

## CORSO BASE

# IL COACHING PER LA GESTIONE DEL DOLORE

## L'IMPORTANZA DELL'APPROCCIO INTEGRATO NEL PAIN MANAGEMENT

**MILANO** 15-16 giugno 2024

**NEW**

### DOCENTE

**Valentina BUSCEMI** Dottore in Fisioterapia, Ph.D.  
Specialist Physiotherapist in persistent and complex pain conditions,  
Self-management coach and Mindfulness teacher,  
Lecturer at University of Genova, Italy  
(Master in Neurosciences and Neurological Physiotherapy), Londra

**16 ECM**

Tutte le figure sanitarie, Massofisioterapisti, Osteopati, MCB,  
Laureati in Scienze motorie, Studenti dell'ultimo anno dei CdL

€ 420 IVA inclusa



**RISPARMIA - consulta le OFFERTE**



Secondo la IASP (International Association for the Study of Pain) il dolore è considerato cronico se persiste da oltre tre mesi o si ripresenta per mesi o anni. Il dolore cronico, riconosciuto come una vera malattia invalidante, interessa nel corso dell'esistenza circa il 20% della popolazione mondiale e può manifestarsi in varie patologie - per esempio - la fibromialgia, la lombalgia o la cefalea cronica, i dolori viscerali...

Indipendentemente dalla sua eziologia (ovvero muscolo-scheletrica, neuropatica, viscerale, ecc.) il dolore cronico può essere un'elevata fonte di sofferenza, causare notevole stress emotivo e interferire con le attività della vita quotidiana in tanti dei nostri pazienti, arrivando a determinare veri e propri stati d'ansia e depressione.

Il dolore è una complessa esperienza corpo-mente, in cui non solo le sensazioni fisiche, ma anche i pensieri, le convinzioni, gli stress quotidiani, le emozioni e i comportamenti si influenzano l'un l'altro. Convivere con il dolore cronico può avere un impatto sostanziale sull'esperienza "interna" del paziente (come pensa e come sente), sulla percezione di sé nel mondo, sulle relazioni, sul lavoro e sul tempo libero e, più in generale, sulla sua qualità della vita.

Per questi motivi, l'approccio migliore quando si ha di fronte un paziente con dolore cronico è quello dell'**approccio integrato mente-corpo**, che utilizza tecniche di **self-management e coaching**, dove si insegna inizialmente al paziente a notare i propri comportamenti, a comprendere le attività e fattori di stress che stimolano o aumentano il dolore e quindi ad effettuare cambiamenti graduali verso un miglioramento della sintomatologia e conseguentemente della qualità della vita.

Il corso di Coaching per la Gestione del Dolore è un **corso innovativo che viene portato per la prima volta in Italia**.

Si tratta di un **corso integrato e pratico, rivolto a tutti i professionisti sanitari che vogliono specializzarsi nel campo della gestione del paziente che soffre di vari tipi di dolore cronico**.

Il corso ha lo scopo di insegnare ai discenti a **guidare il proprio paziente verso l'apprendimento di tecniche di auto-gestione del dolore** tramite l'apprendimento di tecniche basate sull'evidenza scientifica e sulle linee guida inglesi NICE, ultime teorie e modelli nel campo della Scienza del Dolore e della neurobiologia umana come le tecniche somatiche bottom up (mindfulness e movimenti mindful) e le tecniche top down (tecniche cognitive comportamentali come l' Acceptance and Commitment therapy (ACT))

### Obiettivi

- Imparare a riconoscere e valutare il paziente che soffre di dolore cronico attraverso l'utilizzo del modello biopsicosociale
- Capire e saper applicare alcuni principi del modello cognitivo-comportamentale alla Gestione del Dolore
- Capire e saper applicare alcune tecniche somatiche alla disciplina della Gestione del Dolore
- Imparare le basi per una comunicazione efficace al fine di promuovere cambiamenti comportamentali nel paziente
- Avere le basi per creare un iniziale programma di trattamento per un paziente che soffre di dolore cronico

## PROGRAMMA

### Prima giornata - h. 9.00-18.00

- Riconoscere meccanismi del dolore, incluso il dolore nociplastico
- La valutazione biopsicosociale
- Dolore, stress, sistema nervoso autonomo e meccanismi di sopravvivenza
- Introduzione ai modelli evidence-based usati nella Gestione del Dolore secondo l'approccio inglese
  - fear avoidance model
  - modelli cognitivi comportamentali come l'Acceptance and Commitment therapy

### Seconda giornata - h. 9.00-18.00

- Tecniche di base per la Gestione del Dolore
  - modello ABC per la gestione dell'attività
  - pacing
  - graded exposure
  - tecniche di auto-regolazione e "choice point" secondo l'Acceptance and Commitment therapy
- Mindfulness, neuroscienze e dolore

### ESERCITAZIONI PRATICHE

- La comunicazione nella terapia e principi di motivational interviewing tramite role playing e lavori di gruppo
- Esercitazioni di gruppo e discussioni: pratiche di self-observation dell'esperienza interna, mindfulness, grounding, tecniche somatiche di movimento bottom up e del respiro
- Presentazione e discussione di alcuni casi di pazienti con patologie dolorose complesse e comorbidity'

Valutazione ECM

**Si consiglia abbigliamento comodo per le parti pratiche**