

RIABILITAZIONE ORTOPEDICA

PROTOCOLLI DI RECUPERO DA LESIONI E INFORTUNI

Corso ECM di 2 giornate

Docente: Simone Patuzzo Fisioterapista PhD Stud

Abstract Questo corso è orientato al trattamento riabilitativo delle lesioni muscolari, legamentose, tendinee, ossee, nervose e del dolore. Affrontando i fattori che influenzano l'esordio di lesioni e che sono prognostici del recupero funzionale, il corso, sostanzialmente pratico, presenta un approccio riabilitativo per le diverse categorie di lesioni dell'apparato neuro-muscolo-scheletrico basato sulle evidenze suddividendo l'argomento per regioni anatomiche.

I partecipanti saranno guidati ad insegnare al paziente tecniche di auto-trattamento per i tessuti molli, esercizi di auto-mobilizzazione (articolare e dei tessuti) ed esercizi di rinforzo con piccoli attrezzi. Lo scopo dei programmi sarà favorire la guarigione fisiologica rispettando le fasi per ciascun tessuto, migliorare la resistenza dei tessuti danneggiati e prevenire eventuali episodi di ricaduta. Saranno presentati gli approcci più efficaci per trattare il dolore e lesioni artro-neuro-muscolo-scheletriche di colonna vertebrale, arto superiore ("protocolli" per distretto), l'arto inferiore (idem), l'articolazione temporomandibolare.



RIABILITAZIONE ORTOPEDICA

PROTOCOLLI DI RECUPERO DA LESIONI



Argomenti del corso

Dolore, fattori e approccio al paziente con dolore cronico

Panoramica su infortuni e lesioni (muscolari, tendinee, legamentose, ossee, nervose):

Suggerimenti riabilitativi protocollati per

- Arto superiore (Spalla ; Gomito; Polso e mano)
- Arto inferiore (Anca; Ginocchio; Caviglia e piede)
- Colonna vertebrale (Rachide cervicale, Rachide dorsale, Rachide lombare)
- Articolazione temporomandibolare

Obiettivi

L'obiettivo del corso è fornire un approccio basato sull'evidenza per approcciare ciascun paziente secondo la fase del recupero della specifica lesione (approccio sequenziale) favorendo l'autonomia del paziente e l'autogestione.

Il corso è prevalentemente **pratico** (*proposte di esercizi di mobilizzazione e allenamento*) ed è finalizzato a fornire dei modelli riabilitativi che il partecipante potrà immediatamente adattare al proprio contesto di pratica clinica.

RELATORE

Simone Patuzzo è un Fisioterapista attualmente Studente PhD in Scienze Mediche e dello Sport con progetto di tesi **“Modificazioni cinematiche del rachide cervicale durante la mobilizzazione dorsale dell’occipite sull’atlante”** presso l’Università di Saragozza (Spain). Svolge la professione dal 1999 e quindi, ad oggi, ha 24 anni di esperienza nel ruolo.

Esercita nel reparto di Ortopedia e Traumatologia del Polo Chirurgico Confortini dell’Azienda Ospedaliera Universitaria Integrata di Verona.

Dal 1999 al 2003 ha collaborato con l’Università di Verona, Servizio di Neurologia ad Indirizzo

Riabilitativo, presso la Scuola di Specializzazione in Medicina Fisica e Riabilitazione per “Specifiche prestazioni previste da progetti di ricerca” svolgendo oltre 1000 ore certificate di attività di ricerca scientifica.

E’ autore di 12 pubblicazioni scientifiche su riviste internazionali, di 24 pubblicazioni su riviste nazionali, per un totale complessivo di 36 articoli, di 1 libro nel campo della riabilitazione delle Funzioni orofacciali e ATM edito da Cortina Editore ed è curatore delle 2 edizioni italiane del libro “Diagnosi Differenziale in Fisioterapia”.

PROGRAMMA

1. INQUADRAMENTO RIABILITATIVO

La sessione di inquadramento segue il seguente modello e si svolge applicato al bisogno durante la discussione degli specifici CONTESTI indicati al punto **2**.

- a.** Anamnesi del paziente, lettura e analisi della cartella clinica. *Cos'è più rilevante osservare ai fini della presa in carico riabilitativa ?* Controindicazioni assolute e relative alla presa in carico.
 - b.** La prima seduta: il paziente è (ancora) idoneo al programma riabilitativo ? *"Diagnosi differenziale in fisioterapia, screening delle condizioni sistemiche e viscerali"* : Come escludere segni e sintomi indicativi di problemi che vanno oltre l'ambito di competenze e responsabilità del fisioterapista. Nota: *il processo della diagnosi differenziale è un processo continuo nell'intero arco della presa in carico riabilitativa.*
 - c.** Come interagire e comunicare efficacemente con il personale medico e infermieristico nell'accingersi alla presa in carico riabilitativa e nell'erogazione del programma riabilitativo.
 - d.** Valutazione dei parametri vitali, auscultazione, osservazione clinica: criteri generali per stabilire l'idoneità attuale al trattamento riabilitativo (per esempio, "livelli di emoglobina", "ipotensione ortostatica" - controindicazioni assolute e relative).
 - e.** Complicanze comuni e rare, presentazione di casi clinici
 - f.** Programma riabilitativo specifico per il paziente (e non solo "per la patologia"). Indicazioni da fornire al paziente e collaborazione con il personale di reparto.
-

PROGRAMMA

1.1 ARTO INFERIORE

- Inquadramento mediante valutazione e test diagnostici muscolo-scheletrici
- SACRO ILIACA (*Test di provocazione in distrazione, Thigh trust, Gaenslen, Test di provocazione in compressione, Sacral thrust*)
- ANCA (*Test di percussione pubico-patellare per eventuale frattura (PPPT)*)
- GINOCCHIO (*Lesioni legamentose: test del cassetto anteriore, Pivot shift test, Lachman test , stress in valgismo ; menischi: Test di Ege, Test di Pivot shift modificato ; sindrome femoro-rotulea: Apprehension test, Patellar compression test*)

1.2 ARTO SUPERIORE

- Inquadramento mediante valutazione e test diagnostici muscolo-scheletrici
 - SPALLA (*Impingement: Test di Neer, empty can test, Hawkins test, Arco doloroso, Test di Yocum; Lesione della cuffia dei rotatori: Test di Jobe, Test di Patte, Lift off test, ERLS; Lesione tendine del bicipite: Palm up test, Yergason Instabilità: Apprehension-relocation-release, Quick test for instability, Load and shift test, Fulcrum test, Posterior instability test, Sulcus sign; Lesioni slap: Anterior slide test, Crank test, SLAP prehension test*)
 - GOMITO (*Epicondilite: Test della palpazione, estensione del polso, estensione resistita del terzo dito, Gardner, Mills ; Instabilità: Milking maneuver modificato, Moving valgus stress test, pivot shift, push up, stress in valgismo*)
 - POLSO (*Tunnel carpale: Flessione del polso con compressione, Phalen, Phalen inverso, Gilliat/Tourniquet, Tinel, Durkan, estensione del polso, clinical questionnaire di Kamath e Stothard, Flick test*)
 - EGRESSO TORACICO (*Test di Wright, iperabduzione, Roos, Adson Tinel*)
-

PROGRAMMA

1.3 COLONNA VERTEBRALE

- Test di tensione del nervo mediano, del nervo ulnare, del nervo radiale, del n. ischiatico, del n. femorale

2. CONTESTI

2.1 TRAUMATOLOGIA

- Lesioni muscolari
- Lesioni tendinee
- Lesioni legamentose
- Lesioni nervose
- Lesioni articolari
- Lesioni ossee

3. PROGETTO RIABILITATIVO

Per ciascun CONTESTO:

- Recupero dell'articolari , della forza e della funzionalit  dell'arto operato.
- Miglioramento della resistenza e della forza dei tessuti danneggiati.
- Insegnamento strategie di auto-gestione

4. PROGRAMMA RIABILITATIVO

Per ciascun CONTESTO:

- Tecniche di auto-trattamento dei tessuti molli,
 - Tecniche di auto-mobilizzazione,
 - esercizi per rinforzo muscolare
 - protocolli per aumentare la resistenza dei tessuti lesionati
 - Strategie di auto-gestione e auto-trattamento
 - (vedi sezione 2).
-

PROGRAMMA

PRIMA GIORNATA

8:30 - 10:30

- TIPOLOGIE DI LESIONI (strappi muscolari, distorsioni legamentose, lesioni ossee, articolari, nervose periferiche)
- FASI E TEMPI GENERALI DI RECUPERO FISIOLÓGICO
- FATTORI PROGNOSTICI
- FATTORI PERSONALI E AMBIENTALI
- DOLORE ACUTO E CRONICO
- VARIABILI DI UN PROGRAMMA DI ALLENAMENTO TERAPEUTICO

10:30 - 10:45 Caffè break

10:45 - 13:00

APPROCCIO RIABILITATIVO ALLE CONDIZIONI CERVICALI

- Inquadramento
- Mobilizzazione dei tessuti molli, mobilizzazione articolare, auto-stretching (analitico), esercizi di rinforzo, allenamento terapeutico.

13:00 - 14:00 Pausa pranzo

14:00 - 15:30

APPROCCIO RIABILITATIVO ALLE CONDIZIONI ATM

- Inquadramento
- Mobilizzazione dei tessuti molli, mobilizzazione articolare, auto-stretching (analitico), esercizi di rinforzo, allenamento terapeutico.

15:30 - 15:45 Caffè break

PROGRAMMA

15:45 - 17:00

APPROCCIO RIABILITATIVO ALLE CONDIZIONI DELLA SPALLA

- Inquadramento
- Mobilizzazione dei tessuti molli, mobilizzazione articolare, auto-stretching (analitico), esercizi di rinforzo, allenamento terapeutico.

SECONDA GIORNATA

8:30 - 10:30

APPROCCIO RIABILITATIVO ALLE CONDIZIONI DEL GOMITO

- Inquadramento
- Mobilizzazione dei tessuti molli, mobilizzazione articolare, auto-stretching (analitico), esercizi di rinforzo, allenamento terapeutico.

APPROCCIO RIABILITATIVO ALLE CONDIZIONI DI MANO E POLSO

- Inquadramento
- Mobilizzazione dei tessuti molli, mobilizzazione articolare, auto-stretching (analitico), esercizi di rinforzo, allenamento terapeutico.

10:30 - 10:45 Caffè break

10:45 - 13:00

APPROCCIO RIABILITATIVO ALLE CONDIZIONI DELLA COLONNA LOMBARE

- Inquadramento
- Mobilizzazione dei tessuti molli, mobilizzazione articolare, auto-stretching (analitico), esercizi di rinforzo, allenamento terapeutico.

13:00 - 14:00 Pausa pranzo

PROGRAMMA

14:00 - 15:30

APPROCCIO RIABILITATIVO ALLE CONDIZIONI DI ANCA, GINOCCHIO, CAVIGLIA E PIEDE

- Inquadramento
- Mobilizzazione dei tessuti molli, mobilizzazione articolare, auto-stretching (analitico), esercizi di rinforzo, allenamento terapeutico.

15:30 - 15:45 Coffè break

15:45 - 17:00

APPROCCIO RIABILITATIVO ALLE CONDIZIONI DI ANCA, GINOCCHIO, CAVIGLIA E PIEDE

- Inquadramento
- Mobilizzazione dei tessuti molli, mobilizzazione articolare, auto-stretching (analitico), esercizi di rinforzo, allenamento terapeutico.

17:00 Esame ECM

17:30 Conclusione del corso
