

# GESTIONE CONSERVATIVA DELLE TENDINOPATIE

## NUOVI ORIZZONTI ED EVIDENZE SECONDO IL MIGLIORE APPROCCIO EBM

MILANO 2-3 novembre 2024

### DOCENTI

- Federico SONNATI** Dottore in Fisioterapia, perfezionato in riabilitazione dei disturbi NMS  
Membro commissione riabilitazione SICSeG e SIAGASCOT, Biella
- Moreno BRUSTIA** Dottore in Fisioterapia, specializzato in infortuni legati alla corsa, Biella

16 ECM

Medici (fisiatria, ortopedia, sport, MMG, reumatologia),  
Fisioterapisti (titolo equipollente DM 27/7/00), Massofisioterapisti  
iscritti all'elenco speciale, Studenti dell'ultimo anno del CdL

€ 440 IVA inclusa



**RISPARMIA - consulta le OFFERTE**

Le tendinopatie rappresentano una sfida importante sia per il fisioterapista sia per il paziente: molto diffuse nella popolazione a livello orizzontale, impattano la vita personale sia dal punto di vista ricreativo sia lavorativo, e spesso resistono ai trattamenti tradizionali.

Negli ultimi anni, pur rimanendo incompleta, sono aumentate la comprensione dei processi biologici alla base delle patologie tendinee e gli strumenti per contrastarla, incrementando dunque le possibilità di avere successo nel trattamento conservativo.

Il fisioterapista moderno deve possedere gli strumenti per valutare il paziente e creare un programma riabilitativo personalizzato, basandosi sulle conoscenze disponibili in letteratura. Il corso intende sviluppare l'Evidence Based Practice per ciò che concerne terapia manuale, educazione e soprattutto esercizio terapeutico, pur conoscendo anche le possibilità di terapie fisiche e strumentali, approcci non conservativi e necessità di referral.

### Obiettivi

- Portare lo studente verso l'approccio terapeutico moderno con le migliori evidenze scientifiche per quanto riguarda la gestione e il trattamento delle tendinopatie
- Analizzare i nuovi modelli di gestione del carico della struttura tendinea e imparare come riprodurli nella pratica clinica quotidiana
- Sviluppare competenze cliniche e di ragionamento per quanto riguarda le più frequenti tendinopatie dei diversi distretti corporei
- Sviluppare e pianificare il programma riabilitativo per una tendinopatia: l'importanza del trattamento personalizzato
- Discutere sull'importanza dell'esercizio attivo nella gestione delle tendinopatie e del ruolo delle altre terapie complementari (manuali, fisiche, ecc.)

### Peculiarità del corso

- 50% del programma dedicato alle **esercitazioni pratiche**
- Imparerai come fare una **valutazione fisioterapica accurata**: dalla palpazione ai migliori test clinici, dalla diagnosi differenziale ai test funzionali
- Conoscerai numerosi **esercizi funzionali**, il loro **dosaggio** e la loro **somministrazione**
- Imparerai, grazie ai **casi clinici**, ad impostare tu stesso un programma riabilitativo a partire dalla valutazione fino al rientro in campo
- **Materiale didattico completo e in italiano**

## PROGRAMMA

### Prima giornata - h. 9.00-18.30

- Anatomia, istologia e proprietà meccaniche del tendine
- Patofisiologia, biomeccanica e modelli patologici delle tendinopatie secondo le ultime evidenze
- Tendinopatie e dolore: il ruolo del modello Bio-Psico-Sociale nella riabilitazione
- Il ruolo dell'esercizio terapeutico e delle terapie complementari

#### Tendinopatie dell'arto superiore

- Principali tendinopatie dell'arto superiore: CDR, epicondialgia
- Inquadramento clinico, valutazione e gestione (

#### ESERCITAZIONI PRATICHE

- test speciali
- esercizio terapeutico
- terapia manuale

- Casi clinici
- Discussione

### Seconda giornata - h. 8.30-17.00

#### Tendinopatie dell'arto inferiore

- Ripasso dei concetti base e principi generali riabilitativi per gli arti inferiori
- Principali tendinopatie degli arti inferiori:  
glutei, hamstring, adductor-related groin pain, rotulea, achillea, tibiale posteriore

#### ESERCITAZIONI PRATICHE

- test speciali
- esercizio terapeutico
- terapia manuale

- Casi clinici
- Criteri per il ritorno allo sport

Valutazione ECM

**Scopri tutto quello  
che c'è da sapere e fare**