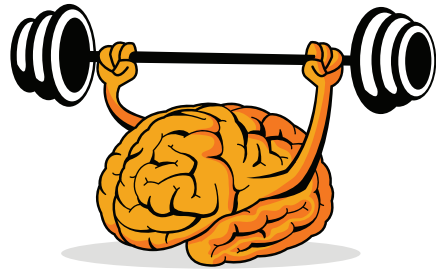
### **Sede del corso**

Fit Garage,  
Via Monte Grappa 5,  
37047 San Bonifaccio (VR)

### **PROMOZIONE PER I CORSISTI**

Il pernottamento avrà un prezzo promozionale per i partecipanti contattando,  
dopo l'iscrizione, l'agenzia AV Eventi e Formazione.

**A TUTTI I PARTECIPANTI SI CONSIGLIA DI VENIRE CON  
ABBILGIAMENTO COMODO E CONSONO AD UN CORSO PRATICO**



---

**FISIO**  
SCIENCE