

Sabato 5 Novembre 2022 Sala delle Cariatidi

SESSIONE BRIANZA SPORT & SALUTE - GLMMS

08.30 La rigidità articolare: dalle variabili accelerometriche ai nuovi approcci terapeutici. Valutazione dell'efficacia clinica di una terapia addizionale di HA intra articolare e tendineo in sportivi professionisti praticanti

I. Capparucci, P. Sestili, E. Barbieri, G. De Angelis, G. Diaferia, S. Crinò, F. Cordivani

Oratore: G. De Angelis

08.45

LESSON & ROUND TABLE:

RECUPERO FUNZIONALE DI LESIVITÀ GRAVE

Presidente: R. Malberti

Ospite: **Rachik Yassine** Atleta Olimpionico della Nazionale Italiana di Maratona e Mezzofondo (Fidal)

Valutazione clinica del danno, diagnosi, programmazione recupero dell'atleta con, "in itinere", terapia infiltrativa del piede, di Acido Ialuronico, PRP e Collagene. Prevenzione della "lesività".

R. Malberti

Analisi baropodometrica, gait analysis con motion metrix su pedane con sensori zebris con sviluppo plantari e applicazioni device durante l'iter terapeutico.

S. Crippa, A. Crippa, N. Zucchiatti

Lavoro muscolare sul core, glutei, M.SOLEO, VMO con intensità progressiva; lavoro propriocettivo semplice. Lavoro in eccentrica, lavoro fase eccentrica e pliometria.

L. Zago

Lavoro di rieducazione con "delos", "bobopro" associate terapie strumentali integrate piede (onde d'urto, crioterapia, laser Hp, etc...).

C. Cosentino

Correzione degli appoggi e miglioramento della fase di swing nella corsa su tapis roulant e skillmill. Lavori di forza e reattività dei piedi con controllo della coordinazione/postura del tronco durante la corsa.

D. Nappo, F. Quaggio

Sedute di attivazione con lavoro attivo di rinforzo generale arti superiori, inferiori e core, evitando lavoro pliometrico inizialmente. Inseriti lavori di rinforzo funzionale arti inferiori con trasformazione in andature tecniche. Sovraccarichi crescenti total body in ottica di forza resistente/reattività degli appoggi arti inferiori. Particolare attenzione al lavoro incrociato arti superiori e inferiori.

Lavori tarati in base alle sensazioni del soggetto.

C. Uderzo

Lavoro neuromuscolare total body con tecnologia "REAXING" e "TRX" con particolare attenzione alla finalità e rinforzo del gesto atletico -

G. Valagussa, R. Piovesan, A. Vernacchio, M. Comiotto

Indagini in follow-up con ecografie e RMN piede.

P. Bernasconi, A. Aliprandi

Lavoro specifico quale allenatore personale dell'atleta (maratoneta).

A. Colli

10.45 Chiusura dei lavori