

FISIOTERAPIA E RIABILITAZIONE NELLA SINDROME DEL DOLORE PELVICO CRONICO

26 e 27 Novembre 2022, Manno (Lugano)

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 dei testi "Riabilitazione del Pavimento Pelvico", Masson Elsevier, 2009 e "Il Pavimento Pelvico. Conoscerlo. Sentirlo. Mantenerlo. Recuperarlo", Edizioni LSWR, 2020.

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
- Utilizzo di foto e filmati audio-video
- Esercitazione pratica di gruppo
- Elaborazione di casi clinici in modalità interattiva
- Role Playing fisioterapista/paziente
- Lavoro a piccoli gruppi su casi clinici illustrati ed elaborati
- Discussione
- **Pratica individuale facoltativa tra i corsisti**

**NOTE TECNICHE: è consigliato un abbigliamento comodo (ad es. tuta da ginnastica) ed un telo personale
IL CORSO È RIVOLTO A Fisioterapisti**

PROGRAMMA E CONTENUTI

1° GIORNO

9.00 – 13.00 SESSIONE TEORICA

- Presentazione e obiettivi del Corso
- La Sindrome del Dolore Pelvico Cronico (*CPPS*): definizione e caratteristiche
- Linee guida ed evidenza scientifica
- Conseguenze sulla qualità di vita per i soggetti affetti da *CPPS*
- Caratteristiche del dolore fisiologico: la nocicezione
- Caratteristiche del dolore cronico: dolore neuropatico, sensibilizzazione periferica, sensibilizzazione centrale
- Dolore riferito
- Iperalgesia viscerale e iperalgesia visceroviscerale
- *CPPS* e processi infiammatori
- 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
- Trigger e tender points
- Comorbilità 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

h. 14.00 – 18.00 SESSIONE PRATICA

- La fisioterapia nella *CPPS*: contenuti, modalità, obiettivi, evidenza scientifica
- Peculiarità della fisioterapia comprendente la zona genito-urinaria-anoale

VALUTAZIONE FUNZIONALE DEL PAZIENTE CON *CPPS*

- Colloquio verbale
- Posizione del paziente
- Osservazione visiva

Valutazione manuale (valutazione muscolare del pavimento pelvico e di strutture muscolo-scheletriche funzionalmente correlate alle *CPPS*)

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

2° GIORNO

SESSIONE PRATICA

9.00 – 13.00 FISIOTERAPIA E RIABILITAZIONE PER LA CPPS

- Fasi della fisioterapia e riabilitazione: coscientizzazione, modificazione dei parametri muscolari, automatizzazione
- Tecniche e strumenti della fisioterapia e riabilitazione per la CPPS: esercizio terapeutico

ESERCITAZIONE PRATICA e DI GRUPPO

Esercizi terapeutici per le fasi di coscientizzazione del pavimento pelvico e di modificazione dei parametri muscolari alterati

- Tecniche e strumenti della fisioterapia e riabilitazione per la CPPS:

- 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
- Protocollo Stanford
- Manovra di Thiele

ESERCITAZIONE PRATICA DI GRUPPO: utilizzo di elettromedicali e strumenti

- Indicazioni e controindicazioni della fisioterapia e riabilitazione nel paziente con CPPS
- Pianificazione della terapia riabilitativa (obiettivi terapeutici, scelta degli strumenti terapeutici e modalità di utilizzo, ecc.)

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

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

ESERCITAZIONE PRATICA DI GRUPPO - Role Playing tra Fisioterapista e Paziente

DOMANDE E DISCUSSIONE

Valutazione finale con questionario.