

FISIOTERAPIA E RIABILITAZIONE NELLA SINDROME DEL DOLORE PELVICO CRONICO

FORMAZIONE A DISTANZA (FAD) ASINCRONA
E
FORMAZIONE IN PRESENZA – Manno (Lugano) Domenica 22 settembre 2024

DOCENTE: Dott.ssa Arianna Bortolami

*Fisioterapista, Laurea Magistrale in Scienze delle Professioni Sanitarie della Riabilitazione,
Consulente in Sessuologia, Vice Presidente G.I.S. di AIFI RIABILITAZIONE DEL PAVIMENTO PELVICO, Autore del testo "Riabilitazione
del Pavimento Pelvico", Masson Elsevier, 2009*

PRESENTAZIONE DEL CORSO

La Sindrome del Dolore Pelvico Cronico (*Chronic Pelvic Pain Syndrome CPPS*) è una condizione determinata dalla presenza di dolore cronico o persistente da almeno 6 mesi percepito in strutture correlate alla pelvi, in assenza di comprovate infezioni o altra evidente patologia locale che possa essere responsabile del dolore. I sintomi possono comprendere il basso tratto urinario, gli organi sessuali, il tratto intestinale, l'apparato ginecologico; spesso le conseguenze riguardano l'ambito cognitivo, comportamentale, sessuale, emotivo. Il dolore può essere percepito in uno o più organi o zone. Tale sindrome, che può colpire sia uomini che donne, costituisce una condizione così invalidante da limitare gravemente la vita di chi ne soffre.

Negli ultimi anni la letteratura scientifica, riconoscendo l'esistenza di questa sindrome, ne ha identificato le condotte diagnostico-terapeutiche, indicando il sistema muscolo-scheletrico come uno degli apparati coinvolti, particolarmente per quanto riguarda i muscoli del pavimento pelvico; ha inoltre riconosciuto la fisioterapia tra le terapie indicate nella gestione di tale sindrome.

OBIETTIVI SPECIFICI

- ✓ conoscere ed identificare la Sindrome del Dolore Pelvico Cronico
- ✓ saper effettuare la valutazione funzionale del/della paziente affetto/a da CPPS
- ✓ pianificare l'intervento fisioterapico e riabilitativo
- ✓ conoscere tecniche e strumenti in relazione a definizione, modalità di utilizzo, indicazioni e controindicazioni, evidenza scientifica
- ✓ saper valutare i risultati finali della terapia eseguita

METODI DIDATTICI

- ✓ lezioni frontali
- ✓ utilizzo di manichino anatomico, anche in modalità individuale
- ✓ utilizzo di foto e filmati audio-video
- ✓ elaborazione di casi clinici in modalità interattiva
- ✓ role playing fisioterapista/paziente
- ✓ lavoro a piccoli gruppi su casi clinici illustrati ed elaborati
- ✓ discussione
- ✓ pratica di gruppo (da vestiti)
- ✓ pratica individuale facoltativa tra i corsisti

NOTE TECNICHE

- ✓ il corso è rivolto a Fisioterapisti e Massofisioterapisti equivalenti (DM 27 luglio 2000)
- ✓ è consigliato un abbigliamento comodo (ad es. tuta da ginnastica) ed un telo personale
- ✓ ECM: richiesta in corso di valutazione

PROGRAMMA E CONTENUTI

SESSIONE TEORICA

FORMAZIONE A DISTANZA (FAD) ASINCRONA – 4 ore

1. CONSIDERAZIONI GENERALI

- Presentazione ed obiettivi del Corso
- Definizione di dolore e riferimenti nella letteratura internazionale
- La Sindrome del Dolore Pelvico Cronico Primaria (CPPPS): definizione e caratteristiche.
- Linee guida ed evidenza scientifica
- Conseguenze sulla qualità di vita per i soggetti affetti da CPPPS
- Casi clinici: come si presenta il paziente
- Aspetti epidemiologici

2. IL DOLORE: CARATTERISTICHE GENERALI E TIPOLOGIE

- Caratteristiche del dolore fisiologico: la nocicezione
- Dolore riferito

3. IL DOLORE CRONICO: CARATTERISTICHE GENERALI E TIPOLOGIE

- Caratteristiche del dolore cronico: dolore neuropatico, sensibilizzazione periferica, sensibilizzazione centrale
- Iperalgesia viscerale e iperalgesia viscer-viscerale
- CPPPS e processi infiammatori.

4. LE STRUTTURE MUSCOLO-SCHELETRICHE COINVOLTE NELLA SINDROME DEL DOLORE PELVICO CRONICO:

- muscoli: pavimento pelvico, otturatori interni, piriformi, addominali, glutei
- ossa e articolazioni: sacro, coccige, bacino, sacro iliache, sacro-coccigea, sinfisi pubica
- legamenti: sacro-tuberoso, sacro-spinoso

5. ALTRI FATTORI DELLA SINDROME DEL DOLORE PELVICO CRONICO

- Trigger e tender points
- Comorbidità con altre condizioni coinvolgenti il sistema muscolo-scheletrico: fibromialgia, sindrome della stanchezza cronica, *pelvic girdle pain (PGP)*, sindrome del piriforme
- Sindrome del nervo pudendo
- Aspetti psicologici e comportamentali nella Sindrome del Dolore Pelvico Cronico.

6. FISIOTERAPIA E RIABILITAZIONE DEL PAVIMENTO PELVICO

- La fisioterapia nella CPPPS: contenuti, modalità, obiettivi, evidenza scientifica.
- Peculiarità di fisioterapia e riabilitazione del pavimento pelvico con particolare riferimento al paziente con CPPPS
- Valutazione funzionale del paziente con Sindrome del Dolore Pelvico Cronico Primaria (CPPPS)
 - ✓ colloquio verbale
 - ✓ posizione del paziente
 - ✓ osservazione visiva

FAD ASINCRONA:

sarà possibile usufruire dei contenuti video dalla piattaforma dedicata in qualsiasi giorno/ora si desideri, utilizzando il proprio pc, tablet, smartphone.

L'ascolto e l'apprendimento sono obbligatori e saranno verificati con domande a scelta multipla.

PROGRAMMA E CONTENUTI

SESSIONE PRATICA

FORMAZIONE IN PRESENZA – 8,5 ore – Manno (Lugano) Domenica 22 settembre 2024

Ore 8.30 – 10.00

- Valutazione funzionale del paziente con Sindrome del Dolore Pelvico Cronico Primaria (CPPPS)
 - ✓ valutazione manuale (valutazione muscolare del pavimento pelvico e di altri gruppi muscolari funzionalmente correlati, della sensibilità, dei riflessi)

ESERCITAZIONE PRATICA INDIVIDUALE: prova pratica su manichino

- ✓ Valutazione della sensibilità, con particolare riferimento al dolore
- ✓ Diari dei sintomi (minzionale, funzione ano-rettale, del dolore)
- ✓ Tests e questionari
- ✓ Esami strumentali

Ore 10.00 – 11.00

- ROLE PLAYING FISIOTERAPISTA/PAZIENTE sulla valutazione funzionale

Ore 11.00 – 12.00

- Fasi della terapia riabilitativa: coscientizzazione, modificazione dei parametri muscolari, automatizzazione
- Tecniche e strumenti della terapia riabilitativa per la CPPPS:
 - ✓ esercizio terapeutico

Ore 12.00 – 13.00

ESERCITAZIONE PRATICA DI GRUPPO: esercizi terapeutici per le fasi di coscientizzazione del pavimento pelvico e di modificazione dei parametri muscolari alterati

Ore 13.00 – 14.00

PAUSA PRANZO

Ore 14.00 – 14.45

- ✓ Tecniche e strumenti della terapia riabilitativa per la CPPPS:
- ✓ terapia manuale e trattamento dei trigger points
- ✓ biofeedback e protocollo di Glazer
- ✓ stimolazione elettrica (TENS, SANS, correnti interferenziali)
- ✓ terapia fisica
- ✓ dilatatori vaginali
- ✓ dilatatori anali
- ✓ trattamento comportamentale e cognitivo-comportamentale
- ✓ *bladder e bowel training*
- ✓ autotrattamento e autostretch dei muscoli del pavimento pelvico
- ✓ prodotti topici non farmacologici

ESERCITAZIONE PRATICA DI GRUPPO: utilizzo di elettromedicali e strumenti

- Protocollo Stanford
- Manovra di Thiele

Ore 14.45 – 15.45

- Indicazioni e controindicazioni della terapia riabilitativa del pavimento pelvico nel paziente con CPPPS.

- Pianificazione della terapia riabilitativa (obiettivi terapeutici, scelta degli strumenti terapeutici e modalità di utilizzo, ecc.).

Ore 15.45 – 16.45

ESERCIZIONE PRATICA DI GRUPPO: esercizi terapeutici per la fase di automatizzazione dei muscoli del pavimento pelvico

Ore 16.45 – 17.45

ESERCITAZIONE PRATICA DI GRUPPO: presentazione interattiva con l'auditorio di casi clinici:

- presentazione del caso
- valutazione funzionale
- elaborazione di progetto e programma riabilitativo (obiettivi terapeutici, utilizzo di strumenti terapeutici)
- svolgimento delle singole sedute (obiettivi, contenuti, modalità) o valutazione dei risultati o discussione

17.45 – 18.00 DOMANDE E DISCUSSIONE

PRATICA INDIVIDUALE FACOLTATIVA TRA I CORSISTI:

sarà possibile effettuare, per chi lo desiderasse, esercitazioni pratiche tra i corsisti direttamente sulla zona genitale relativamente alla valutazione manuale e agli esercizi terapeutici. Le esercitazioni saranno effettuate a gruppi di 2-3 corsisti in spazi separati e saranno coordinate dalla docente, che stazionerà a turno tra i gruppi. L'attività si svolgerà tra le 18.00 e le 19.00 circa e la durata dipenderà dal numero delle adesioni a questa parte pratica. E' prevista una quota aggiuntiva (CHF oppure € 50) per chi parteciperà (le adesioni verranno raccolte il giorno stesso).