UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI DI MILANO-BICOCCA

# COURSE SYLLABUS

## Seminars 3

**2526-3-I0201D148**

### Obiettivi

RIABILITAZIONE SPORTIVA

Definire le aree di competenza del fisioterapista nell'ambito della prevenzione, riabilitazione e ritorno allo sport in contesto sportivo.
(DdD 1)

Acquisire conoscenze di base sui modelli preventivi, riabilitativi e di ritorno allo sport, con particolare riferimento alle principali problematiche muscoloscheletriche in ambito sportivo, con focus sul giovane atleta.
(DdD 1)

Comprendere gli standard qualitativi di riferimento per la profilazione del rischio di infortunio, lo screening e la valutazione della readiness nel giovane atleta.
(DdD 1)

Sviluppare competenze di base nel supporto al processo decisionale condiviso tra atleta, équipe sanitaria e staff tecnico.
(DdD 2)

### Contenuti sintetici

Introduzione alle competenze del fisioterapista sportivo da linee guida IFSPT

-I modelli preventivi e la profilazione del rischio di infortunio

-Caratteristiche del giovane atleta

-Modalità di screening e valutazione (anamnestica, strutturale, funzionale)

-Modelli di ritorno allo sport e approccio multidisciplinare

## Programma esteso

-Le competenze del fisioterapista sportivo in termini di gestione dell'atleta, promozione di stile di vita sano, formazione professionale, innovazione, pratica clinica EBM.

-Conoscenza dell'evoluzione storica dei modelli preventivi di infortunio, utilizzo base dei dati epidemiologici, indice di rischio generico, indice di rischio individuale.
Conoscenza dei programmi preventivi di base e della loro efficacia.

-Caratteristiche anatomiche, fisiologiche, patofisiologiche e psicologiche del giovane atleta e impatto della specializzazione precoce.

-Proposte teoriche e pratiche di assessment dell'atleta in termini anamnestici, strutturali e funzionali finalizzato alla considerazione della multifattorialità delle eziogenesi degli infortuni.

-Modelli teorici di gestione del percorso riabilitativo dall'infortunio al ritorno allo sport e alla performance sportiva.
Revisione delle evidenze e contestualizzazione in ambito riabilitativo delle pratiche comuni in ambito fisioterapico con dimostrazioni (es. bendaggio funzionale e strategie di recupero).
Condivisione dei ruoli del team medico/performance

-Promozione della policy antidoping sulle linee guida internazionali WADA e linee guida AIS ( Australian Institute of sports).

## Prerequisiti

no

## Modalità didattica

Didattica erogativa 5 ore
Didattica interattiva - attività di pratica clinica 3 ore

## Materiale didattico

*-American College of Sports Medicine. (2000). ACSM's guidelines for exercise testing and prescription. Philadelphia :Lippincott Williams & Wilkins,*

*-Brukner, P., Khan, K., & Brukner, P. (2012). Brukner & Khan's clinical sports medicine. Sydney: McGraw-Hill*

*-Haff, G., & Triplett, N. T. (2016). Essentials of strength training and conditioning. Fourth edition. Champaign, IL: Human Kinetics.*

*-http://ifspt.org/wp-content/uploads/2012/04/SPTCompetenciesStandards-final-draft.pdf*

*-Joyce, D., & Lewindon, D. (2016). Sports injury prevention and rehabilitation: integrating medicine and science for performance solutions. Abingdon, Oxon ; New York, NY: Routledge.*

-Gokeler A, Seil R, Kerkhoffs G, Verhagen E. A novel approach to enhance ACL injury prevention programs. J Exp Orthop. 2018 Jun 18;5(1):22. doi: 10.1186/s40634-018-0137-5. PMID: 29916182; PMCID: PMC6005994.

-James O'Brien, Caroline F. Finch, Ricard Pruna & Alan McCall (2019) A new model for injury prevention in team sports: the Team-sport Injury Prevention (TIP) cycle, Science and Medicine in Football, 3:1, 77-80, DOI:

-Bird, Stephen & Wilson, Greg & O'Connor, Donna & Baker, Daniel & Jones, Julian. (2008). Resistance training for children and youth: A position stand from the Australian Strength and Conditioning Association (ASCA) Part 1. Journal of Australian Strength and Conditioning.. 16. 35-42.

## Periodo di erogazione dell'insegnamento

secondo semestre

## Modalità di verifica del profitto e valutazione

Project work di gruppo

## Orario di ricevimento

su appuntamento

## Sustainable Development Goals

SALUTE E BENESSERE | ISTRUZIONE DI QUALITÁ | PARITÁ DI GENERE