

Health & Postural Care

Seminario: Conoscenza prevenzione ed orientamento alla risoluzione dei Disordini Muscolo-Scheletrici sul Lavoro E NON SOLO

Roma, 26 Gennaio 2019



Sede del Corso:

Hotel Villa EUR

Piazzale Marcellino Champagnant, 2 - 00144 Roma

RAZIONALE

Tra le malattie professionali, oggetto di numerosi interventi normativi, si annoverano i cosiddetti disturbi muscolo-scheletrici. Queste patologie si sviluppano, nel corso del tempo, a causa di una serie di fattori non in grado di garantire al lavoratore un ambiente confortevole per ritmi, carichi di lavoro, ergonomia, sedentarietà o eccessiva operatività, finendo col perturbare l'equilibrio posturale e psico-fisico, in ambito privato e professionale.

Il principale fattore emergente di rischio, per i lavori sedentari è legato all'utilizzo del computer e in questo ambito le principali patologie sono la sindrome del tunnel carpale e patologie della colonna vertebrale (cervicale e lombo sacrale in particolar modo). Aumentano pertanto le assenze dal lavoro per malattia e contemporaneamente aumenta l'uso dei farmaci, per l'apparato muscolo-scheletrico, antidolorifici e antinfiammatori, con un aumento della Spesa Pubblica Sanitaria Nazionale.

“Health & Postural Care” è un Seminario teorico-pratico di 4 ore che fondandosi sui principi dell'attività preventiva ed adattata applica conoscenze scientifiche Chinesiologiche, in grado di fronteggiare i DMS (disturbi muscolo-scheletrici) in ambito privato e lavorativo con effetti pressoché immediati sulla Salute.

Le nozioni apprese durante la formazione rappresentano un concentrato delle più avanzate scoperte in ambito posturologico, capaci di informare e orientare i lavoratori sulle modalità corrette per prevenire ed affrontare tutte quelle problematiche che si manifestano con disfunzioni muscolo-articolari ed organiche direttamente ed indirettamente coinvolte fra loro.

Per attività Preventiva si intende, sostanzialmente, porre in essere una serie di accorgimenti informativi (anche in coloro i quali non manifestano sintomatologie dolorose o disturbi particolari) capaci di prevenire l'eventuale instaurarsi, a distanza di tempo, di situazioni di compenso posturale che si scopriranno, prima o poi, con algie oppure eventi traumatici, apparentemente inspiegabili.

L'attività adattata, diversamente dalla precedente, fonda la sua applicazione su problematiche note, al lavoratore, che già da tempo rendono più o meno invalidanti (intendendo con questo la restrizione della propria Libertà di Movimento) e partendo dalle quali si potrà adottare una specifica strategia capace di arginare il problema, il più delle volte in via conservativa/risolutiva.

TEMI

1. I Disturbi Muscolo-Scheletrici:

- cosa sono
- come si manifestano
- chi ne soffre

2. La Postura:

- cos'è
- meccanismi che la alterano
- valutarla su se stessi e gli altri

3. Psicologia e Salute:

- ereditarietà
- emozioni
- stress

4. Auto aiutarci:

- stile di vita
- consuetudini domestiche
- abitudini scorrette
- sedentarietà
- sonno
- alimentazione
- massaggi
- sport
- tecniche di respirazione e rilassamento (teoria e pratica)
- auto – posture correttive (teoria e pratica)
- scelta dello specialista

5. I DMS sul Lavoro:

- test di valutazione, da somministrare ai lavoratori, per misurare i fattori di rischio
- interventi formativi sul personale
- tecniche posturali per lavoratori video-terminalisti ma non solo

6. Postura alla guida:

- autoveicoli
- motoveicoli

7. Miti da sfatare sul mal di schiena:

- tacchi
- nuoto
- sollevamento pesi

8. Tipologie d'approccio ai DMS:

- farmacologico
- olistico

Responsabile Scientifico: Michele Montagna

Sede del Corso: Hotel Villa EUR

Piazzale Marcellino Champagnant, 2 - 00144 Roma

La partecipazione al Corso prevede € 80,00 (IVA inclusa) di iscrizione.

È previsto un numero massimo di 100 partecipanti.

La registrazione al Corso è prevista on-line nella sessione “PROSSIMI CONGRESSI” del portale **Fenicia Events & Communication** www.fenicia-events.eu.

Accreditamento ECM

Il Corso partecipa al Programma di Formazione Continua in Medicina (ECM) e sarà accreditato per le seguenti categorie: Medici (Medicina del lavoro e sicurezza degli ambienti di lavoro - Medicina fisica e riabilitazione - MMG), Fisioterapisti e Odontoiatri.

Il rilascio della certificazione con i crediti ECM avverrà mediante e-mail e sarà subordinato a:

- registrazione sul sito del Corso,
- compilazione on-line del questionario di gradimento,
- superamento on-line del questionario di apprendimento.

La compilazione dei questionari ECM di gradimento ed apprendimento sarà esclusivamente on-line presso il sito www.fenicia-events.eu nella apposita sessione “Prossimi Congressi” selezionando il congresso in oggetto elencato nello Storico Congressi.

Diploma di partecipazione

Un diploma di partecipazione verrà rilasciato al termine del Corso.

1° Modulo Corso Teorico

4 ore teoriche (con esercizi pratici su respirazione da eseguire in piedi/seduti).

Posti disponibili: 100

2° Modulo Corso Teorico-Pratico

4 ore teoriche (con esercizi su respirazione e allungamenti della colonna vertebrale).

Posti disponibili: 100 (i partecipanti verranno ripartiti in gruppi di 25 discenti).

Segreteria Organizzativa

Fenicia Events & Communication

Via Tor de' Conti, 22 - 00184 Roma

Tel. 06.87671411 - Fax 06.62278787 - WhatsApp 342.8211587

info@fenicia-events.eu - www.fenicia-events.eu