



Corso Universitario di Perfezionamento e Aggiornamento

# FISIOLOGO DELL' ESERCIZIO CLINICO

---

## **CHINESIOLOGIA E NUTRIZIONE**

**PRESIDENTE DEL CORSO :**

**Dr. Ottavio Bosello** - Medico Specialista in Scienze della Nutrizione

**DIRETTORE DEL CORSO :**

**Giorgio Pasetto** - Dottore in Scienze Motorie e Fisioterapia

**RESPONSABILE DIDATTICA :**

**Andrea Brunelli**, PhD in Attività Fisica e Salute

# IL FISILOGO CLINICO



## 01. Think

Struttura programmi di esercizio fisico adattato seguendo le indicazioni mediche

## 02. Observe

Somministra, valuta e supervisiona l'attività svolta dai soggetti all'interno della palestra / centro AFA

## 03. Work

Si relaziona con colleghi LSM e altri professionisti sanitari mettendo il soggetto al centro di un percorso intervento multi-disciplinare

Questa figura non è da intendersi come figura sanitaria ma come un professionista della prevenzione.

Il fisiologo dell'esercizio clinico è quella figura professionale, laureato in scienze motorie, che conosce e studia come il corpo umano risponde e si adatta all'attività muscolare e cardio-respiratoria e che utilizza le sue competen-

ze pratiche per incrementare la performance ed il livello di fitness delle persone per prevenire o migliorare il decorso di patologie cronico-degenerative legate agli stili di vita scorretti, alla cattiva alimentazione e alla sed-

entarietà. Questa figura non è da intendersi come figura sanitaria ma come un professionista della prevenzione.

“  
Gli studenti potranno svolgere un tirocinio partecipativo presso uno dei centri Attività Fisica Adattata



## Centri AFA sul territorio



Verona



Lago di Garda



Ferrara

# Vison & Mission



## VISION

L'Obiettivo della DMSA è quello di fornire una formazione continua ed aggiornata a tutti i laureati e laureate e soci DMSA affinché possano inserirsi con decisione, professionalità e competenza nel mercato del lavoro nazionale ed europeo.



## MISSION

La Mission della DMSA è di facilitare la crescita umana e professionale di tutti coloro che gvià rappresentano un valore aggiunto in divenire nell'ambito delle Scienze Motorie applicate.

# Obiettivi del Corso



## L'IDEA

Fornire ai laureati in scienze motorie le basi teoriche ma soprattutto pratiche per seguire un soggetto con patologie cronico - degenerative di varia natura (diabete, BPCO, cardiopatie, deficit cognitivi, malattie neurodegenerative, dolore cronico) attraverso l'ideazione, la progettazione e l'implementazione di schede di lavoro individualizzate e mirate al recupero funzionale e motorio.



## LA CREATIVITÀ

Sviluppare capacità critiche e creatività operativa nell'utilizzo del movimento umano per costruire proposte finalizzate al benessere della persona, soprattutto in presenza di patologie croniche e difficoltà motorie.



## L'ALIMENTAZIONE

Imparare a valutare da un punto di vista fisico un soggetto/cliente che si rivolge al laureato in scienze motorie come professionista della prevenzione, sapendogli anche suggerire delle indicazioni generali (non diete!) di sano e virtuoso comportamento alimentare.

# Prospettive occupazionali:



Si vuole formare una nuova figura professionale che sappia interagire, con competenza e con specifica preparazione, con altre figure professionali (anche sanitarie quali medici e fisioterapisti) e che possa operare all'interno di strutture private o pubbliche (piscine termali, palestre, strutture universitarie o riabilitative) nelle quali svolgere programmi di attività fisica adattata per la promozione della salute di soggetti in condizioni cliniche stabilizzate o con aumentati fattori di rischio.

“L'attestazione universitaria che verrà rilasciata non permette l'accesso a quelle professioni del SSN per le quali è richiesta anche l'abilitazione (es.fisioterapista, nutrizionista).

## LA SOCIETA' OCCIDENTALE MODERNA



Sta invecchiando e di fronte a questa tendenza inarrestabile è risaputo che nei prossimi decenni assisteremo ad un drammatico aumento delle patologie croniche che metteranno a dura prova la tenuta dei sistemi sanitari nazionali

39%

Popolazione totalmente sedentaria (ISTAT 2015)

+59%

Rischio mortalità di chi non pratica attività fisica (Lancet, 2016)

+27%

Incremento per il 2018 nel Medical Fitness Trend (health.com)



---

# Struttura del corso:

**4 MODULI da 16 ore  
da un week end l'uno  
+ Tirocinio partecipativo:**

---

## Primo Modulo:

Attività fisica adattata per soggetti con sindrome metabolica e cardiopatia stabilizzata

Docenti responsabili modulo: Michele Felisatti PhD e Luca Pomari PhD.  
NOVEMBRE 2017

---

## Secondo Modulo:

Attività fisica adattata per soggetti con declino cognitivo e patologie neurodegenerative

Docenti responsabile modulo: Andrea Brunelli PhD  
DICEMBRE 2017

---

## Terzo Modulo:

Chinesiologia rieducativa per soggetti con disfunzioni motorie e dolore cronico

Docente responsabile modulo: dott. Giorgio Pasetto e prof. Ottavio Bosello  
GENNAIO 2018

---

## Quarto Modulo:

Idrochinesiologia rieducativa in piscina ed acqua termale

Docenti responsabili modulo: Andrea Brunelli PhD, e dott.ssa Fantini Marika  
FEBBRAIO 2018

---

## TIROCINIO PRATICO PARTECIPATIVO: presso :

CENTRO BERNSTEIN Verona PISCINA / PALESTRA RIEUCATIVA PARCO  
TERMALE di VILLA DEI CEDRI , CENTRO BERNSTEIN Domegliara, CENTRO  
ATTIVITA' MOTORIA ADATTATA ESERCIZIO - VITA FERRARA

Per il tirocinio sono previste 30/40 ORE in palestra / piscina rieducativa e  
acqua termale.



# I MODULI



## MODULO 1

Attività fisica adattata per soggetti con sindrome metabolica e cardiopatia stabilizzata

### DOCENTI :

Luca Pomidori PhD,  
Michele Felisatti PhD

### OBIETTIVO DEL MODULO:

Acquisizione di competenze teorico/pratiche, di analisi funzionale di soggetti anziani o affetti da patologia cronica stabile, finalizzata alla formulazione e supervisione di idonei programmi di allenamento personalizzati. Il corso si propone, inoltre, l'acquisizione di basi lessicali e competenze necessarie a collaborare con il personale sanitario che gestisce il quadro patologico del cliente.

A tal fine si prevede di illustrare i percorsi di prescrizione e somministrazione dell'esercizio fisico previsti dalle normative nazionali. Saranno trattate le strumentazioni necessarie al laureato in scienze motorie per valutazione di efficacia dei programmi di esercizio fisico su base di dati funzionali oggettivi. Infine, tali argomenti, saranno sviluppati alla luce dell'Evidence Based Practice coinvolgendo i diversi settori clinici per una formazione utile e spendibile, basata su casi studio o situazioni reali nella gestione del cliente.

# 01

### CONTENUTI DEL MODULO:

- Lezione interattiva: Il test della forza fisica e la componente di forza e equilibrio nell'attività motoria adattata: utilizzo dei dispositivi di propiocezione, Leg Press, manubri con panca, handgrip.
- Esercitazioni pratiche su test di forza ed equilibrio per l'attività motoria adattata .
- Valutazione funzionale del diabetico di non semplice gestione (decondizionato, obeso). La prescrizione dell'esercizio: cosa serve al laureato in scienze motorie.
- Lezione interattiva: la valutazione funzionale e i protocolli di esercizio per le persone affette da cardiopatia. La prescrizione dell'esercizio: cosa serve al laureato in scienze motorie
- Esercitazioni pratiche in palestra.
- Lezione interattiva: la gestione delle co-morbidità: la valutazione funzionale e la prescrizione dell'esercizio nelle persone affette da arteriopatia obliterante
- Lezione interattiva: la gestione delle co-morbidità: la valutazione funzionale e la prescrizione dell'esercizio nelle persone affette da BPCO

### COSA IMPARERETE IN CONCRETO:

- Gestire la relazione con l'utente, nelle diverse fasi di presa in carico e somministrazione dell'esercizio fisico, avendo particolare attenzione al lavoro in equipe.
- Monitorare e supervisionare a lungo termine di programmi di Attività Motoria Adattata
- Comunicare con efficienza con lo staff sanitario prescrittore
- Modificare e adattare il programma di lavoro proposto al variare delle condizioni della persona.
- Acquisirete strategie e modalità atte ad assicurare un'elevata compliance e che garantiscano il raggiungimento e il mantenimento nel tempo dei livelli di attività fisica prescritta.



## MODULO 2

Attività fisica adattata per soggetti con declino cognitivo e patologie neurodegenerative

DOCENTI :  
Andrea Brunelli PhD,

### OBIETTIVO DEL MODULO:

L'obiettivo di questo modulo duplice. Si vuole innanzitutto rendere consapevoli i partecipanti di come l'esercizio fisico interagisce fisiologicamente con le strutture nervose centrali e come ciò si legghi al generale stato di salute e benessere della persona. Dall'altro lato si vogliono offrire ai professionisti del movimento degli strumenti operativi e pratici per lavorare con soggetti a rischio di decadimento cognitivo (prevenzione primaria) o che già mostrano dei segnali sub-patologici di tale decadimento (prevenzione secondaria) con l'ambizioso obiettivo di rallentare il processo neuro degenerativo in corso. Oltre ad una presentazione pressoché esaustiva delle più recenti pubblicazioni sul tema, offriremo una serie di esercizi e strategie da utilizzare, per stimolare processi cognitivi mentre il soggetto svolge attività fisica.

# 02

### CONTENUTI DEL MODULO:

- Mens Sana in Corporea Sano nel terzo millennio
- Attività fisica e salute mentale: linee guida ACSM
- Rapporto tra salute mentale e performance cognitive: "Vivere in Wellness!"
  - I cambiamenti neuro fisiologici e neuro-anatomici indotti dall'esercizio regolare
  - Effetti dell'esercizio cronico vs. esercizio acuto
  - Utilizzare l'esercizio fisico come Neuro Enhancer
  - La nutrizione come fattore per mantenere il cervello sano.
- Funzioni esecutive ed esercizio fisico

### COSA IMPARERETE IN CONCRETO :

Durante il modulo imparerete a strutturare e mettere in pratica delle esercitazioni specifiche che utilizzano l'attività motoria per stimolare i processi cognitivi delle persone, siano essi bambini che potenziano lo sviluppo o anziani che così rallentano il decadimento mentale. Inoltre imparerete metodi, esercitazioni e strategie pratiche di competenza del laureato in scienze motorie per la gestione del soggetto con problematica neurologica (es. emiparesi, post ictus)

### PARTE OPERATIVA PRATICA (10 ore)

- Il ruolo del trainer fisico nello stimolare la mente
- Dual task paradigm: combinare esercizio fisico ed esercizio mentale
- Esercizi di psicocinetica per il soggetto adulto ed anziano
- Esercizi di stimolazione cognitiva su treadmill e bike
- Attività cognitive - coordinative a corpo libero
- Task di memoria, attenzione, inibizione modificati dall'esercizio fisico
- Attività cognitive senso-motorie per stimolare apprendimenti accademici
- Attività motorie adattate per soggetti con malattia neurodegenerativa

## MODULO 3

Chinesiologia rieducativa per soggetti con disfunzioni motorie e dolore cronico

### DOCENTI E REFERENTI :

Dott. Giorgio Pasetto  
Prof. Ottavio Bosello

### ALTRI DOCENTI :

Dott. Stefano Gaetani  
Dott. Andrea Framarin  
Ing. Marco Freddolini

### OBIETTIVO DEL MODULO:

L'obiettivo del modulo è quello di far acquisire competenze teoriche e pratiche specifiche nell'ambito della rieducazione delle patologie più comuni di: colonna vertebrale, arto inferiore, arto superiore, anche attraverso la valutazione e la somministrazione di test specifici.

# 03

### CONTENUTI DEL MODULO:

- Il ruolo del chinesiologo clinico
- Valutazione chinesiologica e test ortopedici
- Prevenzione e trattamento delle disfunzioni della colonna
- Prevenzione e trattamento delle disfunzioni dell'arto inferiore
- Prevenzione e trattamento delle disfunzioni dell'arto superiore
- Esercitazioni pratiche in palestra e protocolli specifici di intervento
- La nutrizione nei pazienti affetti da diminuzione del trofismo muscolare
- La nutrizione anti-infiammatoria nei pazienti algici
- La riatletizzazione
- Tecniche manuali applicate alla chinesiologia

### COSA IMPARERETE IN CONCRETO :

Nel modulo si affronteranno anche aspetti di nutrizione specifici per fase patologica, inoltre gli studenti impareranno qualche tecnica manuale di base, qualche test di laboratorio e metodologie di ri-atletizzazione e protocolli specifici in palestra.

# MODULO 4

Idrochinesiologia rieducativa  
in piscina ed acqua termale

## DOCENTI E REFERENTI :

Andrea Brunelli PhD  
Dott.ssa Fantini Marika

## ALTRI DOCENTI :

Emy Brunello (Medico Fisiatra),  
Camilla Zamperini (Osterica)

## OBIETTIVO DEL MODULO:

Fornire ai laureati in scienze motorie le basi teoriche ma soprattutto pratiche per seguire un soggetto in acqua, strutturando ed implementando schede di lavoro individualizzate mirate al recupero funzionale e motorio dello stesso.

# 04

## CONTENUTI DEL MODULO:

- Caratteristiche dell'ambiente acquatico a beneficio delle attività riabilitative. Differenze tra lavoro in acqua e a secco.
- Attività motorie adattate a scopo rieducativo per soggetti con problematiche post acute e post traumatiche dell'arto superiore e inferiore (alternanza teoria - pratica).
- Attività in acqua e letteratura scientifica. Spunti e riflessioni critiche per comprendere cosa ha davvero successo.
- **WORKSHOP PRATICO:** ginnastica antalgica e mobilizzazioni assistite del rachide in acqua.
- **WORKSHOP PRATICO:** attività fisica aerobica in acqua per soggetti con sindrome metabolica. Andrea Brunelli
- **WORKSHOP PRATICO:** Attività fisica in acqua termale per la donna in gravidanza. Camilla Zamperini

## COSA IMPARETE IN CONCRETO

- Sviluppare capacità critiche e creatività operativa nell'utilizzo dello strumento acqua (e degli strumenti in essa utilizzabili) per costruire proposte motorie finalizzate al benessere della persona, soprattutto in presenza di deficit motori e neurologici.

Il costo del corso è di 1.100 euro (iva inclusa), con possibilità di sconto del **-15%** per tutti i soci tesserati DMSA.

I week end del corso sono i seguenti

25-26 Novembre /// 2-3 Dicembre /// 13-14 Gennaio '18 /// 3-4 Febbraio '18

Il corso si terrà a VERONA e presso le terme di COLA' DI LAZISE

**DMSA (ASSOCIAZIONE DOTTORI IN SCIENZE MOTORIE) - UNIPEGASO**

Per informazioni riguardanti il corso  
DMSA - [WWW.DMSA.IT](http://WWW.DMSA.IT) - [info@dmsa.it](mailto:info@dmsa.it)  
dott. Brunelli Andrea 347.6126022

