



CENTRO EUROPEO

FORMAZIONE OSTETRICA e FORMAZIONE FORENSE

segreteria@formazioneostetrica.com - info@formazioneostetrica.com

www.formazioneostetrica.it

www.ostetricalegaleforense.it

© **copyright su tutto il documento**

12° edizione

EXECUTIVE MASTER PROFESSIONALIZZANTE SALUTE PELVICA DELLA DONNA

Certificazione di

*“Ostetrica esperta in salute pelvica della donna:
prevenzione, rieducazione, riabilitazione del pavimento pelvico femminile”*

RICONOSCIUTO DAL MINISTERO DELLA SALUTE CON ACCREDITAMENTO ECM

con il PATROCINIO

AOGOI, ASSOCIAZIONE OSTETRICI GINECOLOGI OSPEDALIERI ITALIANI

A.I.O., ASSOCIAZIONE ITALIANA DI OSTETRICIA



Questo **Executive Master dedicato alle Ostetriche ed alle Studentesse di Ostetricia**, è un evento formativo innovativo, un full immersion nella clinica e nella pratica rigorosamente in evidenza scientifica, per favorire un percorso di crescita professionale, ampliare le competenze e progredire nello sviluppo di carriera grazie all'alta qualità e specificità dei contenuti che vengono forniti da Professionisti Specializzati nel settore del Pavimento Pelvico e che mettono in campo il loro Know How.

A tal proposito, i docenti sono tutti **certificati da Cogeaps** e rispondono ai requisiti richiesti dalle norme sia per svolgere la professione che per poter fare docenza e le lezioni sono caratterizzate da una forte connotazione pratica.

Un Executive Master indispensabile che si collocherà come una pietra miliare nel percorso specializzante delle future ostetriche, un **“must”** per chi vuole entrare pronto nell'ambito della **Salute Pelvica Femminile**.

Il percorso è strutturato in moduli ed ha l'obiettivo di fornire al professionista una conoscenza nel campo della prevenzione, della rieducazione dopo il parto e riabilitazione delle disfunzioni pelviche sia del comparto uro-ginecologico che colon-proctologico, per favorire nuove modalità di intervento professionale indirizzate a qualificare i servizi proposti.

L'Executive Master è a numero chiuso. Nel caso in cui il numero degli iscritti superi il numero dei posti disponibili, verrà stilata una graduatoria di merito elaborata sulla base dei titoli posseduti e dell'ordine cronologico di iscrizione con regolare versamento della quota d'iscrizione. Ogni variazione decisa dal Direttore dell'Executive Master sarà comunicata ai partecipanti.

L'iscrizione all'Executive Master è compatibile con la contemporanea iscrizione ad altro Master.

Sede di svolgimento:

* in videoconferenza la parte teorica

* in presenza la parte pratica con moduli con visita su modella, laboratori pratici, expertizzazione casi clinici e tavolo tecnico con elettromedicali.

Da questa edizione è stata aggiunta una **sessione pratica di ginnastica ipopressiva base** che fornisce l'accesso a ipopressiva advanced.

**la parte pratica si svolgerà a MILANO; valuteremo alla scadenza delle iscrizioni, la realizzazione di una parte pratica nelle nostre sedi formative di PADOVA, ROMA e NAPOLI in base al numero delle partecipanti.

Le lezioni: si terranno come da programma

Orario: 9.30 - 17.30 (13.00-14.00 pausa)

Inizio del master: 16 Marzo 2024

Scadenza iscrizioni: 11 Marzo 2024

ECM: 40 C.F.

Costo: € 2950,00

Frequenza: assenze previste come da ECM

Le indicazioni del versamento della quota, anche rateizzata, sono specificate nella scheda di iscrizione.

Titolo rilasciato dall'Executive Master: certificazione di "Ostetrica esperta in salute pelvica della donna: prevenzione, rieducazione post parto, riabilitazione del pavimento pelvico femminile"

➡ **N.B.:** per le professioniste che hanno frequentato il percorso **Alta Formazione Midwifery Pelvic Floor Education** 1°, 2°, 3° livello, è possibile partecipare all'Executive Master per completare il percorso di studio presentando gli attestati dei livelli suddetti, chiedendo le modalità di partecipazione a segreteria@formazioneostetrica.com

La quota di iscrizione da diritto:

- alla partecipazione alle giornate formative teoriche e pratiche
- al materiale didattico disponibile
- al titolo di Executive Master: **certificazione di "Ostetrica esperta in salute pelvica della donna: prevenzione, rieducazione post parto, riabilitazione del pavimento pelvico femminile"**

Direttore dell'Executive Master: Antonella Marchi

Certification Board: A. Marchi, F. Ferracane, V. Masi, M. Zoppè.

Informazioni/Iscrizioni Segreteria Organizzativa:

segreteria@formazioneostetrica.com

Al termine del Master, i discenti dovranno presentare un elaborato da inviare alla segreteria in formato elettronico entro il 6 Maggio 2024, che sarà valutato per l'assegnazione del voto e la consegna del titolo di Executive Master: **certificazione di "Ostetrica esperta in salute pelvica della donna: prevenzione, rieducazione post parto, riabilitazione del pavimento pelvico femminile"**

MODULI

16 Marzo 2024 videoconferenza 1° modulo

PERINEO LA PORTA DEL TEMPIO FEMMINILE. PREPARARE IL PAVIMENTO PELVICO AL PARTO, PROTEGGERLO DURANTE IL PERIODO ESPULSIVO.

Docente: Dr.ssa Antonella Marchi, Ostetrica esperta in prevenzione e rieducazione funzionale post parto del pavimento pelvico

22 Marzo 2024 videoconferenza 2° modulo

RIEDUCARE IL PAVIMENTO PELVICO NEL DOPO PARTO. LA COMPETENZA IN PERINEAL CARE IN OSTETRICIA.

Docente: Dr.ssa Antonella Marchi, Ostetrica esperta in prevenzione e rieducazione funzionale post parto del pavimento pelvico

CORRETTA NUTRIZIONE NELLE DISFUNZIONI PELVICHE

Docente: Dott.ssa Valentina Masi, dietista

25 Marzo 2024 videoconferenza 3° modulo

LE DISFUNZIONI DEL PAVIMENTO PELVICO. ESAME CLINICO PELVI-PERINEALE PER LA VALUTAZIONE DEL PAVIMENTO PELVICO FEMMINILE. LAVORO AMBULATORIALE E GESTIONE CLINICA.

Docente: Dr.ssa Filomena Ferracane, Ostetrica con specializzazione pavimento pelvico e ginnastica addominale ipopressiva.

26 Marzo 2024 videoconferenza 4° modulo

PROGETTO RIABILITATIVO PER LE DISFUNZIONI DEL PAVIMENTO PELVICO CON INQUADRAMENTO DIAGNOSTICO E IMPOSTAZIONE TERAPEUTICA. FISIOPATOLOGIA DEL DOLORE PELVICO.

Docente: Dr.ssa Filomena Ferracane, Ostetrica con specializzazione pavimento pelvico e ginnastica addominale ipopressiva.

18 Aprile 2024 videoconferenza 5° modulo

APPROCCIO ALL'OSTEOPATIA NELLE DISFUNZIONI PELVICHE CON SESSIONE PRATICA OSSERVAZIONALE.

ATTIVITA' AMBULATORIALE DEDICATA ALLE PAZIENTI CON DOLORE PELVICO CRONICO.

Docente: D.O. Melissa Zoppè, osteopata e massofisioterapista

Docente: Dr.ssa Filomena Ferracane, Ostetrica con specializzazione pavimento pelvico e ginnastica addominale ipopressiva.

19 Aprile 2024 videoconferenza 6° modulo

LA RIABILITAZIONE DELLE DISFUNZIONI COLOPROCTOLOGICHE. EXPERTIZZAZIONE SU CASI CLINICI UROGINECOLOGICI E COLONPROCTOLOGICI CON COMPILAZIONE DI DOCUMENTAZIONE CLINICA.

Docente: Dr.ssa Filomena Ferracane, Ostetrica con specializzazione pavimento pelvico e ginnastica addominale ipopressiva.

20 Aprile 2024 videoconferenza 7° modulo

L'OSTETRICA E LA GINNASTICA IPOPRESSIVA PER IL RECUPERO DELLA FUNZIONALITA' DEI MUSCOLI DELLA FASCIA ADDOMINALE, DEL PAVIMENTO PELVICO E DELLA POSTURA. LABORATORIO PRATICO INDIVIDUALE. (Entry Level)

Docente: Dr.ssa Filomena Ferracane, Ostetrica con specializzazione pavimento pelvico e ginnastica addominale ipopressiva.

18 Maggio 2024 in presenza

SESSIONE PRATICA INDIVIDUALE POST PARTO: PROPRIOCEZIONE E CONSAPEVOLEZZA DEL PAVIMENTO PELVICO.

Docente: Dr.ssa Antonella Marchi, Ostetrica esperta in prevenzione e rieducazione funzionale post parto del pavimento pelvico

SESSIONE PRATICA INDIVIDUALE DI GINNASTICA IPOPRESSIVA

Docente: Dr.ssa Antonella Marchi, Ostetrica esperta in prevenzione e rieducazione funzionale post parto del pavimento pelvico

Docente: Dr.ssa Filomena Ferracane, Ostetrica con specializzazione pavimento pelvico e ginnastica addominale ipopressiva.

19 Maggio 2024 in presenza

SESSIONE PRATICA VISITA UROGINECOLOGICA E COLONPROCTOLOGICA SU MODELLA

Docente: Dr.ssa Antonella Marchi, Ostetrica esperta in prevenzione e rieducazione funzionale post parto del pavimento pelvico

Docente: Dr.ssa Filomena Ferracane, Ostetrica con specializzazione pavimento pelvico e ginnastica addominale ipopressiva.

Obiettivi formativi dei moduli

- educare alla corretta respirazione
- conoscere l'anatomia del tratto uro-ginecologico e colon-proctologico con le rispettive funzioni
- conoscere la fisiologia della minzione e della defecazione
- promuovere un programma di preparazione del pavimento pelvico in gravidanza in previsione del parto
- promuovere la prevenzione per la salute perineale in gravidanza, travaglio e parto, puerperio, climaterio e menopausa
- educare la donna in gravidanza e nel dopo parto a vivere il piacere della sessualità
- diagnosticare durante la visita le donne che hanno subito abusi sessuali per prevenire problematiche durante il parto e proteggere i tessuti dei comparti anteriore e posteriore
- utilizzare il counselling individuale per valutare i traumi ostetrici fisici e le sofferenze psico-emozionali derivanti (immobilizzazione del bacino, manipolazione dei genitali, episiotomia, kristeller, taglio cesareo, violenza ostetrica, altro)
- promuovere un programma di rieducazione del pavimento pelvico dopo parto in ambulatorio, con lavoro domiciliare e successivo follow up
- conoscere le Raccomandazioni A.I.O. per le professioniste ostetriche che lavorano sul pavimento pelvico
- conoscere le diverse patologie correlate al pavimento pelvico:
 - incontinenza urinaria da sforzo
 - sindrome urgenza-frequenza
 - definizione e classificazione dei prolassi
 - definizione e classificazione dolore pelvico cronico
 - stipsi

- incontinenza anale
- acquisire le tecniche riabilitative in caso di disfunzioni pelvi-perineali:
 - fisiochinesiterapia (FKT)
 - elettrostimolazione funzionale (SEF)
 - elettroterapia antalgica (TENS)
 - stimolazione del nervo tibiale posteriore (TTNS)
 - tecniche di biofeedback (BFB)
 - training muscolare del pavimento pelvico (PMFT)
 - radiofrequenza
 - ossigeno terapia
 - ultrasuoni e terapie mediche (laserterapia, infiltrazioni, tipologia degli interventi chirurgici principali)
 - manovre esterne per trattare il dolore pelvico cronico
 - insegnare l'auto trattamento domiciliare
- saper promuovere il cambiamento degli stili di vita quotidiani
- pianificare il trattamento riabilitativo nelle disfunzioni pelvi-perineali abbinato al trattamento domiciliare e successivi follow-up
- conoscere l'anatomia e fisiologia del tratto colon-ano-rettale e le rispettive funzioni
- conoscere l'anatomia del complesso sfinterico liscio e striato (sfintere anale interno e sfintere anale esterno) e le rispettive funzioni
- conoscere i meccanismi della continenza anale
- saper valutare il rettocele ed il colpocele posteriore
- conoscere la fisiopatologia della stipsi
- conoscere il muscolo pubo-rettale e la dissinergia pelvi-perineale
- conoscere il massaggio colico
- conoscere la terapia manuale
- conoscere le tecniche per la rieducazione dello stimolo defecatorio
- conoscere la fisiopatologia dell'incontinenza anale
- saper raccomandare consigli utili alla paziente in caso di incontinenza anale
- pianificare il progetto riabilitativo della stipsi e dell'incontinenza anale e il trattamento domiciliare con successivi follow-up
- conoscere i principi osteopatici ed i campi di applicazione
- comprendere quando e come l'osteopatia può supportare e facilitare i risultati di un lavoro sul pavimento pelvico
- acquisire test di valutazione e palpazione per riconoscere possibili disfunzioni osteopatiche della pelvi da poter inviare all'osteopata
- conoscere i principi osteopatici al fine di inviare correttamente la paziente a un'osteopata
- saper osservare la postura della paziente in ortostatismo e in clinostatismo
- saper eseguire test dinamici per la valutazione della colonna vertebrale e del bacino

- saper eseguire test osteopatici sul bacino
- saper eseguire test palpatori sulle articolazioni del bacino
- conoscere le basi della nutrizione e dei macronutrienti
- conoscere i macronutrienti, le loro funzioni e in quali alimenti poterli reperire
- proporre consigli nutrizionali per promuovere la salute del pavimento pelvico in casi di stitichezza, dolore pelvico cronico, infezioni vescicali e vaginali
- conoscere ed applicare la ginnastica ipopressiva per recuperare la diastasi addominale e altre patologie pelviche e di postura
- conoscere gli spazi professionali entro cui muoversi per rispettare le competenze degli altri professionisti e quindi il tema della responsabilità professionale

Contenuti

- vedi programma dettagliato.

Destinatari

Ostetriche dipendenti di aziende sanitarie pubbliche e private, libere professioniste, Studentesse del corso di Laurea di Ostetricia.

Strumenti di verifica della presenza dei discenti: il sistema webinar utilizzato permette di verificare la presenza del professionista nell'aula virtuale.

Test finale: presentazione di una tesina su tema a scelta tra quelli studiati nel programma del master.

Metodo didattico: videoconferenza e sessioni pratiche di lavoro individuale, di gruppo e su modella.

Supporti alla didattica: videoproiettore e PC con collegamento Internet in dotazione all'aula per la "ricerca"

Strumenti didattici: presentazione in formato Power-Point

Materiale didattico

Ai partecipanti verrà fornito materiale bibliografico, articoli rilevanti della letteratura scientifica ed eventuali studi clinici scelti dal docente, EBM aggiornate.

Docenti

Dott.ssa Antonella Marchi, Ostetrica esperta in prevenzione in gravidanza e rieducazione funzionale del post parto del pavimento pelvico.

Dott.ssa Filomena Ferracane, Ostetrica con specializzazione pavimento pelvico e ginnastica addominale ipopressiva.

D.O. Melissa Zoppè, Osteopata e Massofisioterapista.

Dott.ssa Valentina Masi, Dietista con laurea magistrale.

PROGRAMMA 1° modulo

PERINEO LA PORTA DEL TEMPIO FEMMINILE. PREPARARE IL PAVIMENTO PELVICO AL PARTO, PROTEGGERLO DURANTE IL PERIODO ESPULSIVO.

9.30 - 17.30 (13.00-14.00 pausa pranzo)

- Il bacino nel ciclo vitale femminile: anatomia e fisiologia del bacino e dei muscoli dimenticati!
- Il perineo anteriore e posteriore: funzioni ed istinti primitivi
- Il ruolo del coccige e dell'osso sacro: nutazione e contro nutazione
- Come accorgersi che qualcosa non va.
- Ciclo fisiologico della minzione
- Ciclo fisiologico della defecazione
- Vaginismo e anismo da abusi sessuali: come diagnosticarli per prevenire problematiche durante il parto e come e con quali professionisti intervenire
- Traumatismo pregresso e presa in carico
- La prevenzione per la salute perineale in gravidanza, travaglio e parto:
 - protocollo operativo in gravidanza e preparazione al parto: favorire il processo di apertura
 - indicazioni OMS e ICS
 - posture corrette per una sana respirazione
 - Perineal Card AIO: valutazione del rischio perineale; prevenzione primaria, secondaria e terziaria messa in atto dall'ostetrica
 - evitare procedure ostetriche dannose: immobilizzazione del bacino, manipolazione dei genitali e del perineo, episiotomia, kristeller, altro
 - le posizioni in travaglio di parto: evitare danni al bambino ed agli sfinteri
 - la spinta nelle posizioni verticali ed orizzontale: quali le più idonee per proteggere il pavimento pelvico
 - Evidence Based Medicine (EBM) sulle posizioni 2014-2015
 - l'assistenza ostetrica conservativa della fase espulsiva; rispettare la fisiologia del parto per:
 - prevenire i danni sul pavimento pelvico
 - prevenire disturbi della sessualità dopo il parto

Debriefing di gruppo e chiusura dei lavori

PROGRAMMA 2° modulo

RIEDUCARE IL PAVIMENTO PELVICO NEL DOPO PARTO. LA COMPETENZA IN PERINEAL CARE IN OSTETRICIA. CORRETTA NUTRIZIONE NELLE DISFUNZIONI PELVICHE

9.30 - 17.30 (13.00-14.00 pausa pranzo)

RIEDUCARE IL PAVIMENTO PELVICO NEL DOPO PARTO. LA COMPETENZA IN PERINEAL CARE IN OSTETRICIA.

9.30 - 13.00

- Cenni del danno perineale, conseguenze a breve e lungo termine
- Protocollo operativo nel puerperio: favorire il processo di chiusura per la salute perineale
 - competenze dell'Ostetrica durante il post partum/puerperio per la salute pelvica
 - quando iniziare a rieducare il pavimento pelvico dopo il parto?
 - quando è corretto offrire la riabilitazione?
 - competenze perineali dell'Ostetrica prima della dimissione o a domicilio
 - rieducazione perineale nel dopo parto
 - feed back tattile, feed back visivo, training automazione
 - rieducazione perineale attraverso l'orgasmo: la sessualità felice e soddisfacente nel dopo parto
 - posizione corretta per portare il bambino
 - pianificare un programma di chiusura del bacino:
 - terapia domiciliare in 4 fasi
 - follow up
 - sedute in ambulatorio e incontri di gruppo
 - Raccomandazioni A.I.O. per professioniste ostetriche che lavorano sul pavimento pelvico

CORRETTA NUTRIZIONE NELLE DISFUNZIONI PELVICHE

14.00-17.30 **DIETISTA**

- Le basi della nutrizione
 - introduzione generale ai macronutrienti: carboidrati, proteine e grassi
 - quali sono le loro funzioni e quali sono le fonti alimentari in cui trovarli
- Linee guida per una sana alimentazione
 - definizione dei principi generali alla base di un'alimentazione equilibrata, con riferimento alle frequenze di consumo di vari alimenti e alla qualità dei cibi scelti

- L'obesità e le disfunzioni del pavimento pelvico
 - panoramica sull'obesità e sulle sue conseguenze in generale sulla salute e nello specifico sul pavimento pelvico
- La dieta come soluzione antinfiammatoria
 - inquadramento dell'infiammazione cronica sistemica e di come lo stile di vita influisca su di essa
 - definizione dei principi alla base della dieta antinfiammatoria
- Accorgimenti dietetici per le problematiche pelviche
 - consigli nutrizionali pratici per promuovere la salute del pavimento pelvico, con focus specifico su:
 - stitichezza
 - dolore pelvico cronico
 - vulvodinia
 - infezioni vescicali
 - infezioni vaginali

Debriefing di gruppo e chiusura dei lavori

PROGRAMMA 3° modulo
LE DISFUNZIONI DEL PAVIMENTO PELVICO.
ESAME CLINICO PELVI-PERINEALE PER LA VALUTAZIONE
DEL PAVIMENTO PELVICO FEMMINILE.
LAVORO AMBULATORIALE E GESTIONE CLINICA.

9.30 - 17.30 (13.00-14.00 pausa pranzo)

- Panoramica delle principali patologie del pavimento pelvico:
 - fisiopatologia e fattori di rischio
 - definizione di ipotono e di ipertono
 - incontinenza urinaria: definizione e classificazione
 - incontinenza urinaria da sforzo (IUS)
 - incontinenza urinaria da urgenza (IUU)
 - incontinenza urinaria mista
 - vescica iperattiva
 - ritenzione urinaria
- Definizione e classificazione del prolasso degli organi pelvici (POP):
 - colpocele anteriore (o cistocele)
 - colpocele posteriore (o rettocele)
 - uretrocele
 - enterocele
 - isterocele
 - prolasso di cupola

- Definizione del dolore pelvico
- Classificazione di dolore pelvico acuto e cronico
- Esame clinico pelvi-perineale per la valutazione del pavimento pelvico:
 - esame obiettivo:
 - osservazione dei genitali (trofismo, colore, cicatrici)
 - osservazione e misurazione della beanza vulvare
 - misurazione della distanza ano-vulvare
 - osservazione del nucleo fibroso centrale (NFC)
 - osservazione alla richiesta di contrazione
 - inversione di comando
 - valutazione del pattern respiratorio
 - balonnement addominale
 - sinergie muscolari
 - valutazione della ipermobilità uretrale
 - stress test
 - valutazione neurologica: riconoscimento dei riflessi fisiologici
 - riflesso ano-cutaneo o anale (anal wink)
 - riflesso bulbocavernoso o ano-clitorideo
 - valutazione del nucleo fibroso centrale (NFC)
 - riflesso addomino-perineale
 - valutazione della sensibilità (swab test)
 - valutazione muscolare esterna del pavimento pelvico
 - muscolo trasverso superficiale del perineo
 - tonicità del nucleo fibroso centrale
 - muscolo bulbo cavernoso
 - muscolo ischio coccigeo
 - muscolo ischio cavernoso
 - valutazione muscolare interna del pavimento pelvico
 - muscolo pubococcigeo
 - muscolo puborettale
 - muscolo ischio coccigeo
 - muscolo ileo coccigeo
 - muscolo trasverso profondo
 - muscolo otturatore interno
 - muscolo piriforme
 - PC test fasico, tonico e affaticabilità
 - valutazione della statica pelvica: individuazione dei prolapsi uro-genitali
 - valutazione posturale del bacino e modificazioni patologiche
- Recupero funzionale nell'incontinenza urinaria da sforzo e nella sindrome da urgenza-frequenza: ricercare le cause per la programmazione di un trattamento riabilitativo efficace

- Aprire un ambulatorio di prevenzione, rieducazione e riabilitazione del pavimento pelvico:
 - organizzazione, materiale, social media, pubblicità
- Il lavoro ambulatoriale e la gestione clinica: anamnesi e corretto counselling con la paziente (spiegazione anatomica con modellino pelvico)
- Programmazione del trattamento riabilitativo:
 - tipi di trattamento
 - rapporto costi/benefici
 - stabilire il numero di sedute necessarie
 - organizzare le sedute di trattamento
 - pianificare il lavoro domiciliare e successivi follow-up
- Linee guida ICI 2009 e ICS 2017
- Schede di lavoro AIO-GOIPP:
 - informativa al trattamento sanitario, consenso informato, perineal card, cartella clinica, scheda delle sedute, diario minzionale, diario defecatorio, schede di valutazione del pavimento pelvico in gravidanza, schede di valutazione del pavimento pelvico al pap-test, scheda di valutazione perineale in climaterio e menopausa, questionario dei disturbi urinari nella donna, indice della funzione sessuale femminile, questionario di valutazione pre e post trattamento riabilitativo perineale
- Raccomandazioni Pavimento Pelvico (AIO-GOIPP) per la professionista ostetrica di prevenzione, cura e trattamento delle disfunzioni del pavimento pelvico nella donna

Debriefing di gruppo e chiusura dei lavori

PROGRAMMA 4° modulo

PROGETTO RIABILITATIVO PER LE DISFUNZIONI DEL PAVIMENTO PELVICO CON INQUADRAMENTO DIAGNOSTICO E IMPOSTAZIONE TERAPEUTICA. FISIOPATOLOGIA DEL DOLORE PELVICO.

9.30 - 17.30 (13.00-14.00 pausa pranzo)

- Tecniche riabilitative utilizzabili per le disfunzioni pelvi-perineali:
 - terapia manuale pelvica di rinforzo e decontratturante
 - fisiochinesiterapia (FKT)
 - le tecniche di biofeedback (BFB manometrico ed elettromiografico):
meccanismo di azione e utilizzo per rinforzo e non relaxing pelvic floor
 - training muscolare del pavimento pelvico (PMFT)
 - la stimolazione elettrica funzionale (SEF)
 - elettroterapia antalgica (TENS)

- stimolazione del nervo tibiale posteriore (TTNS)
- programmazione pratica dei vari parametri (frequenza, durata d'impulso, tempi di lavoro, tempi di riposo, tempi di salita, tempi di discesa, forma dell'onda, altro) su vari tipi di elettrostimolatori
- radiofrequenza: campi di applicazione e meccanismo di azione
- ossigeno terapia

- Dispositivi domiciliari per l'auto-trattamento da insegnare alla paziente:
 - coni vaginali
 - dilatatori vaginali
 - sonda vaginale non relaxing pelvic floor
 - pessari cilindrici e cubici

- Principali tecniche mediche:
 - chirurgiche
 - infiltrative
 - laser
 - tossina botulinica

- Fisiopatologia del dolore pelvico:
 - definizione e classificazione di dolore pelvico
 - dolore nocicettivo e dolore neuropatico
 - fibre nervose coinvolte nel dolore pelvico
 - come avviene la trasmissione del dolore
 - dolore da disfunzioni sessuali femminili:
 - dispareunia
 - vaginismo
 - vestibulite
 - dolore da disfunzione muscolare:
 - vulvodinia
 - dolore neuropatico
 - cistite interstiziale
 - endometriosi pelvica
 - vescica iperattiva
 - sindrome dell'elevatore dell'ano
 - coccigodinia
 - sindrome del muscolo piriforme
 - neuropatia del pudendo: definizione e diagnosi
 - vulvodinia e correlazione con la neuropatia del nervo pudendo

Debriefing di gruppo e chiusura dei lavori

**APPROCCIO ALL'OSTEOPATIA NELLE DISFUNZIONI PELVICHE
CON SESSIONE PRATICA OSSERVAZIONALE.
ATTIVITA' AMBULATORIALE DEDICATA ALLE PAZIENTI
CON DOLORE PELVICO CRONICO.**

9.30 - 17.30 (13.00-14.00 pausa pranzo)

**APPROCCIO ALL'OSTEOPATIA NELLE DISFUNZIONI PELVICHE
CON SESSIONE PRATICA OSSERVAZIONALE.**

9.30 - 13.00 **OSTEOPATA**

- Introduzione: cos'è l'osteopatia
- Principi osteopatici e campi di applicazione
- Osteopatia applicata alle problematiche della pelvi
- Come fare un'anamnesi completa per capire quando è necessario inviare la paziente dall'osteopata

SESSIONE PRATICA OSSERVAZIONALE DI TECNICHE OSTEOPATICHE

- Osservazione della paziente in ortostatismo e clinostatismo
- Test dinamici per valutare la colonna vertebrale e il bacino
- Test osteopatici sul bacino (TFE, Downing test, Pelvic Roll)
- Test palpatori base sulle articolazioni del bacino (sacro, ossa iliache, coccige)

**ATTIVITA' AMBULATORIALE DEDICATA ALLE PAZIENTI
CON DOLORE PELVICO CRONICO.**

14.00-17.30

- Attività ambulatoriale dedicata alla paziente con dolore pelvico cronico:
 - anamnesi
 - esame obiettivo
 - test per la valutazione e la diagnosi differenziale
- Valutazione e trattamento delle varie componenti muscolari e ossee della pelvi:
 - Piriforme
 - Otturatore interno
 - Trasverso superficiale del perineo
 - Ischiococcigeo e Ileococcigeo
 - Psoas

- Trasversi addominali
- Sinfisi pubica
- Sacro e coccige
- Iper tono del pavimento pelvico e ripercussioni sintomatologiche
- Tecniche manuali per la ricerca e la rimozione dei trigger point
- Insegnare alle pazienti con dolore pelvico cronico l'auto-massaggio perineale
- Applicazione dell'elettroterapia antalgica (TENS) nel dolore pelvico cronico
- Stimolazione del nervo tibiale posteriore (TTNS)
- Stimolazione sacrale
- Stimolazione sovra-pubica
- Stretching perineale

Debriefing di gruppo e chiusura dei lavori

PROGRAMMA 6° modulo
LA RIABILITAZIONE DELLE DISFUNZIONI COLOPROCTOLOGICHE.
EXPERTIZZAZIONE SU CASI CLINICI
UROGINECOLOGICI E COLONPROCTOLOGICI
CON COMPILAZIONE DI DOCUMENTAZIONE CLINICA.

9.30 - 17.30 (13.00-14.00 pausa pranzo)

9.30 - 13.00

- Anatomia e fisiologia del tratto colon-ano-rettale
- Anatomia del complesso sfinterico liscio e striato (sfintere anale interno SAI; sfintere anale esterno SAE)
- I meccanismi della continenza anale
- Riflesso retto anale inibitorio (RAIR) e riflesso eccitatore retto anale (RIRA)
- Fattori che influenzano la continenza fecale:
 - anatomia e funzione del SAI
 - anatomia e funzione del SAE
 - integrità anatomica e funzionale del meccanismo sfinteriale
 - zona ano-rettale ad alta pressione
 - integrità anatomo-funzionale dei muscoli del pavimento pelvico
 - angolo ano-rettale
 - contrazione paradossa del muscolo pubo-rettale
 - motilità intestinale
 - riflessi anali
 - sensibilità rettale
 - compliance e proprietà del retto
 - consistenza delle feci

- integrità dei nervi del pavimento pelvico
- Fisiologia della continenza fecale
- Fisiologia dell'evacuazione

- Principali patologie e disfunzioni colon-proctologiche:
 - la stipsi: definizione e classificazione
 - stipsi da rallentato transito e defecazione ostruita
 - stipsi cronica idiopatica: definizione e sintomi
 - incontinenza anale: definizione e cause
 - incontinenza ai gas
 - incontinenza fecale e difetti sfinteriali
 - incontinenza anale e difetti neurologici
 - il muscolo pubo-rettale e la dissinergia pelvi-perineale
 - anismo
 - prolasso del retto: definizione, classificazione e sintomi
 - sindrome emorroidaria e ragadi anali: definizione e classificazione
- Soiling: definizione

- Diagnosi medica delle disfunzioni del pavimento pelvico posteriore:
 - manometria ano-rettale
 - defecografia e perineografia
 - ecografia transperineale
 - ecografia tranrettale
 - elettromiografia anale
 - tempi di transito intestinale

- Le principali tecniche riabilitative nelle disfunzioni ano-rettali:
 - terapia manuale pelvica decontratturante
 - fisiokinesiterapia (FKT)
 - le tecniche di biofeedback (BFB manometrico)
 - stimolazione elettrica funzionale (SEF)
 - elettroterapia antalgica (TENS)
 - radiofrequenza
 - ausili nella riabilitazione colon-proctologica: sonde e dilatatori anali
- Programmazione del trattamento riabilitativo della stipsi, dell'incontinenza anale, del rettocele e trattamento domiciliare con successivi follow-up
- Consigli utili alla paziente in caso di incontinenza anale

14.00-17.30

LABORATORIO CON SIMULAZIONE DELLA DOCENTE

- Corretta spinta defecatoria: simulazione dell'educazione defecatoria (durante la visita su modella, sarà sperimentato l'utilizzo dello sgabello)
- Massaggio colico
- Terapia manuale

PROCEDURA CORRETTA PER ESEGUIRE LA VISITA

Le partecipanti avranno modo di apprendere come eseguire la visita anale:

- osservazione dell'orifizio anale e dei margini anali
- valutazione dell'orifizio anale e dei margini anali
- valutazione della sensibilità anale
- valutazione dello sfintere anale esterno
- valutazione dello sfintere anale interno: ricerca della presenza di emorroidi
- valutazione del canale anale
- valutazione del muscolo pubo-rettale
- valutazione della mobilità del coccige
- valutazione del muscolo piriforme
- valutazione del muscolo otturatore
- valutazione delle dissinergie pelvi-perineali
- valutazione colpocele posteriore o rettocele

EXPERTIZZAZIONE SU CASI CLINICI

Studio di n. 2 casi clinici:

- uroginecologico con tutor clinico
- colonproctologico con tutor clinico

Compilazione di:

- cartella clinica anamnestica GOIPP-AIO e diario minzionale uroginecologico
- cartella clinica anamnestica GOIPP-AIO e diario defecatorio colon-proctologico

(il discente dovrà portare due copie in forma cartacea della cartella clinica, n. 2 diario minzionale, n. 2 diario defecatorio)

Debriefing di gruppo e chiusura dei lavori

PROGRAMMA 7° modulo
L'OSTETRICA E LA GINNASTICA IPOPRESSIVA
PER IL RECUPERO DELLA FUNZIONALITA' DEI MUSCOLI
DELLA FASCIA ADDOMINALE, DEL PAVIMENTO PELVICO E
DELLA POSTURA. Entry Level
(laboratorio pratico individuale)

9.30 - 17.30 (13.00-14.00 pausa pranzo)

- Introduzione alla ginnastica ipopressiva
- Il metodo ipopressivo
 - come nasce
 - la tecnica respiratoria
 - il vuoto addominale
- Struttura teorica del metodo ipopressivo
 - il diaframma
 - la pressione intra addominale
 - il concetto di rieducazione e respirazione
 - la fascia e il miofasciale
 - il concetto di tensintegrità
 - la struttura della fascia
 - la classificazione della fascia
 - le catene miofasciali
 - superficial back line
 - lateral line
 - superficial front line
 - deep front line
 - spiral line
 - arms line
 - la neurodinamica
 - la neuroeducazione
 - i benefici e le controindicazioni
- Primo approccio terapeutico alla paziente
 - la valutazione della paziente: anamnesi e test
 - valutazione degli addominali, perineo e core
 - valutazione della diastasi
 - valutazione della funzione respiratoria
 - mobilità sternale
 - ampiezza toracica
 - valutazione del diaframma
 - schema respiratorio funzionale o disfunzionale
- Primi esercizi preparatori
 - postura e respirazione
 - le basi della postura
 - anatomia respiratoria
 - la respirazione latero-costale
 - la tecnica del vuoto addominale
 - la respirazione ipopressiva

- Come preparare la muscolatura toracica alla respirazione toracica: muscolo grandentato e muscolatura intercostale
 - ritrazione e protrazione
 - esercizi di stabilizzazione scapolare

LABORATORIO PRATICO INDIVIDUALE

Laboratorio esperienziale sulla base della respirazione diaframmatica e toracica in relazione agli aspetti funzionali del perineo:

- le basi della postura
- il meccanismo della respirazione latero-costale
- la tecnica del vuoto addominale

Materiale occorrente: abbigliamento comodo meglio se con reggiseno che permette la visione del torace, tappetino, asciugamano.

Debriefing di gruppo e chiusura dei lavori

PROGRAMMA 8° modulo

**SESSIONE PRATICA INDIVIDUALE RIEDUCAZIONE POST PARTO:
PROPRIOCEZIONE E CONSAPEVOLEZZA DEL PAVIMENTO PELVICO.**

**NOVITA': SESSIONE PRATICA INDIVIDUALE DI
GINNASTICA IPOPRESSIVA.**

**LABORATORIO PRATICO SU SPINTA DEFECATORIA, MASSAGGIO COLICO,
TERAPIA MANUALE.**

**SESSIONE PRATICA A PICCOLI GRUPPI SU TAVOLO TECNICO
ED ELETTROMEDICALI.**

9.30 - 13.00 (13.00-14.00 pausa pranzo)

9.30 - 13.00

**SESSIONE PRATICA INDIVIDUALE RIEDUCAZIONE POST PARTO:
propriocezione e consapevolezza del pavimento pelvico**

- in piedi ascolto del proprio pavimento pelvico
- respirazione e protezione dalle disfunzioni del pavimento pelvico: correggiamo il respiro e la nostra postura
- feed back tattile: conoscere il perineo con le mani (da effettuare a casa e scrivere un diario su cosa ho sentito)

- feed back visivo: conoscere il perineo con lo specchio (da effettuare a casa e scrivere un diario su cosa ho visto)
- esercizi di propriocezione e presa di coscienza
- esercizio di contrazione superficiale della vagina e rilassamento
- esercizio di contrazione profonda della vagina e rilassamento
- esercizi di consapevolezza e di preparazione al parto:
 - esercizi dalla fine del 2° trimestre di gravidanza (inizio del 3° trimestre)
 - esercizi per la protezione durante il parto
- ginnastica puerperale: chiusura del bacino nel dopo parto
- esercizi per favorire l'involutione uterina nei primi 3 mesi dopo il parto

Materiale occorrente per la sessione pratica: abbigliamento comodo (meglio se tuta), tappetino, asciugamano, calzini antiscivolo, cuscino.

14,00-17,30

SESSIONE PRATICA INDIVIDUALE DI GINNASTICA IPOPRESSIVA

- postura e respirazione
- le basi della postura
- la respirazione latero-costale
- la tecnica del vuoto addominale
- la respirazione ipopressiva

LABORATORIO PRATICO SU SPINTA DEFECATORIA, MASSAGGIO COLICO, TERAPIA MANUALE

- corretta spinta defecatoria: simulazione dell'educazione defecatoria (durante la visita su modella, sarà sperimentato l'utilizzo dello sgabello)
- massaggio colico
- terapia manuale

SESSIONE PRATICA A PICCOLI GRUPPI SUL TAVOLO TECNICO ED ELETTROMEDICALI

- presentazione di un tavolo di lavoro con tutti i dispositivi e gli strumenti da utilizzare in ambulatorio e a domicilio;
- programmazione pratica dei vari parametri (frequenza, durata d'impulso, tempi di lavoro, tempi di riposo, tempi di salita, tempi di discesa, forma dell'onda, altro) su vari tipi di elettrostimolatori;
- applicazione della stimolazione tibiale posteriore (da provare tutte le partecipanti)

PROGRAMMA 9° modulo
SESSIONE PRATICA
VISITA UROGINECOLOGICA E COLONPROCTOLOGICA
SU MODELLA

9.30 - 13.00 (13.00-14.00 pausa pranzo)

9.30 - 13.00

SESSIONE PRATICA CON TECNICHE MANUALI

VISITA UROGINECOLOGICA SU MODELLA

Le professioniste effettueranno la valutazione della muscolatura superficiale pelvica:

- muscolo trasverso superficiale del perineo
- tonicità del nucleo fibroso centrale
- muscolo bulbo cavernoso
- muscolo ischio coccigeo
- muscolo ischio cavernoso
- muscolo piriforme
- muscolo otturatore
- muscolo iliaco
- valutazione del diaframma

Esame obiettivo:

- osservazione dei genitali (trofismo, colore, cicatrici)
- osservazione e misurazione della beanza vulvare
- misurazione della distanza ano-vulvare
- osservazione del nucleo fibroso centrale (NFC)
- osservazione alla richiesta di contrazione
- inversione di comando
- valutazione del pattern respiratorio
- balonnement addominale
- sinergie muscolari
- valutazione della ipermobilità uretrale
- stress test

Valutazione neurologica: riconoscimento dei riflessi fisiologici

- riflesso ano-cutaneo o anale (anal wink)
- riflesso bulbocavernoso o ano-clitorideo
- valutazione del nucleo fibroso centrale (NFC)

- riflesso addomino-perineale
- valutazione della sensibilità (swab test)

Valutazione muscolare del pavimento pelvico

- muscolo pubococcigeo
- muscolo puborettale
- muscolo ischio coccigeo
- muscolo ileo coccigeo
- muscolo trasverso profondo
- muscolo otturatore interno
- muscolo piriforme
- PC test fasico, tonico e affaticabilità

Valutazione della statica pelvica: individuazione dei prolassi uro-genitali

14,00-17,30

VISITA COLONPROCTOLOGICA SU MODELLA

- osservazione dell'orifizio anale e dei margini anali
- valutazione dell'orifizio anale e dei margini anali
- valutazione della sensibilità anale
- valutazione dello sfintere anale esterno
- valutazione dello sfintere anale interno: ricerca della presenza di emorroidi
- valutazione del canale anale
- valutazione del muscolo pubo-rettale
- valutazione della mobilità del coccige
- valutazione del muscolo piriforme
- valutazione del muscolo otturatore
- valutazione delle dissinergie pelvi-perineali
- valutazione colpocele posteriore o rettocele
- terapia manuale
- massaggio colico

Chiusura dell'Executive Master e informative circa la preparazione dell'elaborato finale