

LA RESPIRAZIONE E LE MOLTEPLICI CONNESSIONI **DEL DIAFRAMMA**

RELATORI

Dott.ssa Paola Gaido - Fisioterapista

Dott.ssa Daniela Putzulu - Fisioterapista

PRESENTAZIONE

La respirazione è la funzione senza la quale l'esistenza umana sarebbe impossibile e rappresenta il meccanismo primario che ci permette di vivere. Respiriamo tra le 17.000 e le 25.000 volte in un giorno. Un respiro con alterazioni comporterebbe il ripetersi di un errato meccanismo per molte volte al giorno per tutta la vita, lasciando un inevitabile segno nel nostro stato di salute fisico ed emotivo.

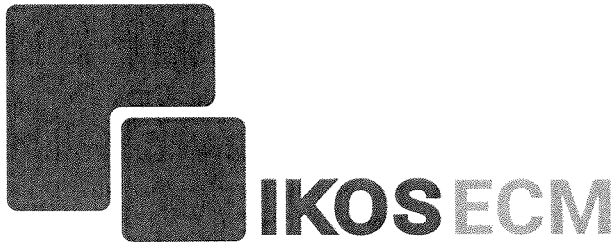
Respirare implica il concetto di scambio tra il macrocosmo e il microcosmo, tra l'esterno e l'interno a livello cellulare, biochimico, psichico ed emotivo. Per questa ragione, il corso si prefigge l'obiettivo di approfondire la funzione respiratoria e il ruolo del diaframma, non solo come muscolo respiratorio, ma di indagare sulle relazioni che intrattiene con i più importanti sistemi corporei.

Già Andrew Still, padre dell'osteopatia affermava: "tutte le parti del corpo sono in relazione diretta o indiretta con il diaframma". Infatti, questo muscolo è un centro di incontro e connessioni di apparati, organi, legamenti, per cui molti autori sostengono che lavorando sul diaframma si lavori su tutto il corpo.

Anche da un punto di vista psicologico, la respirazione ha importanti implicazioni con il "prendere e restituire", che nell'essere umano ha un forte significato, materiale, ma anche per quanto riguarda i vissuti relazionali.

Per queste ragioni il diaframma è stato denominato il "muscolo della serenità", poiché le tensioni psichiche ed emotive hanno un'influenza diretta sulla sua funzione e spesso provocano un suo "blocco". Viceversa un lavoro sul diaframma conduce ad una riduzione dei sintomi quali ansia, insonnia, agitazione...

Il trattamento proposto nel corso, si prefigge di ottenere il riequilibrio del pattern respiratorio per ridurre le tensioni fisiche ed emotive, migliorare le prestazioni individuali e lo stato di salute



PROGRAMMA CORSO

La respirazione:

- Il polmone
- Il tratto respiratorio e la zona di scambio gassoso
- La ventilazione
- Il controllo neurologico del respiro

La Biomeccanica Respiratoria:

- Introduzione
- Anatomo-fisiologia della gabbia toracica
- Anatomia e biomeccanica della respirazione

Il Diaframma e le sue connessioni:

- Orifizi e legamenti
- Massaggio viscerale
- Connessioni vascolari e linfatiche
- Connessioni fasciali
- Connessioni neurologiche

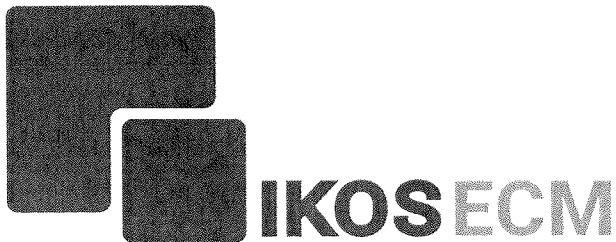
La valutazione:

- Sfasamento degli scambi respiratori
- Osservazione posturale
- Osservazione del respiro

Il trattamento:

- Presenza di coscienza
- Manovre dirette
- Esercizi di mobilizzazione del torace
- Esercizi di allungamento muscolare
- Esercizi di rilassamento
- a) Esercizi per il ruolo posturale del diaframma

TEST DI VALUTAZIONE FINALE



OBIETTIVO FORMATIVO

Medicine non convenzionali: valutazione dell'efficacia in ragione degli esiti e degli ambiti di complementarietà

INDIRIZZO INTERNET PER ACCEDERE AL CORSO:

Da gennaio 2026 al 31 dicembre 2026

www.ikosecm.it

MODALITÀ DI ACQUISTO:

- Direttamente dal sito www.ikosecm.it mediante pagamento con carta di credito; bonifico bancario, Satispay e PayPal
- Il corso ha un costo di € 56,00

Il corso necessita di 30 ore totali di studio per il successo formativo del progetto offerto (studio congiunto di slide e di tutti gli allegati proposti). E' possibile scaricare tutte le slide, in formato pdf, che compongono il corso

Crediti: 30 - Per acquisire i crediti è necessario affrontare e superare il 75% del questionario proposto a fine corso. Il test prevede una doppia randomizzazione delle domande.

IL CORSO È RIVOLTO A:

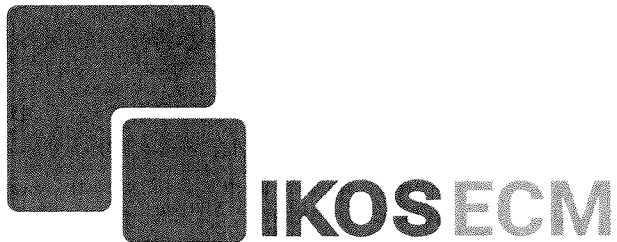
- **Assistente sanitario**
- **Educatore professionale**
- **Fisioterapista**
- **Igienista dentale**
- **Infermiere**
- **Infermiere pediatrico**
- **Logopedista**
- **Medico chirurgo**

IKOS S.r.l.

Via Legnano 26, 10128 Torino

Tel. +39011.377717 - www.ikosecm.it

Partita Iva 08897730019 – Capitale Sociale 20.000,00 I.V.- R.E.A. 1008662



- **Odontoiatra**
- **Ortottista/assistente di oftalmologia**
- **Ostetrica/o**
- **Psicologo**
- **Tecnico della riabilitazione psichiatrica**
- **Tecnico di neurofisiopatologia**
- **Tecnico sanitario di radiologia medica**
- **Terapista della neuro e psicomotricità dell'età evolutiva**
- **Terapista occupazionale**

PROVIDER

IKOS s.r.l.

Accr. N. 1809

Via Legnano, 26 - 10128 – Torino

Tel. 011.377717

Mail. emanuele.torrero@ikosformazione.it; segreteria@ikosrsl.com

Sito: www.ikosecm.it

IKOS S.r.l.

Via Legnano 26, 10128 Torino

Tel. +39011.377717 - www.ikosecm.it

Partita Iva 08897730019 – Capitale Sociale 20.000,00 I.V. - R.E.A. 1008662

Putzulu Daniela

E' nata a Torino nel 1962. Diventa Terapista della Riabilitazione nel 1986 e nel 2007 si laurea in Fisioterapia. Ha lavorato presso la Fondazione Don Gnocchi e attualmente opera presso l'Ospedale S.G.Bosco di Torino.

Fin dall'inizio, il suo interesse lavorativo si rivolge agli aspetti della cura riabilitativa, ma anche della prevenzione. Diventa presto consapevole che per conseguire un buono stato di salute sia importante considerare il versante fisico, insieme a quello emozionale, sociale ed energetico, e che l'insieme di questi aspetti dell'uomo sia fondamentale nella Riabilitazione.

Interessata a conoscere più patologie, affrontabili con la Fisioterapia, lavora con pazienti affetti da molteplici disfunzioni. In campo neurologico utilizza sia il "Metodo Bobath" che il "Metodo Terapeutico Conoscitivo". Amplia inoltre la sua esperienza, occupandosi di Riabilitazione Posturale, utilizzando il Metodo Posturale Globale " Campo Chiuso " e le conoscenze ottenute con il Master Universitario Biennale in " Osteopatia delle Disfunzioni Muscolo Scheletriche" conseguito presso l' Università degli Studi di Verona.

Si forma inoltre, tramite un corso quadriennale, diventando Counselor in Terapia della Gestalt e Bodywork. Frequentando le giornate sulla salute del "Metodo Corpo e Coscienza" tenute dal Kinesiterapeuta e Sofrologo G.Courchinoux ed effettuando Corsi di Kinesiologia Applicata, prende spunto e decide di approfondire la sua preparazione circa la Medicina Tradizionale Cinese.

Si forma anche sulla Rieducazione Uro-Ginecologica ed attualmente è docente in questa disciplina presso il Corso di Laurea di Fisioterapia dell'Università degli Studi di Torino.

Paola Gaido

Nata a Pinerolo (TO) il 19 novembre 1965
Residente in Via F. Juvarra, 7 - 10069 Villar Perosa (TO)
Cell. 3335821602; e-mail: gaidopaola@gmail.com

Studi

1987:

Diploma di Terapista della Riabilitazione, presso la Scuola regionale U.S.L. TO 1-23.

Titolo della Tesi di Diploma: *Esiti a distanza dei traumi cranici: analisi della letteratura e casistica personale*. Votazione: 58/60.

1983:

Diploma di Maturità Magistrale presso l'Istituto Magistrale statale "G. A. Rayneri" di Pinerolo (TO) con il punteggio di 50/60. Nell'anno scolastico 1983/84 ho frequentato l'anno integrativo presso lo stesso istituto.

Principali corsi di aggiornamento professionali

Corso: "*Terapia Cranio Sacrale – Livello I*" con il Centro Studi Upledger Italia -Torino

Corso: "*Terapia Cranio Sacrale – Livello II*" con il Centro Studi Upledger Italia - Milano

Conseguito il: *Certificato Corpo e Coscienza, Metodo Georges Courchinoux – animazione di gruppo – Ginnastica Dolce e Globale e Riarmonizzazione energetica* Pinerolo , TO, con il docente G. Courchinoux, per un totale di 80 ore.

Corso: "*Formazione Superiore di I Livello Metodo Corpo e Coscienza*" - Villar Pellice con il docente G. Courchinoux, per un totale di 32 ore.

Corso nazionale di specializzazione *McKenzie - Parte A - la colonna lombare, Parte B - la colonna cervicale; Parte C - soluzione dei problemi ed applicazione pratica; Parte D - Tecnica Terapeutica e applicazioni - II*, Collegno (TO), con la docente S. Luetchford-Chiesa per un totale di 105 ore

Corso nazionale di specializzazione in "*Rieducazione Posturale Globale: Campo Chiuso*", (Torino, per un totale di 176 ore) tenuto da Ph. E. Souchard.

Conseguito il *Diploma in terapia manuale-normalizzazione articolare*, (Roma, 1992/93) docente M. Bienfait, per un totale di 300 ore di corso.

Corso su: "*L'Esercizio Terapeutico Conoscitivo nel trattamento dell'emiplegico adulto*", Milano, tenuto dal prof. C. Perfetti

Corso su: "*Riabilitazione e Conoscenza: l'elaborazione dell'Esercizio Terapeutico conoscitivo*" Milano, tenuto dal prof. C. Perfetti.

Corso di specializzazione in: "*L'Esercizio Terapeutico Conoscitivo nella patologia delle funzioni corticali superiori*", Torino, docente T.d.R. M. P. Tecchio, della durata di 12 ore.

Ho frequentato il *SRRF, Presidio Ospedaliero, Stabilimento di Schio (VI), ULSS n. 4 "Alto Vicentino"*, diretto dal Prof. PERFETTI Carlo, dal 19 al 23 Febbraio, 1996 per un totale di 36 ore.

Corso di perfezionamento : "*Massaggio riflessogeno del piede*", Asti, tenuto dal T. di R. V. Becci di 64 ore.

Dal 2005 ho seguito la formazione in kinesiologia frequentando i corsi di Touch For Health presso l'IKSEN a Maderno, con Maurizio Piva. Il **7 Luglio 2007** ho conseguito il **diploma di operatore**

dello sviluppo personale superando la prova finale pratica e teorica con la valutazione di 110/110 e lode. Ho Proseguito lo studio con l'istituto frequentando diversi corsi di interesse rispetto alla medicina e ginnastica olistica

Esperienze professionali

Ho prestato servizio presso l'Istituto CHIROS-Centro Chiroterapeutico di Torino S.r.l., dal 15.09.1987 al 20.01.1988, con contratto di formazione e lavoro, con la qualifica di fisioterapista.

Ho prestato servizio presso il Centro di Salute Rivalta S.p.A., con la qualifica di T.d.R., dal 02.02.1988 al 09.03.1989.

Ho prestato servizio presso la casa di cura Villa Serena - Centro medico di riabilitazione funzionale e cura delle cardiobroncopneuropatie, di Piossasco (To), con la qualifica di T.d.R., dal 06.03.1989 al 04.11.1989.

Ho prestato servizio presso il SRRF dell'USSL n. 32 di Moncalieri (TO), con la qualifica di T.d.R.- collaboratore, dal Novembre 1989 al Marzo 1992.

Ho Prestato servizio presso l'ASL 10 di Pinerolo, distretto n.2 di Perosa Argentina, con la qualifica di T.d.R. - collaboratore, dal Marzo 1992 a Ottobre 2000, con rapporto a tempo pieno.

Dal mese di Novembre 2000 fino al mese di Luglio 2007 ho prestato servizio nella stessa ASL, ma con rapporto a tempo parziale, 50%.

Attualmente esercito la libera professione presso il mio studio a Villar Perosa (TO).

Docenze e interventi.

Ho partecipato agli Incontri di Educazione Sanitaria organizzati dall'ex USSL N.42 di Perosa Argentina nel 1994 con un intervento il 7 Marzo: "Sport, Ginnastica e Riabilitazione nella Terza Età", l'anno successivo l'argomento trattato era "Lombalgia, dolori articolari e muscolari nella Terza Età".

Sono stata docente di alcune edizioni del Corso per Operatori A.D.E.S.T. 1° Qualifica e Riqualfica organizzati dalla Comunità Montana Valli Chisone e Germanasca in collaborazione con il Consorzio per la Formazione, l'Innovazione e la Qualità, dal 2000 al 2002.

Ho tenuto corsi di Touch For Health 1, 2, 3, 4, Energia Tibetana presso il mio studio in questi ultimi anni.

Ai sensi e per gli effetti del D. Lgs 196/2003 si autorizza il trattamento dei propri dati personali per gli usi e i fini consentiti dalla legge.

In fede
Paola Gaido