

RIABILITAZIONE NELLA DANZA

CURA DEL DOLORE, PREVENZIONE E MIGLIORAMENTO DELLA PERFORMANCE E DELLA POSTURA

MILANO 29-30 giugno 2024

NEW

DOCENTE

Alice BESSOLO

Dottore in Fisioterapia e Osteopata, Torino
Segue ballerine de 'La Scala' e de L'Opera di Parigi
e del DAM, scuola di danza di Torino di fama internazionale

16 ECM

Medici (fisiatria, ortopedia, sport), Fisioterapisti, Osteopati,
Massofisioterapisti iscritti all'elenco speciale, Massofisioterapisti,
MCB, Studenti dell'ultimo anno del CdL

€ 420 IVA inclusa



RISPARMIA - consulta le OFFERTE

Per i ballerini di danza classica una postura "perfetta" è fondamentale, non solo in termini prettamente estetici, ma soprattutto in termini funzionali. Una postura scorretta comporterà dei deficit a carico di "Forma e Funzione", aspetti necessari per un raggiungimento di una performance eccellente e soprattutto nella prevenzione di infortuni e/o danni da overuse.

Considerando che l'approccio alla danza spesso avviene in giovane o giovanissima età, le possibilità del corpo di svilupparsi in maniera diversa dalla norma sono molteplici, in particolare a carico della colonna vertebrale, delle anche, e soprattutto della caviglia, utilizzata in maniera abnorme rispetto alla fisiologia.

È importante conoscere che cosa succede a livello biomeccanico in un ballerino, per poter saper valutare in modo oggettivo i punti deboli ed organizzare il trattamento in modo ottimale.

Fondamentale il ruolo del vestibolo (evoluzione delle Neuroscienze in ambito sportivo) e della Terapia Manuale, affiancati ad un'attenzione rivolta al controllo motorio.

Obiettivi

- Conoscere e saper individuare le principali problematiche della danza a carico dell'apparato muscolo-scheletrico
- Analisi della fisiologia e delle Neuroscienze al fine di ottenere una performance ottimale, sulla base di protocolli EBM più recenti, che riguardano studi sul ballerino professionista e amatoriale
- Eseguire le tecniche di trattamento insegnate, saper eseguire un esame posturale (occhio, vestibolo e propriocezione), supportate da strategie di controllo motorio attraverso esercizi specifici per la disciplina (sessioni pratiche con casi clinici reali)

PROGRAMMA

Prima giornata - h. 9.00-18.00

- Valutazione e trattamento delle principali problematiche legate alla danza
 - sindromi da impingement anca/caviglia
 - tendinopatie
 - traumi da overuse
 - low back pain
- Analisi della fisiologia e delle neuroscienze al fine di ottenere una performance ottimale, sulla base di protocolli EBM più recenti che riguardano studi sul ballerino professionista e amatoriale.

ESERCITAZIONI PRATICHE

- Tecniche di valutazione e trattamento manuale

Seconda giornata - h. 9.00-18.00

- Occhio e propriocezione: interazione tra i tre sistemi
 - prevenzione degli infortuni
 - trattamento del dolore
 - raggiungimento della performance migliore
- Presentazione e discussione di casi clinici:
 - pazienti de 'La Scala' di Milano e della Ballet School Opera National de Paris

ESERCITAZIONI PRATICHE

- Terapia manuale ed esercizio terapeutico individualizzato attraverso tecniche osteopatiche, fisioterapiche ed esercizio terapeutico.

Valutazione ECM

**Discussione di casi clinici di pazienti
de 'La Scala' di Milano e della Ballet School Opera National de Paris**

Si consiglia abbigliamento comodo per le parti pratiche