

INFORMAZIONI:

L'evento è stato accreditato presso la **Commissione Nazionale per l'Educazione Continua in Medicina** da **Fullcongress** - Provider numero 4842.

Evento nr. 169147 - sono stati assegnati nr. **5,5 crediti formativi per n.50 partecipanti** tra medici chirurghi (tutte le discipline), fisioterapisti, infermieri. L'incontro tratterà tematiche di specifico interesse per Diplomati ISEF, studenti e Laureati in Scienze Motorie, autorità e rappresentanti del mondo politico e scolastico.

MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE:

- > medici chirurghi, fisioterapisti, infermieri: **€ 50,00**
- > altri: **gratuito**.

In occasione dell'evento ed esclusivamente per l'intera settimana **27 agosto - 3 settembre**, è possibile usufruire del pacchetto a soli **€ 850,00** p.p. **in pensione completa** con voli diretti per Pantelleria da Bologna, Milano, Malpensa e Bergamo.

Per info rivolgersi a Maria Antonietta
tel. 0923 916663
oppure inviare una mail a
info@hotelsuvaki.it.



C.da Cimillia - Punta Fram - 91017 - Pantelleria (TP) ITALIA
+39 0923 916 663 - info@hotelsuvaki.it - www.hotelsuvaki.it



HOTEL VILLAGE
SUVAKI
☆☆☆

**BENESSERE & SALUTE
ALL'HOTEL VILLAGE SUVAKI**

LA PREVENZIONE DEL MAL DI SCHIENA

**incontro con Marco Pecchioli
e la Società Italiana
di Educazione Fisica (SIEF)**

ideatrice del progetto
Paola Pacini



2-3 settembre 2016
Hotel Village Suvaki, Pantelleria (TP)



INTERVERRANNO:



RELATORI:

> Prof. Marco Pecchioli

Ortopedico, Direttore Istituto DUCHENNE, Scuola Nazionale di Educazione Fisica - Firenze

> Cristina Baroni

Docente di Storia della Ginnastica presso Istituto Duchenne - Presidente SIEF

> Paolo Bartolozzi

Docente di ruolo Scuola Media - Docente di Ginnastica Pre- e Post-Parto - Istituto Duchenne

> Giovanni Lombisani

Insegnante di Educazione Fisica e Maestro di Ginnastica - Consigliere SIEF

> Federica La Ferla

Insegnante di Educazione Fisica e Maestro di Ginnastica - Consigliere SIEF

> Salvatore Vonazzo

Insegnante di Educazione Fisica e Maestro di Ginnastica - Consigliere SIEF

COORDINATORE:

> Andrea Pacini

Insegnante di Educazione Fisica

INTRODUZIONE ALL'ARGOMENTO

L'espressione *mal di schiena* (in termine medico *lombalgia*) non ha il significato di una diagnosi, ma esprime soltanto un "sintomo" che moltissime malattie hanno in comune. Per questo motivo non è possibile "curare" il mal di schiena, mentre si può, anche se non sempre, curare le malattie che lo provocano, con una cura che chiaramente varia di caso in caso.

Se è così complicato **curare** il mal di schiena, figuriamoci come ci si possa orientare in modo razionale e documentato in un contesto ancora più difficile, quale è la *prevenzione*(!) di un sintomo così "oscuro". Inoltre, il mal di schiena non è unico neppure come dolore; può avere infatti manifestazioni diverse: ci sono forme di mal di schiena che si manifestano in posizione in piedi e non da coricati, o viceversa; forme con irradiazione agli arti inferiori o senza tale irradiazione; forme di dolore a "pugnalata", forme che si manifestano soltanto in certi gesti, ecc.

Nella nostra esposizione faremo un'analisi del funzionamento della nostra schiena e delle occasioni di rischio per la stessa, che dovranno essere evitate. Si dovrà conoscere, in altre parole, cosa fare e cosa non fare, come muoversi o come non muoversi nelle diverse attività lavorative, sportive, nella gestualità quotidiana, ecc... per mantenere la nostra schiena nelle migliori condizioni possibili e tali da non incorrere nel mal di schiena.

A scopo di chiarezza, non saranno prese in considerazione in questa sede prevenzioni di patologie tumorali, infettive, viscerali, o altri mal di schiena che esulino da una possibilità di controllo intenzionale, mentre saranno discussi i mal di schiena su patologie degenerative e su patologie deformanti, quali la scoliosi, il dorso curvo, i piedi piatti, e altre deformità che possono incidere indirettamente, se non curate, sul determinismo del mal di schiena.

PROGRAMMA

VENERDÌ 2 SETTEMBRE (ore 15:00-19:00)

- > Significato dell'espressione "Mal di Schiena"
- > Le cause del Mal di Schiena
- > Significato del termine "prevenzione" nel Mal di Schiena
- > Le evidenze anatomo-patologiche all'origine del Mal di Schiena
- > L'artrosi della colonna vertebrale e la sua evoluzione nel corso della vita, soprattutto in relazione alle deformazioni congenite o acquisite della colonna vertebrale e agli sforzi lavorativi, sportivi o nella gestualità quotidiana
- > La prevenzione delle situazioni traumatiche e/o micro-traumatiche responsabili delle patologie specifiche e della degenerazione artrosica capaci di indurre Mal di Schiena
- > Proposte per un'azione capillare di iniziative volte alla prevenzione del Mal di Schiena in tutta la popolazione (corsi di insegnamento per i lavoratori manuali, igiene posturale per i lavoratori impiegatizi, pratica della ginnastica classica atta ad apprendere e mantenere per tutta la vita le regole corrette di svolgimento delle diverse attività, insegnamento scolastico della Ginnastica Classica, diffusione del territorio di palestre attrezzate di Ginnastica Classica, insegnamento universitario ecc.)
- > Il significato delle **TECNICHE I.D.**
Discussione

SABATO 3 SETTEMBRE (ore 9:00-12:30)

- > Presentazione del Progetto SIEF "GINNASTICA nella scuola"
(C. Baroni e F. La Ferla)
- > FILMATI di Ginnastica Classica secondo le tecniche I.D.
(G. Lombisani e S. Vonazzo)
- > La Ginnastica Pre e Post-Parto
(P. Bartolozzi)
Discussione

