

WEBINAR: IL CAMMINO

INTRODUZIONE

NOME PROGETTO: Il cammino: gold standard dell'attività motoria per adulto e senior.

COMITATO SCIENTIFICO:

- Paolo Boldrini
- Paolo Capodaglio
- Giovanni Antonio Checchia
- Fabrizio Gervasoni
- Franco Molteni

DESCRIZIONE: Il **confinamento** prolungato vissuto negli ultimi mesi, ha avuto un **impatto pesante sulla salute e forma fisica** di anziani ed adulti in genere. Oggi, grazie al de-confinamento che finalmente ci stiamo accingendo ad affrontare, l'**Attività Motoria** prende ancor di più il ruolo di **prima medicina**, per il corpo e per la mente.

In quest'ottica, abbiamo pensato ad un ciclo di **4 seminari** di formazione, con i quali andremo ad affrontare vari aspetti che interessano la pratica quotidiana di tutto il personale medico e paramedico:

- Le ortesi del piede per adulto e senior: scelta dei plantari e delle Scarpe terapeutiche in relazione a patologia, età ed attività fisica
- Il cammino del paziente sovrappeso ed obeso
- L'attività fisica post COVID
- La riabilitazione al cammino del paziente neurologico

FORMAT: Per ogni corso, abbiamo pensato ad un format coinvolgente e formativo così composto:

- 50 minuti di relazioni frontali tematiche
- 40 minuti di casi clinici, discussi in maniera interattiva dagli ospiti

PRIMO WEBINAR

Data: Martedì 26 maggio (dalle 17:30 alle 19:15)

Titolo: Le ortesi del piede per adulto e senior: scelta dei plantari e delle Scarpe terapeutiche in relazione a patologia, età ed attività fisica

Razionale: Con l'avanzare dell'età, il piede va incontro ad una progressiva riduzione della mobilità (limited joint mobility) e cominciano ad instaurarsi delle comorbidità: dall'alluce valgo, all'osteoporosi, a patologie croniche più importanti. Scopri insieme a noi il trattamento migliore.

Presidente moderatore: Paolo Boldrini

Relatori:

- Prof. Paolo Boldrini
- Prof. Lisa Berti
- Dr. Camillo Buratto
- Dr. Giacomo Farì
- Dr. Fabrizio Gervasoni
- Dr. Daniele Simonetti

Relazioni:

- Introduzione
- Fisiopatologia dell'adulto e dell'anziano
- Biomeccanica
- Trattamento ortesico. Key messages.

Casi clinici:

- Fasciti e spine calcaneari
- Adulto attivo
- Piede Diabetico

SECONDO WEBINAR

Data: Martedì 9 giugno (dalle 17:00 alle 18:45)

Titolo: Il cammino del paziente sovrappeso ed obeso.

Razionale: Secondo il rapporto Osservasalute 2016, emerge che, **in Italia**, nel 2015, **più di un terzo** della popolazione adulta (35,3%) **è in sovrappeso**, mentre una persona su dieci è **obesa (9,8%)**; complessivamente, il 45,1% dei soggetti di età ≥ 18 anni è in eccesso ponderale.

L'**attività fisica** è un elemento di assoluta importanza sia nella **prevenzione** che nel trattamento di questa condizione (Capodaglio, 2019), ed è necessario svolgerla con una adeguata preparazione, seguendo specifiche raccomandazioni dei clinici e disponendo di un'attrezzatura adeguata.

Questo webinar affronta i principali **aspetti fisiopatologici e biomeccanici** dell'attività fisica nella persona sovrappeso ed obesa, con particolare riferimento al cammino ed ai training che impegnano gli arti inferiori, nonché i moderni aspetti tecnologici relativi alle calzature idonee allo svolgimento delle attività in piena sicurezza e comfort.

Presidente moderatore: Giovanni Checchia

Relatori:

- Paolo Capodaglio
- Ernesto Andreoli
- Giovanna Beretta
- Camillo Buratto
- Manuela Galli
- Giuseppe Ventura

Relazioni:

- Fisiopatologia e clinica
- Presa in carico riabilitativa
- Alterazione della biomeccanica
- Aspetti riabilitativi
- Trattamento ortesico
- Casi clinici: pre e post-dimagrimento

TERZO WEBINAR

Data: Martedì 23 giugno (dalle 17:30 alle 19:15)

Titolo: L'attività fisica post COVID.

Razionale: Il **confinamento** prolungato vissuto negli ultimi mesi, ha avuto un **impatto pesante sulla salute** e forma fisica di anziani ed adulti in genere. Oggi, grazie al de-confinamento che finalmente ci stiamo accingendo ad affrontare, l'**Attività Motoria** prender ancor di più il ruolo di **prima medicina**, per il corpo e per la mente.

La riabilitazione dei soggetti che hanno patito un ricovero, ma anche di chi ha subito la quarantena, sarà quindi un problema che tutto il Sistema Sanitario si troverà di fronte nei mesi a venire.

Relatori:

- Arnaldo Andreoli
- Stefano Bargellesi
- Camillo Buratto
- Fabrizio Gervasoni
- Francesca Gimigliano
- Maurizio Massucci

Presidente moderatore: Pietro Fiore

Relazioni:

- Decondizionamento fisico e psicologico
- Riabilitazione dei pazienti dopo il ricovero
- I benefici dell'Attività Fisica Adattata del senior e junior senior
- Esercizi fisici dell'anziano in casa e nelle RSA
- Trattamento ortesico
- Casi clinici A.F.A., anziano e adulto attivo

QUARTO WEBINAR

Data: Martedì 7 luglio (dalle 17:30 alle 19:15)

Titolo: La riabilitazione al cammino del paziente neurologico