

Programma

a) Nome del Provider: PhisioVit srl n.3835

b) Titolo del corso “Le Pump Techniques, Manuale Teorico-Pratico” edizione 1

c) Luogo di svolgimento del corso: Ebook

d) Docenti: Carla Vanti

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

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 il seguente obiettivo:

Acquisire conoscenze teorico-pratiche approfondite sulle Pump Techniques linfatiche, con particolare attenzione alla loro applicazione clinica, agli effetti terapeutici specifici, alle indicazioni per la disintossicazione del sistema linfatico e alla valutazione critica delle evidenze scientifiche a supporto, al fine di integrare efficacemente tali tecniche nella pratica riabilitativa muscoloscheletrica.

g) Durata: dall’ 1 gennaio 2026 al 31 dicembre 2026

h) Programma dettagliato Di seguito l’indice dell’Ebook:

PREFAZIONE

INTRODUZIONE

SEZIONE I - INTRODUZIONE

- CAPITOLO 1
 - La Fascia
- CAPITOLO 2
 - Il Sistema Linfatico
- CAPITOLO 3
 - Le Tecniche Di Release Miofasciale
- CAPITOLO 4
 - Le Pump Techniques
 - 4.1 STORIA ED EVOLUZIONE
 - 4.2 PRESUPPOSTI TEORICI
 - 4.3 INDICAZIONI E CONTROINDICAZIONI
 - 4.4 ESECUZIONE PRATICA

SEZIONE II - ESECUZIONE

- RELEASE SUBOCCIPITALE
- RELEASE DELL'INGRESSO/EGRESSO TORACICO
- TRAZIONE PETTORALE
- PUMP LINFATICO TORACICO (Tecnica classica di pump toracico - Variante torace superiore)
- PUMP LINFATICO TORACICO (Variante con attivazione)

- PUMP LINFATICO TORACICO (Variante torace inferiore)
- DOMING DEL DIAFRAMMA
- ELEVAZIONE COSTALE (RIB RAISING)
- TECNICA I
- TECNICA II
- TECNICA III
- PUMP LINFATICO ADDOMINALE
- PUMP DEL BACINO
- PUMP DELL'ARTO INFERIORE
- PUMP LINFATICO DELL'ANCA
- TECNICA I - PUMP MONOLATERALE
- TECNICA II - PUMP BILATERALE
- PUMP LINFATICO DEL GINOCCHIO
- PUMP PODALICO (DALRYMPLE PUMP)
- TECNICA DI BASE
- VARIAZIONE
- PUMP DELL'ARTO SUPERIORE
- PUMP LINFATICO DELLA SPALLA
- PUMP LINFATICO DEL GOMITO E DELL'AVAMBRACCIO
- PUMP LINFATICO DEL POLSO
- ESEMPI DI SEQUENZE DI LYMPHATIC PUMP TECHNIQUES

SEZIONE III - DISINTOSSICARE IL SISTEMA LINFATICO

SUGGERIMENTI PRATICI PER DISINTOSSICARE IL SISTEMA LINFATICO

- SUGGERIMENTO 1
 - Prenditi alcuni minuti per respirare profondamente
- SUGGERIMENTO 2
 - Cerca di idratarti quotidianamente
- SUGGERIMENTO 3
 - Spazzola la pelle a secco
- SUGGERIMENTO 4
 - Alterna caldo e freddo nella doccia
- SUGGERIMENTO 5
 - Muoviti ogni volta che puoi
- SUGGERIMENTO 6
 - Passeggia
- SUGGERIMENTO 7
 - Mangia cibi integrali, soprattutto grassi sani, frutta e verdura
- SUGGERIMENTO 8
 - Bevi tisane che agiscono sulla linfa
- SUGGERIMENTO 9
 - Indossa fibre naturali e abiti larghi e comodi
- SUGGERIMENTO 10
 - Scegli accuratamente reggiseni e biancheria intima

SEZIONE IV - PROVE DI EFFICACIA

- CAPITOLO 1
- Introduzione
- CAPITOLO 2
- Descrizione degli studi clinici sulle pump techniques
- ALLEN, 1967 - SOGGETTI CON PATOLOGIE RESPIRATORIE
- MEASEL, 1982 - SOGGETTI SANI VACCINATI
- SLESZYNSKI E KELSO, 1993 - SOGGETTI OPERATI DI COLECISTECTOMIA
- JACKSON ET AL., 1998 - SOGGETTI SANI VACCINATI
- MESINA ET AL., 1998 - SOGGETTI SANI
- NOLL ET AL., 1999 - SOGGETTI ANZIANI CON POLMONITE
- NOLL ET AL., 2000 - SOGGETTI CON POLMONITE
- BREITHAUPT ET AL., 2001 - SOGGETTI SANI VACCINATI
- DUGAN ET AL., 2001 - SOGGETTI SANI VACCINATI
- NOLL ET AL., 2008 - SOGGETTI ANZIANI CON BPCO
- NOLL ET AL., 2010 - SOGGETTI ANZIANI CON POLMONITE
- SAGGIO ET AL., 2010 - SOGGETTI SANI
- MASCARENHAS ET AL., 2013 - SOGGETTI CON BPCP
- NOLL ET AL., 2013 - SOGGETTI ANZIANI
- WALKOWSKI ET AL., 2014 - SOGGETTI SANI
- RAPISARDA ET AL., 2015 - SOGGETTI SANI
- NOLL ET AL., 2016 - SOGGETTI CON POLMONITE
- RACCA ET AL., 2017 - PAZIENTI OPERATI DI CHIRURGIA CARDIACA
- ABDELFAH, 2018 - SOGGETTI SANI
- ELNAGGAR ET AL., 2019 - SOGGETTI IN ETÀ INFANTILE CON ASMA
- LORENZO ET AL., 2019 - SOGGETTI SANI
- RATAJSKA ET AL., 2019 - PAZIENTI OPERATI DI CHIRURGIA CARDIACA
- ALTRI STUDI
- CAPITOLO 3
- Discussione e conclusioni

BIBLIOGRAFIA

i) Il corso eroga 5 crediti ECM

j) Il corso è tenuto dalla Dott. Carla Vanti, fisioterapista libera professionista e professore a contratto nel Master in Terapia Manuale e Riabilitazione Muscoloscheletrica dell'Università di Padova e nel Master in Fisioterapia Muscoloscheletrica dell'Università di Bologn La lingua del corso è italiano. Il responsabile scientifico del Corso è la Dott.ssa Carla Vanti, il cui CV completo è caricato a sistema.