

## Programma

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

**b) Titolo del corso** "Exercise Revolution - La scelta e la progressione degli esercizi nel trattamento della lombalgia sub acuta e cronica" edizione 1

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

**d) Docenti:** Silvano Ferrari

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

**f) L'obiettivo formativo del corso** è afferente al campo "18 - Contenuti tecnico-professionali (conoscenze e competenze) specifici di ciascuna professione, di ciascuna specializzazione e di ciascuna attività ultraspecialistica, ivi incluse le malattie rare e la medicina di genere" e si prefigge i seguenti obiettivi:

- Proporre l'esercizio graduale e l'esposizione graduale all'interno del trattamento del paziente lombalgico
- Fornire al riabilitatore le basi per l'utilizzo dell'esercizio terapeutico come chiave per riconcettualizzare il ruolo del dolore e del movimento
- Proporre la scelta degli esercizi più idonei per modulare il dolore, migliorare il controllo motorio, superare la paura del movimento e agire sull'autoefficacia e autostima dei pazienti
- Mostrare le strategie di comunicazione per migliorare l'aderenza al trattamento e lo svolgimento degli esercizi a casa
- Illustrare un approccio riabilitativo impostato sui principi del Trattamento Cognitivo Comportamentale (TCC)

**g) Durata:** dall' 1 gennaio 2026 al 31 dicembre 2026

### **h) Programma dettagliato**

Il corso, della durata di dieci ore articolate tra visualizzazione video che impegna tre ore e mezza e tempo di studio e comprensione delle 132 pagine allegate (*\* 9 delle quali in inglese*) raccolte in 8 dispense che impegnano sei ore e mezza circa, è tenuto da Silvano Ferrari, fisioterapista libero professionista e professore a contratto nel Corso di Laurea in Fisioterapia dell'Humanitas University di Milano e dell'Università degli Studi di Cagliari, nonché professore a contratto presso il Master in Terapia Manuale e Riabilitazione Muscoloscheletrica dell'Università di Padova e il Master in Fisioterapia Muscoloscheletrica dell'Università di Bologna. Le attività didattiche sono divise in tre moduli e sei capitoli:

#### • *Modulo I - Introduzione*

1. Exercise Revolution: introduzione

#### • *Modulo II - Il ruolo degli esercizi*

1. Exercise Revolution: Il ruolo degli esercizi (prima parte)
2. Exercise Revolution: Il ruolo degli esercizi (seconda parte)

#### • *Modulo III - Scelta e progressione*

1. Exercise Revolution: scelta e progressione (prima parte)
2. Exercise Revolution: scelta e progressione (seconda parte)
3. Exercise Revolution: scelta e progressione (terza parte)

(\*) **MATERIALE DIDATTICO:**

*A compendio della formazione in video lezione e per i necessari approfondimenti, vengono anche rilasciate nel percorso formativo dell'utente dispense in lingua italiana e articoli in inglese inerenti i temi trattati nel corso e che comportano circa sei ore e mezza come tempo di studio.*

**- Clinical spinal instability and low back pain**

*Journal of Electromyography and Kinesiology 13 (2003) 371–379*

*Biomechanics Laboratory, Department of Orthopaedics and Rehabilitation, Yale University School of Medicine, New Haven, USA*

**i)il corso eroga**10 crediti ECM

**j)Il corso è tenuto**dalDott. Silvano Ferrari, fisioterapista libero professionista e professore a contratto nel Corso di Laurea in Fisioterapia dell'Humanitas University di Milano e dell'Università degli Studi di Cagliari. La lingua del corso èitaliano.

Ilresponsabile scientifico del Corso è il Dott. Silvano Ferrari, il cui CV completo è caricato a sistema.