LA SCOLIOSI

a cura della Dott.ssa Marta Alberti

dottore di ricerca in Scienze dell'Esercizio Fisico ed del Movimento Umano

alberti.marti@gmail.com

tel. 3491042802

OBIETTIVI DEL CORSO (30 ore)

L'intento dell'azione formativa proposta in questo corso è quello di:

- fornire allo studente le nozioni principali e fondamentali per riconoscere un rachide con scoliosi

- fornire le competenze basilari per valutazione posturale e funzionale basata su alcuni dei principali test accreditati

- iniziare lo studente all'acquisizione delle competenze basilari e primarie necessarie per programmare ed attuare un intervento correttivo motorio individuale.

PROGRAMMA DEL CORSO

1 IL RACHIDE NEL SUO INSIEME: ripasso dei principi di *anatomia, fisiologia articolare, azione biomeccanica*

NB. Si presuppone che lo studende abbia già acquisito le basi delle materie sopra citate.

2 COS'E' LA SCOLIOSI: *definizione*

Differenza fra:

 Scoliosi idiopatica maggiore

 Scoliosi idiopatica minore

 Atteggiamento scoliotico

3 CLASSIFICAZIONI DELLE SCOLIOSI *a seconda del*:

- Tipo di curva (localizzazione)
- Causa
- Entità del valore angolare delle curve
- Età d'insorgenza
- Trattamento (a seconda del grado)
- Scala della Scoliosis Research Society (1975)

4 BASI FUNZIONALI NEL TRATTAMENTO DELLE SCOLIOSI

- Ruolo del sistema nervoso nel movimento del rachide
- Funzione ed attività muscolare dei muscoli del rachide
- Differenza tra curve gravi, medie o lievi

5 ESAME CHINESIOLOGICO POSTURALE - *teoria e pratica*

 Scheda personale e anamnesi

 Valutazione posturale del soggetto attraverso : simmetria delle spalle e scapole, triangolo della taglia, asse occipitale, anomalie a carico di altre parti del corpo, analisi delle curve sagittali, equilibrio del bacino, misurazione dei gibbi, valutazione della riducibilità della curva scoliotica, valutazione teleradiografica in ortostasi, test di Risser, osservazione dell'obliquità delle coste, misurazione dell'angolo di Cobb.

6 ESAME CHINESIOLOGICO FUNZIONALE - *teoria e pratica*

 Valutazione funzionale del soggetto attraverso: test di forza/flessibilità/mobilità dei muscoli del tronco e di alcuni degli arti inferiori, (es., retroversione del bacino e tenuta addominale, flessione anteriore del tronco, retrazione dei muscoli pettorali, cifotizzazione attiva, inclinazione attiva laterale, ipoestensibilità dello psoas, lunghezza muscoli flessori dell'anca, lunghezza dei muscoli degli hamstring, etc...)

7 BASI TEORICHE ED ESERCIZI PER LA CORREZIONE DELLA SCOLIOSI , *secondo i seguenti metodi*:

 Metodo Klapp

 Metodo IOP

 Metodo Mézières

 La scuola lionese

 Metodo Rovatti (bande elastiche)

 La Tavola Correttiva®: Twin Back Method® Alberti/Ferrari

→ *verranno approfonditi i metodi principali e più comunemete utilizzati*

9 PROGETTAZIONE DI UN PROTOCOLLO DI LAVORO INDIVIDUALE

Informazioni organizzative e modalità d'esame

Il corso sarà articolato in 15 lezioni – teoriche e pratiche- per un totale di 30 ore.

Verrà attivato con la presenza di un numero minimo di 10 partecipanti

Colloquio orale (su teoria e pratica), individuale, con l'insegnate su tutto il programma del corso.

Potranno partecipare al corso solo gli studenti del terzo anno del C.d.L. in Scienze delle Attività Motorie e Sportive ed ai diversi Corsi di Laurea Magistrale; Laureati in Scienze Motorie e Sportive e Dottori Magistrali in Scienze Motorie Preventive ed Adattate.

L'attenstato di partecipazione al corso ed il riconoscimento dei crediti universitari (3 crediti D) sarà rilasciato agli studenti che avranno frequantato almeno il 75% delle lezioni e che avranno sostenuto la prova di esame.

Il costo totale del corso è di Euro 150,00 (centocinquanta/00 euro) per gli studenti iscritti all'Università degli studi di Verona, e di Euro 240,00 (duecentoquaranta/00 euro)per gli esterni.

Le fatture verranno rilasciate ai partecipanti dalla Dott.ssa Alberti Marta, P.IVA 04130140231

Testi di riferimento

A. KAPANDJI, *"Fisiologia articolare"*, vol.3. TRONCO E RACHIDE, ed. Monduzzi

R. PERDRIOLLE, *"La scoliosi. Suo studio tridimensionale"* ; Ed. Libreria Scientifica Ghedini s.r.l., 1979

V. PIROLA, *“Rieducazione delle scoliosi e delle lombalgie”*, Edi-Ermes Milano, 2009

E. ROVATTI, *“Scoliosi idiopatica, trattamento conservativo con le bande elastiche”*, Edi-Ermes Milano, 2014

B. TOSO, *“Back School, Neck School, Bone School: programmazione, organizzazione, conduzione e verifica”*, Edi-Ermes Milano, 2003

F. KENDALL, *“I Muscoli, funzioni e test con postura e dolore”*, Verducci Editore, quinta edizione, 2005