

PROGRAMMA E CONTENUTI:

1° GIORNO E 2° GIORNO

MODALITA' ON LINE

- Presentazione e obiettivi del Corso.
- La Sindrome del Dolore Pelvico Cronico (CPPS): definizione e caratteristiche.
- Linee guida ed evidenza scientifica.
- Conseguenze sulla qualità di vita per i soggetti affetti da CPPS
- Caratteristiche del dolore fisiologico: la nocicezione
- Caratteristiche del dolore cronico: dolore neuropatico, sensibilizzazione periferica, sensibilizzazione centrale
- Dolore riferito
- Iperalgesia viscerale e iperalgesia visceroviscerale
- CPPS e processi infiammatori.
- Le strutture muscolo-scheletriche coinvolte nella Sindrome del Dolore Pelvico Cronico:
 - muscoli: pavimento pelvico, otturatori interni, piriformi, addominali, glutei
 - ossa e articolazioni: sacro, coccige, bacino, sacro iliache, sacro-coccigea, sinfisi pubica
 - legamenti: sacro-tuberoso, sacro-spinoso
- Trigger e tender points
- Comorbidità con altre condizioni coinvolgenti il sistema muscolo-scheletrico: fibromialgia, sindrome della stanchezza cronica, *pelvic girdle pain (PGP)*, sindrome del piriforme
- Sindrome del nervo pudendo
- Aspetti psicologici e comportamentali nella Sindrome del Dolore Pelvico Cronico.

3° GIORNO

MODALITA' IN PRESENZA

Ore 08.30 – 18.00

La fisioterapia nella CPPS: contenuti, modalità, obiettivi, evidenza scientifica.

- Peculiarità della fisioterapia comprendente la zona genito-urinaria-anoale

VALUTAZIONE FUNZIONALE DEL PAZIENTE CON CPPS

- Colloquio verbale
- Posizione del paziente
- Osservazione visiva

Valutazione manuale (valutazione muscolare del pavimento pelvico e di strutture muscolo-scheletriche funzionalmente correlate alle CPPS)

- Valutazione della sensibilità, con particolare riferimento al dolore
- Diari dei sintomi (minzionale, funzione ano-rettale, del dolore)
- Tests e questionari
- Esami strumentali

ESERCITAZIONE PRATICA INDIVIDUALE: prova pratica su manichino

- Fasi della fisioterapia e riabilitazione: coscientizzazione, modificazione dei parametri muscolari, automatizzazione.
- Tecniche e strumenti della fisioterapia e riabilitazione per la CPPS:
 - esercizio terapeutico

ESERCITAZIONE PRATICA e DI GRUPPO: esercizi terapeutici per le fasi di coscientizzazione del pavimento pelvico e di modificazione dei parametri muscolari alterati

- Tecniche e strumenti della fisioterapia e riabilitazione per la CPPS:

- terapia manuale e trattamento dei trigger points
- biofeedback e protocollo di Glazer
- stimolazione elettrica (TENS, SANS, correnti interferenziali)
- terapia fisica
- dilatatori vaginali
- dilatatori anali
- trattamento comportamentale e cognitivo-comportamentale

- *bladder e bowel training*
- autotrattamento e autostretch dei muscoli del pavimento pelvico
- prodotti topici non farmacologici

Protocollo Stanford

Manovra di Thiele

13.00 – 14.00 PAUSA PRANZO

Ore 14.00 – 15.00

ESERCITAZIONE PRATICA DI GRUPPO: utilizzo di elettromedicali e strumenti

- Indicazioni e controindicazioni della fisioterapia e riabilitazione nel paziente con *CPPS*.

- Pianificazione della terapia riabilitativa (obiettivi terapeutici, scelta degli strumenti terapeutici e modalità di utilizzo, ecc.).

Ore 15.00 – 16.00

ESERCIZIONE PRATICA DI GRUPPO: esercizi terapeutici per la fase di automatizzazione dei muscoli del pavimento pelvico

Ore 16.00 – 17.00

ESERCITAZIONE PRATICA DI GRUPPO: presentazione interattiva con l'auditorio di casi clinici:

- presentazione del caso
- valutazione funzionale
- elaborazione di progetto e programma riabilitativo (obiettivi terapeutici, utilizzo di strumenti terapeutici)
- svolgimento delle singole sedute (obiettivi, contenuti, modalità) o valutazione dei risultati o discussione

17.00 – 17.30

ESERCITAZIONE PRATICA DI GRUPPO: Role Playing tra Fisioterapista e Paziente

17.30 – 17.45 **DOMANDE E DISCUSSIONE**

17.45 – 18.00 Valutazione finale con questionario

18.00 – 19.00

PRATICA INDIVIDUALE FACOLTATIVA TRA I CORSISTI: sarà possibile effettuare, per chi lo desiderasse, esercitazioni pratiche tra i corsisti direttamente sulla zona genitale relativamente alla valutazione manuale e agli esercizi terapeutici. Le esercitazioni saranno effettuate a gruppi di 2-3 corsisti in stanze separate e saranno coordinate dalla docente, che stazionerà a turno tra i gruppi. L'attività si svolgerà tra le 18.00 e le 19.00 e la durata precisa dipenderà dal numero delle adesioni a questa parte pratica. E' prevista una quota aggiuntiva (€ 50+ IVA) per chi parteciperà (le adesioni verranno raccolte il giorno stesso). Questo tempo non rientra nel calcolo crediti, pertanto chi non volesse partecipare non perderà i crediti ECM previsti.

