

## TRAUMA SPORTIVO E RIABILITAZIONE

Corso in partnership con Tecniche Nuove SpA

<b>ID: 5850-310353</b>	<b>27 crediti ECM</b>
<b>Data inizio</b>	15/02/2021
<b>Data fine</b>	14/02/2022
<b>Obiettivo formativo n. 10</b>	Epidemiologia - prevenzione e promozione della salute - diagnostica - tossicologia con acquisizione di nozioni tecnico-professionali
<b>Destinatari</b>	<b>Medici di tutte le specializzazioni, Tecnici ortopedici, Infermieri, Fisioterapisti</b>
<b>Tipologia</b>	FAD con tutoraggio
<b>Struttura</b>	8 moduli didattici in html e pdf scaricabili e pubblicati progressivamente da febbraio 2021 sulla rivista Ortopedici&Sanitari
<b>Durata</b>	18 ore di formazione
<b>Test di apprendimento</b>	A risposta quadrupla e a doppia randomizzazione
<b>Certificato ECM</b>	Si scarica e/o si stampa dopo aver: <ul style="list-style-type: none"> <li>- concluso il percorso formativo;</li> <li>- superato i test di apprendimento previsti considerati validi se almeno il 75% delle risposte risulta corretto.</li> </ul> Ogni test si può sostenere al massimo 5 volte, come previsto dalla normativa Agenas ECM vigente; <ul style="list-style-type: none"> <li>- compilato il questionario della qualità percepita (obbligatorio)</li> </ul>

### OBIETTIVI FORMATIVI

Obiettivo formativo è quello di sviluppare delle competenze e delle conoscenze tecnico-professionali individuali nel settore specifico di attività per le disciplina di appartenenza

### VANTAGGI

L'aggiornamento ECM costituisce la certificazione delle proprie competenze come garanzia di una formazione continua con lo scopo di migliorare le competenze e le abilità cliniche e tecniche.

### PROGRAMMA

#### **Responsabile Scientifico e Tutor: Giuseppe Castoldi**

Laurea in Medicina e Chirurgia e Specialista in Ortopedia e Traumatologia. Direttore U.O.C. di Ortopedia e Traumatologia, ASST di Vimercate, Ospedale di Carate Brianza. Tutor Scuola di Specializzazione in Ortopedia e Traumatologia Università Milano-Bicocca.

#### **Accademia Tecniche Nuove Srl**

Via Eritrea 21, 20157 Milano

Tel: (+39) 0239090440

E-mail: [info@accademiagn.it](mailto:info@accademiagn.it) - [www.accademiagn.it](http://www.accademiagn.it)

Capitale Sociale: € 50.000 i.v. R.E.A. di Milano n. 2059253

C.F. / P.IVA n. 08955100964

#### **Provider ECM ID: 5850**

con accreditamento provvisorio

**Ente di Formazione** accreditato

presso la Regione Lombardia

**ID operatore: 2444108,**

N. iscrizione 1122/2018, Sez. B

SISTEMA DI GESTIONE  
QUALITÀ CERTIFICATO

**CQY**  
CERTIQUALITY

UNI EN ISO 9001:2015

## RAZIONALE

Sempre più persone si avvicinano alla pratica sportiva, per passione o divertimento mentre, per gli atleti, rappresenta una scelta professionale.

I limiti della prestazione sportiva si spostano sempre più in alto, insieme all'evoluzione delle attrezzature sportive ed a cambiamenti dei terreni di gara, con mutamenti nell'incidenza e nella tipologia degli infortuni. La Traumatologia dello Sport è inserita in un contesto di collaborazione multidisciplinare che utilizza i risultati di studi e ricerca applicati ad atleti di livello per poter meglio gestire anche l'atleta amatoriale. Essa ha avuto una crescita progressiva legata sia all'aumento della pratica sportiva che all'incremento dello stress articolare correlabile ai gesti atletici specifici (velocità di esecuzione e di gioco) ed alle caratteristiche degli atleti (aumento di altezza e di massa degli atleti) rispetto al passato.

Potremmo sinteticamente affermare che il trauma sportivo rompe un equilibrio psico-fisico e la riabilitazione si prefigge lo scopo di recuperarlo e cercheremo di declinarlo in alcune tipologie di sport. Abbiamo ritenuto utile, inoltre, focalizzare alcuni aspetti che ampliano il concetto di riabilitazione e adattarlo ai differenti soggetti che si affacciano alla pratica sportiva come pure dare un giusto peso alla nutrizione dello sportivo.

Scopo del corso ECM è quello di presentare alcuni argomenti di questo problema con un riferimento all'evidenza medica attuale.

MODULO DIDATTICO 1

## **ATTIVITÀ FISICA-ATTIVITÀ SPORTIVA**

AUTORE: **EZIO GIANI**

CO-AUTORI: **CHIARA BUSSO, MASSIMO CALABRESE, ANDREA LAURIA**

*Si ringraziano della collaborazione:*

**Alberto Colombo** - Specialista in Medicina dello Sport. Libero professionista CAM SPORT S.R.L.

**Fabrizio Rapuzzi** - Specialista in Medicina dello Sport, Libero professionista CAM SPORT S.R.L.

**ABSTRACT:** La differenza di un gesto atletico è insita nel soggetto che lo esegue: maggior velocità e reattività, miglior precisione, più forza se l'esecutore è un professionista. Calcio, atletica ciclismo pallacanestro possono essere praticati da tutti, ma non tutti hanno lo stesso risultato.

I **professionisti** praticano lo sport come mestiere a cui dedicano tutto il loro impegno e la loro abilità per vincere contro gli avversari, gli **amatoriali** lo esercitano per divertirsi, ma non solo. Tra questi ci sono **agonisti** che gareggiano per vincere, se non altro contro sé stessi, perseguendo la maggior efficienza fisica ma rimanendo in salute; **non agonisti**, che esercitano altre professioni, e si cimentano per divertirsi e mantenersi fisicamente efficienti. Da ultimo coloro che svolgono attività fisica per migliorare alcune patologie come obesità ipertensione e coronaropatia.

Diversi sono gli accertamenti clinici e strumentali a cui sottoporsi.

**Accademia Tecniche Nuove Srl**

Via Eritrea 21, 20157 Milano

Tel: (+39) 0239090440

E-mail: [info@accademiati.it](mailto:info@accademiati.it) - [www.accademiati.it](http://www.accademiati.it)

Capitale Sociale: € 50.000 i.v. R.E.A. di Milano n. 2059253

C.F. / P.IVA n. 08955100964

**Provider ECM ID: 5850**

con accreditamento provvisorio

**Ente di Formazione** accreditato

presso la Regione Lombardia

**ID operatore: 2444108,**

N. iscrizione 1122/2018, Sez. B

SISTEMA DI GESTIONE  
QUALITÀ CERTIFICATO

**CQY**  
CERTIQUALITY

UNI EN ISO 9001:2015

MODULO DIDATTICO 2

## LA TRAUMATOLOGIA DELLO SPORT

AUTORE: **Giuseppe Castoldi**

CO-AUTORI: **CHIARA BUSSO, MASSIMO CALABRESE, ANDREA LAURIA**

**ABSTRACT:** La traumatologia è la branca della medicina che si interessa delle lesioni da traumi: eventi violenti in cui la forza vulnerante danneggia i tessuti perché ne supera il limite di resistenza. Nei casi più gravi, ai danni locali si associa il coinvolgimento delle condizioni generali, per cui si parla di malattia traumatica.

MODULO DIDATTICO 3

## LA RIABILITAZIONE IN AMBITO SPORTIVO

AUTORE: **Marco Monticone**

CO-AUTORI: **CHIARA BUSSO, MASSIMO CALABRESE, ANDREA LAURIA**

**ABSTRACT:** Il modulo illustra l'approccio clinico e riabilitativo alle principali patologie sportive dell'apparato locomotore. In relazione alle più comuni lesioni, acute/subacute e da sovraccarico, si descrive il razionale alla base dell'approccio terapeutico riabilitativo, i componenti dell'intervento riabilitativo (team riabilitativo) e le principali modalità riabilitative a favore delle lesioni sportive, con particolare riguardo alle lesioni osteo-articolari e dei tessuti molli (muscoli, tendini, legamenti). Sono illustrati le tecniche preventive ed educative, i programmi riabilitativi (esercizi specifici, terapia fisica), nonché le possibilità che l'evoluzione tecnologica pone al servizio del riabilitatore. Infine, si illustra un caso esemplificativo di un soggetto che, a seguito di un trauma sportivo, intraprende un percorso riabilitativo.

MODULO DIDATTICO 4

## TRAUMI E RIABILITAZIONE NEL BASKET E NEL CALCIO

AUTORE: **Marco Bigoni**

CO-AUTORI: **CHIARA BUSSO, MASSIMO CALABRESE, ANDREA LAURIA**

**ABSTRACT:** Il primo passo per comprendere le lesioni correlate ad uno sport è quello di identificare l'epidemiologia delle stesse, determinando la loro eziologia e il meccanismo traumatico, diversi a seconda delle discipline prese in esame.

Il calcio e il basket sono gli sport più diffusi e praticati al mondo, sono i primi 2 sport più praticati in Italia, e la loro diffusione ha attirato l'attenzione di clinici e ricercatori nel tentativo di riconoscere, prevenire e trattare le lesioni associate ad essi. La natura del gioco è progressivamente diventata sempre più aggressiva, e la stagione più lunga. Al giorno d'oggi le lesioni correlate sono frequenti a tutti i livelli dalle competizioni amatoriali fino ai campionati professionistici e tipicamente avvengono sia in allenamento che durante le competizioni, durante il contatto tra giocatori o con meccanismi indiretti. Anche il campo, le superfici e gli indumenti sportivi influenzano gli infortuni, altri importanti fattori di rischio sono il ruolo giocato dall'atleta e le sue caratteristiche antropometriche. In questa sezione affronteremo le caratteristiche peculiari di queste 2 discipline sportive nelle diverse età della vita.

**Accademia Tecniche Nuove Srl**

Via Eritrea 21, 20157 Milano

Tel: (+39) 0239090440

E-mail: [info@accademiati.it](mailto:info@accademiati.it) - [www.accademiati.it](http://www.accademiati.it)

Capitale Sociale: € 50.000 i.v. R.E.A. di Milano n. 2059253

C.F. / P.IVA n. 08955100964

**Provider ECM ID: 5850**

*con accreditamento provvisorio*

**Ente di Formazione** accreditato

presso la Regione Lombardia

**ID operatore: 2444108,**

N. iscrizione 1122/2018, Sez. B

SISTEMA DI GESTIONE  
QUALITÀ CERTIFICATO

**CQY**  
CERTIQUALITY

UNI EN ISO 9001:2015

MODULO DIDATTICO 5

## TRAUMI E RIABILITAZIONE NELLO SCI E NEL NUOTO

AUTORE: **Marco Bigoni**

CO-AUTORI: **CHIARA BUSSO, MASSIMO CALABRESE, ANDREA LAURIA**

**ABSTRACT:** Lo sci e il nuoto, discipline molto popolari e praticate da una popolazione eterogenea, possono presentare in maniera differente una serie di traumi e situazioni di sovraccarico che comportano talvolta condizioni invalidanti per l'atleta. Nel nuoto in particolare è più frequente l'insorgenza di lesioni croniche legate al sovraccarico funzionale, mentre lo sci oltre alle patologie croniche riconosce un'alta percentuale di traumatismi acuti che interessano tutto il corpo. Affrontiamo in questo modulo le diverse situazioni cliniche con spunti relativi al loro trattamento con l'importante focus sugli aspetti riabilitativi.

MODULO DIDATTICO 6

## TRAUMI E RIABILITAZIONE NEGLI SPORT "MINORI"

AUTORE: **Giuseppe Castoldi**

CO-AUTORI: **CHIARA BUSSO, MASSIMO CALABRESE, ANDREA LAURIA**

**ABSTRACT:** Anche nei cosiddetti sport minori si registrano una serie di traumi che possono comportare delle serie problematiche all'atleta. Talvolta è più frequente l'insorgenza di lesioni legate al sovraccarico funzionale a cui è sottoposta la struttura articolare o muscolo-tendinea più sollecitata dal gesto tecnico. In questo modulo sarà messo a fuoco il percorso riabilitativo più idoneo al recupero ma anche alla prevenzione.

MODULO DIDATTICO 7

## LE FRATTURE DA STRESS

AUTORE: **Giuseppe Castoldi**

CO-AUTORI: **CHIARA BUSSO, MASSIMO CALABRESE, ANDREA LAURIA**

**ABSTRACT:** Le fratture da stress rappresentano una serie di lesioni da uso eccessivo dell'osso, e sono una fase di una continua lesione da stress dell'osso. La pratica dell'attività sportiva, in alcune situazioni, può comportare la comparsa di queste fratture.

Le lesioni da stress dell'osso possono essere dovute ad una reazione di fatica o ad una reazione di insufficienza strutturale con la possibilità di sviluppare una frattura. In atleti adolescenti altrimenti sani, le lesioni da stress all'osso sono in genere una reazione di fatica o frattura, mentre gli individui con disturbi che influenzano la struttura ossea, come una malattia metabolica delle ossa o l'osteoporosi, sono a rischio di frattura da insufficienza strutturale. In questo modulo analizzeremo la patogenesi di queste lesioni che è multifattoriale e le modalità di trattamento e recupero.

MODULO DIDATTICO 8

**Accademia Tecniche Nuove Srl**

Via Eritrea 21, 20157 Milano

Tel: (+39) 0239090440

E-mail: [info@accademiagn.it](mailto:info@accademiagn.it) - [www.accademiagn.it](http://www.accademiagn.it)

Capitale Sociale: € 50.000 i.v. R.E.A. di Milano n. 2059253

C.F. / P.IVA n. 08955100964

**Provider ECM ID: 5850**

*con accreditamento provvisorio*

**Ente di Formazione** accreditato

presso la Regione Lombardia

**ID operatore: 2444108,**

N. iscrizione 1122/2018, Sez. B

SISTEMA DI GESTIONE  
QUALITÀ CERTIFICATO

**CQY**  
CERTIQUALITY

UNI EN ISO 9001:2015

## LA NUTRIZIONE NELLO SPORT

AUTORE: **EZIO GIANI**

*Si ringrazia della collaborazione Ferruccio Cavanna, Biologo, Specialista In Scienza dell'alimentazione, Libero Professionista CAM SPORT S.R.L.*

**ABSTRACT:** Ogni atleta non solo può mangiare di tutto, ma DEVE mangiare di tutto, in modo da realizzare quell'equilibrio della dieta che gli consente, oltre di evitare la malattia, anche il mantenimento di una buona salute, fino ad una condizione di forma fisica tale da permettergli ottime performance sportive. Mangiare in modo corretto, non significa solamente assumere un certo numero di Calorie, ma incorporare alimenti vegetali e animali nella giusta proporzione, in modo da assicurare un apporto di proteine, carboidrati, grassi, vitamine, sali minerali e acqua in quantità, qualità e proporzioni tali da realizzare l'EQUILIBRIO NUTRIZIONALE.

Equilibrio necessario per soddisfare le molteplici esigenze dell'organismo umano, compendiate in tre fondamentali necessità: **strutturale** (ricambio cellulare dovuto all'usura dei tessuti biologici); **energetica** (energia necessaria per vivere, e espletare una qualsiasi attività fisica); **bioregolatrice** (regolazione ottimale delle diverse reazioni biochimiche che si susseguono).

## APPROFONDIMENTO NUTRIZIONE SPORTIVA

IARIA ZAVARIN – Dietista con specializzazione in Nutrizione sportiva

---

### Accademia Tecniche Nuove Srl

Via Eritrea 21, 20157 Milano

Tel: (+39) 0239090440

E-mail: [info@accademiati.it](mailto:info@accademiati.it) - [www.accademiati.it](http://www.accademiati.it)

Capitale Sociale: € 50.000 i.v. R.E.A. di Milano n. 2059253

C.F. / P.IVA n. 08955100964

Provider ECM ID: 5850

con accreditamento provvisorio

Ente di Formazione accreditato

presso la Regione Lombardia

ID operatore: 2444108,

N. iscrizione 1122/2018, Sez. B

SISTEMA DI GESTIONE  
QUALITÀ CERTIFICATO

**CQY**  
CERTIQUALITY

UNI EN ISO 9001:2015

## AUTORI

**Marco Bigoni** - Professore Associato Malattie Apparato Locomotore, Dip. Medicina e Chirurgia, Università degli Studi Milano-Bicocca, Dirigente Medico Clinica Ortopedica ASST- Monza Ospedale San Gerardo di Monza

**Chiara Busso** - Laureata in Medicina e Chirurgia presso l'Università degli Studi del Piemonte Orientale, specializzazione in Medicina Fisica e Riabilitativa presso l'Università degli Studi di Torino. Attualmente la sua principale occupazione è quella di Borsista di Ricerca presso il Dipartimento di Scienze Chirurgiche presso l'Ospedale Molinette Università degli Studi di Torino.

**Massimo Calabrese** - Fisioterapista, collaboratore fisioterapista presso il reparto di Riabilitazione Specialistica dell'ASST Ovest Milano, presidio di Legnano, specializzato in terapia manuale.

**Giuseppe Castoldi** - Direttore U.O.C. di Ortopedia e Traumatologia, ASST di Vimercate, Ospedale di Carate Brianza. Tutor Scuola di Specializzazione in Ortopedia e Traumatologia Università degli Studi Milano-Bicocca

**Ezio Giani** - Specialista in Medicina dello Sport, Specialista in Scienza dell'Alimentazione Direttore Sanitario di CAM SPORT S.R.L. Monza (struttura ambulatoriale privata abilitata e accreditata a contratto con SSR al rilascio dei certificati di idoneità all'attività sportiva agonistica). Componente staff Sanitario Olimpia Pallacanestro Milano.

**Andrea Lauria** - Laureato in Tecniche Ortopediche, in Scienze delle Professioni Sanitarie Tecniche Assistenziali, in Industrial Design e in Design del prodotto Ecocompatibile. Direttore didattico C.d.L. in Tecniche Ortopediche, Facoltà di Medicina e Chirurgia Università degli Studi di Pavia.

**Marco Monticone** - Professore Ordinario di Medicina Fisica e Riabilitativa, Dip. Scienze Mediche e Sanità Pubblica, Università degli Studi di Cagliari; Direttore S.C. Neuroriabilitazione, Dip. Neuroscienze e Riabilitazione, Azienda Ospedaliera Bortzu di Cagliari

**Ilaria Zavarin** - Laurea in Dietistica presso l'Università di Torino – Facoltà di Medicina e Chirurgia, in seguito, si specializza in Nutrizione Sportiva presso la Scuola di Nutrizione e Integrazione nello Sport di Torino

---

### **Accademia Tecniche Nuove Srl**

Via Eritrea 21, 20157 Milano

Tel: (+39) 0239090440

E-mail: [info@accademiati.it](mailto:info@accademiati.it) - [www.accademiati.it](http://www.accademiati.it)

Capitale Sociale: € 50.000 i.v. R.E.A. di Milano n. 2059253

C.F. / P.IVA n. 08955100964

**Provider ECM ID: 5850**

*con accreditamento provvisorio*

**Ente di Formazione** accreditato

presso la Regione Lombardia

**ID operatore: 2444108,**

N. iscrizione 1122/2018, Sez. B

SISTEMA DI GESTIONE  
QUALITÀ CERTIFICATO

**CQY**  
CERTIQUALITY

UNI EN ISO 9001:2015