

## Programma

a) **Nome del Provider:** PhisioVit srl n.3835

b) **Titolo del corso** “Physio For Mum 2 - Esercizi Nel Post Parto” edizione 1

c) **Luogo di svolgimento del corso:** FAD ASINCRONA - Online

d) **Docente:** Elisa Moretti

e) **Professioni a cui è rivolto l'evento:** tutte le professioni

f) **L'obiettivo formativo del corso** è afferente al campo “1 - Applicazione nella pratica quotidiana dei principi e delle procedure dell'evidence based practice (EBM - EBN - EBP)” e si prefigge le seguenti acquisizioni di competenze:

- Riconoscere le principali patologie nel post parto
- Saper prevenire e/o curare le disfunzioni muscoloscheletriche che possono affliggere la donna nel post parto
- Creare un pacchetto di esercizi che la paziente può fare a casa
- Impostare l'esercizio in sedute singole o in piccoli gruppi come recupero nel post parto

g) **giornate di svolgimento:** dall' 1 gennaio 2026 al 31 dicembre 2026

### h) Programma dettagliato

Il corso, dal titolo **Physio For Mum 2 - Esercizi Nel Post Parto**, ha una durata di cinque ore, di cui la visualizzazione video impegna circa due ore e venti minuti mentre lo studio e l'apprendimento di dispense e approfondimenti (\*) circa due ore e quaranta minuti. La docenza è affidata alla Dott.ssa Elisa Moretti, fisioterapista con formazione specifica nell'esercizio in gravidanza. Al di là delle dispense consegnate in formato pdf, le attività didattiche in videolezione sono offerte per mezzo di due capitoli:

- Capitolo I: Physio For Mum 2 - Introduzione
- Capitolo II: Physio For Mum 2 - Esercizi nel post parto

(\*) **MATERIALE DIDATTICO:**

*A compendio della formazione in video lezione e per i necessari approfondimenti, vengono anche rilasciati nel percorso formativo dell'utente alcuni articoli scientifici di letteratura in lingua inglese e dispense in lingua italiana inerenti i temi trattati nel corso e che comportano circa due ore e quaranta minuti come tempo di studio. Il materiale didattico di approfondimento è il seguente:*

• **Physio for Mum 2 - Esercizi nel Post Parto - Dispense del Corso** - Elisa Moretti

• **Diastasis Recti Abdominis - a Review of Treatment Methods** - Agata Michalska, Wojciech Rokita, Daniel Wolder, Justyna Pogorzelska, Krzysztof Kaczmarczyk

• **Pelvic-Floor Dysfunction Prevention in Prepartum and Postpartum Periods** - Karolina Eva Romeikien, Daiva Bartkeviciene

• ***Efficacy of Deep Core Stability Exercise Program in Postpartum Women with Diastasis Recti Abdominis: a Randomised Controlled Trial*** - Ali A. Thabet, Mansour A. Alshehri

i) **il corso eroga** 5 crediti ECM

j) **Il corso è tenuto** dalla Dott.ssa Elisa Moretti, fisioterapista con formazione specifica nell'esercizio in gravidanza. La lingua del corso è italiano. Il responsabile scientifico del Corso è la Dott.ssa Elisa Moretti, il cui CV completo è caricato a sistema.