

LA VALUTAZIONE FUNZIONALE E LA PRESCRIZIONE DELL'ATTIVITÀ MOTORIA ADATTATA NELLE PATOLOGIE CRONICHE NON TRASMISSIBILI

Attività principale: formazione dedicata agli operatori sanitari che si occupano di cronicità negli adulti (MMG, medici e infermieri di medicina interna, cardiologia, pneumologia, oncologia, psichiatria, nefrologia, endocrinologia, neurologia) al fine di incentivare la corretta prescrizione di attività motoria adattata.

Breve descrizione: In considerazione della futura attivazione da parte del dipartimento di sanità pubblica di una attività ambulatoriale dedicata al contrasto dei fattori di rischio modificabili (sedentarietà e cattiva alimentazione) nei pazienti affetti da condizioni cronic-degenerative in fase iniziale quale ad esempio bronco-pneumopatia cronico ostruttiva non in ossigeno terapia, scompenso cardiaco lieve, diabete mellito, elevato rischio cardiovascolare, dislipidemie, sovrappeso/obesità, si richiede l'attivazione di un percorso formativo da dedicare alle figure sanitarie che attualmente gestiscono questi pazienti al fine di integrare i loro colloqui con le corrette indicazioni relative allo svolgimento di attività motoria adattata alla patologia del paziente. Il partecipante avrà quindi la possibilità di approfondire innanzitutto il ruolo protettivo dell'attività motoria e le condizioni in cui può essere prescritta grazie all'intervento del medico dello sport aziendale. Sarà poi possibile apprendere quale sia l'offerta attualmente presente sul territorio imolese e non solo relativamente alle palestre che promuovono salute ed ai gruppi di cammino mediante la lettura della mappa della salute grazie all'intervento del tecnico della prevenzione che attualmente segue il programma comunità attive del piano regionale della prevenzione. Infine, un lungo e strutturato intervento teorico-pratico di due chinesioleghie fornirà ai partecipanti i teorici di base della tecnica del cammino e le nozioni di base per creare un gruppo di cammino a più elevato livello di competenza.

date: 04-10-2022, 07-10-2022, 14-10-2022, 18-10-2022

orario: dalle 14:30 alle 16:30/17:00

modalità: in presenza

numero partecipanti: max 30 persone (solo operatori sanitari)

CREDITI ECM: 10

PROGRAMMA

DATA E ORA: 04-10-2022 ORE 14,30 – 16,30

LUOGO: AULA C, POLO FORMATIVO, OSPEDALE VECCHIO IMOLA

Registrazione dei partecipanti

14:30-14:40 Presentazione del corso

Dr.ssa Tiziana Campione, Dirigente Medico, Dipartimento di Sanità Pubblica AUSL Imola

14:40-15:10 Introduzione alle politiche sanitarie finalizzate al contrasto delle patologie cronico degenerative.

Dr.ssa Cristina Conti, Fisioterapista – Dipartimento di Sanità Pubblica AUSL Imola

15:10- 15:40 Attività fisica e salute: l'attività motoria adattata e i protocolli di prescrizione

Dr. Matteo Scarpa, Medico Specialista in Medicina dello Sport - Dipartimento di Sanità Pubblica AUSL Imola

15:40-15:50 pausa

15:50- 16:20 La mappa della salute promossa dalla Regione Emilia-Romagna: l'esempio delle offerte sul territorio Imolese

Dr. Matteo Montalti, Tecnico della Prevenzione – Staff Formazione AUSL di Imola

16:20-16:50 Benefici e rischi dell'attività del cammino, attività equa e sostenibile

Dr.ssa Valentina Totti, Chinesiologo dell'Attività Motoria Preventiva e Adattata, Medicina dello Sport AUSL Imola

17:00 Chiusura della giornata

DATA E ORA: 07/10/2022 ORE 14,30 – 16,30

LUOGO: PARCO DELLE ACQUE MINERALI

Dr.ssa Valentina Totti – Dr.ssa Daniela Mazzola

Accoglienza

Come “Costruire Salute” camminando: i concetti base del cammino e come rilevare l'intensità corretta per il paziente cronico

Nel dettaglio:

- ✓ Come si utilizza la Scala di Borg
- ✓ misurazione FC a riposo e sotto sforzo
- ✓ esercizi di “Riscaldamento” (spiegazione, attuazione e correzione della postura)
- ✓ tecnica del cammino (spiegazione, attuazione e correzione della postura), camminata
- ✓ esercizi di defaticamento con allungamento muscolare e respirazione
- ✓ Osservazione dei discenti/domande e saluti

DATA E ORA: 14/10/2022 ORE 14,30 – 16,30

LUOGO: PARCO DEL QUADRATO, VIA DON M. KOLBE/PARCO TOZZONI

Dr.ssa Valentina Totti – Dr.ssa Daniela Mazzola

Accoglienza

La FITT-VP: Frequency, Intensity, Time, Type, Volume, Progression consigliati per una sana e sicura attività di cammino adattata alle diverse situazioni di cronicità

Nel dettaglio:

- ✓ la scala di Borg modificata (spiegazione e utilizzo)
- ✓ esercizi di “Riscaldamento” (spiegazione, attuazione e correzione della postura)
- ✓ tecnica del cammino (spiegazione, attuazione e correzione della postura, test della conversazione), camminata
- ✓ esercizi di rinforzo muscolare
- ✓ esercizi di defaticamento con allungamento muscolare e respirazione
- ✓ Osservazione dei discenti/domande e saluti

DATA E ORA: 18/10/2022 ORE 14,30 – 17.00

LUOGO: PARCO DELL'OSSERVANZA

Dr.ssa Valentina Totti – Dr.ssa Daniela Mazzola

Accoglienza

Come organizzo una camminata e come gestisco il gruppo di pazienti complessi: la leadership.

Come “Costruire Salute” camminando: preparazione, camminata e defaticamento come complementi indispensabili

Nel dettaglio:

- ✓ FCmax, percentuale allenante, misurazione FC a riposo e sotto sforzo (prima e durante la camminata)
- ✓ scala di Borg modificata (prima e durante la camminata)
- ✓ esercizi di “Riscaldamento” (con spiegazione e attuazione dei discenti - correzione)
- ✓ tecnica del cammino, camminata, test della conversazione
- ✓ esercizi di defaticamento (con spiegazione ed esecuzione dei discenti - correzione)
- ✓ Osservazione e verifica *in itinere* dei discenti/domande e saluti

Conclusioni

Chiusura del corso con prova pratica

	SCHEDA DI ISCRIZIONE AL CORSO	
--	--------------------------------------	--

Da inviare a: v.totti@ausl.imola.bo.it

CORSO: LA VALUTAZIONE FUNZIONALE E LA PRESCRIZIONE
DELL'ATTIVITA MOTORIA ADATTATA NELLE PATOLOGIE CRONICHE
NON TRASMISSIBILI

GIORNATE: 04-10-2022, 07-10-2022, 14-10-2022, 18-10-2022

CREDITI ECM: 10

SEDE LAVORATIVA – UNITA' OPERATIVA: _____

PROFESSIONE/DISCIPLINA: _____

COGNOME: _____

NOME: _____

EMAIL: _____