UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI DI MILANO-BICOCCA

SYLLABUS DEL CORSO

Approccio alle Funzioni di Tolleranza dell'Esercizio Fisico

2324-3-I0201D143-I0201D224M

Obiettivi

- Analizzare il processo di decondizionamento che si instaura come conseguenza di un periodo di allettamento (Bed -Rest) in un soggetto in condizioni patologiche critiche.

- Studio dei meccanismi che portano alle principali modificazioni fisiche e analisi delle variabili che inducono ad un circolo vizioso di decremento dell'attività fisica, ad una aumentata intolleranza allo sforzo fisico, alla riduzione della capacità cardio-vascolare, respiratoria e all'atrofia muscolare.

Contenuti sintetici

Decondizionamento fisico: valutazione, progetto e programma riabilitativo

Programma esteso

-Identificazione delle principali disfunzioni conseguenti al decondizionamento fisico, analisi delle principali patologie coinvolte in questo processo e differenziazione delle fasi acuta, sub-acuta e cronica.
-Analisi dei dati in letteratura, inquadramento del fenomeno nella popolazione post-ictus con identificazione degli effetti primari e secondari della patologia.
-Ricerca evidenza scientifica, nuove acquisizioni e indicazioni pratiche presenti in letteratura per il TR dei soggetti decondizionati: il concetto di fragilità.

-Obiettivi globali e specifici di ogni fase di malattia e declinazione secondo la specificità di ciascuna, previsione dell' intervento riabilitativo.
-Quali strumenti di valutazione globale e specifici sono più indicati, quali i criteri di inclusione ed esclusione.
-Il "quando" ed il "come" dell'intervento riabilitativo secondo le nuove acquisizioni in campo riabilitativo.
-Le nuove proposte terapeutiche in merito all'introduzione dell'esercizio aerobico in rapporto allo sviluppo progressivo di forza muscolare e le ricadute positive sulla qualità di vita.

- Il paziente decondizionato in fase cronica. La dimissione protetta e il rientro al domicilio, la presa in carico sul territorio
- Ottica biopsicosociale. L'importanza del care giver e del contesto ambientale e sociale
- L'approccio al trattamento del paziente cronico al domicilio: lo stato dell'arte.
- proposte riabilitative: dalla telerioabilitazione all'attività fisica adattata.

Prerequisiti

Modalità didattica

Lezioni frontali, discussione di casi clinici in plenaria, lavori in piccolo gruppo in presenza salvo successive diverse disposizioni legate all'emergenza pandemica.

Materiale didattico

Slide del docente

Riferimenti dalla letteratura

Periodo di erogazione dell'insegnamento

primo semestre

Modalità di verifica del profitto e valutazione

Descritto nel syllabus dell'insegnamento

Orario di ricevimento

Su appuntamento

Sustainable Development Goals

SALUTE E BENESSERE