

IL RICONDIZIONAMENTO ALL'ESERCIZIO FISICO NEL PAZIENTE RESPIRATORIO

Roma, 28-29-30 Settembre



La ridotta tolleranza allo sforzo rappresenta spesso il sintomo più importante nei pazienti affetti da patologia respiratoria cronica. Essa può compromettere lo svolgimento delle normali attività della vita quotidiana contribuendo alla progressione della malattia e contribuendo alla creazione di un circolo vizioso progressivamente sempre più difficile da spezzare.

Negli ultimi anni, l'esercizio fisico è considerato uno degli interventi obbligatori nel paziente critico degente in terapia intensiva, che può facilmente andare incontro a debolezza muscolare e decondizionamento fisico.

Il riallenamento allo sforzo, quindi, rappresenta assieme alla la terapia farmacologica un aspetto cruciale nella riabilitazione polmonare, con il più alto grado di evidenza scientifica.

Per impostare adeguatamente un programma di ricondizionamento allo sforzo, si rende necessaria un'attenta valutazione funzionale del soggetto.

Questo corso ha l'obiettivo di affrontare gli aspetti utili per un'attenta valutazione delle capacità dell'individuo e la conoscenza delle eventuali controindicazioni. L'impostazione di un corretto programma di rieducazione all'esercizio fisico a breve e a lungo termine e il monitoraggio nel tempo saranno affrontati integrando un percorso di didattica frontale con esercitazioni pratiche.

Collegli di assodata esperienza presenteranno i test da campo e da laboratorio e le modalità di allenamento, che dovranno essere comunque personalizzati in base alle necessità dell'individuo e al setting di lavoro. Infine, non mancherà lo spazio dedicato alla presentazione e discussione di casi clinici che consentirà di tradurre le conoscenze acquisite in strumenti operativi da applicare nella pratica quotidiana.

1^ GIORNATA			
8.30	9.00	Registrazione partecipanti	
FISIOLOGIA DELL'ESERCIZIO			
9.00	10.30	Fisiologia dell'esercizio: risposta ventilatoria, cardiovascolare, periferica	<i>M. Paneroni</i>
10.30	10.45	PAUSA	<i>M. Paneroni</i>
10.45	12.15	Limitazioni della capacità d'esercizio: limite ventilatorio, alterazione degli scambi gassosi, disfunzione muscolare, altre limitazioni	<i>M. Paneroni</i>
12.15	12.45	Valutazione della dispnea da sforzo	<i>M. Paneroni</i>
12.45	13.45	PRANZO	<i>M. Paneroni</i>
TEST DI VALUTAZIONE DELLA TOLLERANZA ALLO SFORZO			
13.45	14.45	Test da sforzo cardiopolmonare incrementale	<i>M. Paneroni</i>
14.45	15.45	Test a carico costante	<i>M. Paneroni</i>
15.45	16.00	PAUSA	
16.00	17.00	Simulazione di un test da sforzo cardiopolmonare	<i>M. Paneroni</i>
17.00	18.00	Simulazione di un test a carico costante	<i>M. Paneroni</i>
18.00	18.45	Discussione	<i>M. Paneroni</i>
2^ GIORNATA			
I TEST DA CAMPO			
8.00	8.30	Test da campo: 6MWT, ISWT, ESWT	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
8.30	9.00	Altri test da campo per la valutazione della capacità funzionale: SPPB, STS...	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
9.00	9.30	Razionale della scelta del test	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
9.30	10.30	Simulazione dei test da campo	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
10.30	10.45	PAUSA	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>

RAZIONALE E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO			
10.45	11.15	Principi dell'allenamento	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
11.15	11.45	Razionale dell'allenamento di endurance	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
11.45	12.15	Metodologia dell'allenamento di endurance	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
12.45	13.45	PRANZO	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
13.45	14.15	Interval training	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
14.15	14.45	Metodiche per migliorare la performance nel paziente respiratorio: NIV, AIRVO, ossigenoterapia	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
14.45	15.15	Casi clinici	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
15.15	15.30	PAUSA	
ALLENAMENTO DELLA FORZA MUSCOLARE			
15.30	16.00	Razionale dell'allenamento della forza	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
16.00	16.30	Test di valutazione della forza muscolare: dinamometro, 1RM, altre valutazioni	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
16.30	17.00	Metodologia dell'allenamento della forza	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
17.00	17.45	Allenamento degli arti superiori: razionale, valutazione, metodologia di allenamento	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
17.45	18.45	Simulazioni pratiche e discussione	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
3 ^a GIORNATA			
STRATEGIE DI ALLENAMENTO IN CASI PARTICOLARI			
8.00	8.30	Peculiarità dell'allenamento nelle patologie respiratorie	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
8.30	9.00	Allenamento nel paziente critico	
9.00	9.30	Valutazione e allenamento dei muscoli respiratori	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
9.30	10.00	Allenamento dei muscoli respiratori: sì o no?	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
10.00	10.30	Simulazione allenamento dei muscoli respiratori	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
10.30	10.45	PAUSA	
ATTIVITA' FISICA			
10.45	11.15	Come misurare l'attività fisica	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
11.15	11.45	Barriere e facilitatori all'attività fisica	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
11.45	12.15	Strategie di mantenimento e monitoraggio domiciliare	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
12.15	12.45	Simulazione con metabolimetri e discussione	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
12.45	13.45	PRANZO	
CASI CLINICI			
13.45	14.45	Esercitazioni a gruppi: elaborazione di un programma di allenamento	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
14.45	15.15	Discussione dei casi	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
15.15	15.30	Conclusioni	<i>M. Paneroni – C. Simonelli</i>
15.30	15.45	Compilazione ECM	

Sede del corso:

Salvator Mundi international Hospital

Viale delle Mura Gianicolensi, 67

00152 - Roma

**Quota
di partecipazione**

- Soci ARIR: 270,00 € (IVA inclusa)
- Aziende ospedaliere ed Enti pubblici: 330,00 € (esente IVA)
- Non Soci ARIR, Aziende ed Enti privati: 350,00 € (IVA inclusa)

Iscrizioni su www.arirassociazione.org

Segreteria Organizzativa e Provider

Victory Project Congressi Srl

Via Carlo Poma 2 20129 Milano

Tel. 02 89053524 - Fax 02 201395

www.victoryproject.it

Segreteria ARIR

Fax 02 700557594

Segreteria@arirassociazione.org

Crediti ECM

Il corso è in corso di accreditamento presso la commissione nazionale ECM per Fisioterapisti