

## **SCHEDA DI INSEGNAMENTO**

**Corso di Studi:** Physical Activity and Health Promotion Master Degree

Class: LM-68 (Ministerial Decree No 270 of 2004)

**Insegnamento:** Physical and Rehabilitation Medicine

**Docente:** Prof. Salvatore A. Cassarino

**Anno di corso:** II

**Semestre:** I

**Settore scientifico disciplinare:** MED/34

**Numero crediti formativi (CFU):** 4

### ***INFORMAZIONI GENERALI***

---

#### **Obiettivi Formativi (secondo i Descrittori di Dublino)**

L'obiettivo formativo che ci si propone è quello di consentire allo studente l'acquisizione di tutti quei requisiti teorico pratici indispensabili per poter affrontare efficacemente, nel rispetto delle diverse competenze all'interno del team riabilitativo multidisciplinare e multiprofessionale coordinato da un medico specialista in Medicina Riabilitativa, il tema della disabilità.

La trattazione dei temi specifici della materia necessita di conoscenze sufficientemente approfondite di biochimica, anatomia, fisiologia.

Il corso costituisce una base di conoscenze fondamentali ed irrinunciabili per poter applicare oltre all'esercizio terapeutico indirizzato ai pazienti nel post trauma e nella acuzie, la modalità rappresentata all'esercizio allenante adattato indicato per persone in condizioni di stabilità funzionale attestata da un medico.

#### **Obiettivi specifici del modulo sono rappresentati da:**

-identificare e descrivere con chiarezza gli ambienti all'interno dei quali erogare i due diversi tipi di esercizio (sanitario ospedaliero per quel che concerne l'esercizio terapeutico, extraospedaliero, in palestre e piscine non ospedaliere, in parchi e luoghi aperti per quel che concerne l'esercizio allenante.

-Descrivere dettagliatamente i benefici fisici psichici e sociali (in termini di contenimento della spesa pubblica) di uno stile di vita attivo, le caratteristiche dell'intervento dello studente nel management delle diverse tipologie di disabilità complesse indotte dalle malattie non trasmissibili, incentivare l'esigenza di promuovere l'assunzione di uno stile di vita attivo combattendo la sedentarietà tra le prime cause di disabilità e morte secondo l'OMS.

-Identificare le principali tecniche di cinesiterapia utili per fronteggiare nel paziente in fase acuta immediatamente post traumatica le diverse tipologie di disabilità (cardiologica, respiratoria, ortoreumatica, uroginecologica.

-Identificare le principali tecniche di allenamento convenzionali e non utili per disincantare la sedentarietà, fronteggiare nel paziente in fase cronica valutato in condizioni di stabilità clinico

funzionale, il tema della diverse tipologie di disabilità (cardiologica, respiratoria, ortoreumatica, uroginecologica).

-Identificare e descrivere con chiarezza, tempistica, limiti dei due diversi tipi di intervento e le potenzialità applicative dell'esercizio allenante.

-Comprendere i benefici fisici, psichici e sociali indotti da uno stile di vita attiva e il ruolo dell'esercizio allenante nella prevenzione delle malattie e nella promozione della salute e del benessere.

### **Risultati di apprendimento attesi (secondo i Descrittori di Dublino)**

Lo studente dovrà evidenziare di aver acquisito il bagaglio di conoscenze indispensabili per discernere tempistica, ambiti, limiti, utenti e potenzialità applicative, prospettive in merito all'utilizzo dei diversi tipi di intervento.

L' autonomia di giudizio verrà incoraggiata attraverso il dibattito in aula finalizzato a valutare le evidenze scientifiche emerse dall'esame della letteratura internazionale.

### **Programma del modulo**

La Medicina Riabilitativa; peculiarità, lessico, obiettivi e strumenti operativi

Riabilitazione sanitaria e riabilitazione sociale.

Progetto Riabilitativo individuale e singoli programmi rieducativi

Il team riabilitativo

La figura del medico specialista in Medicina Riabilitativa; l'atto medico, le competenze fisiatriche

Il programma rieducativo fisioterapico motorio (esercizio terapeutico) ambiti, utenti, tempistica

Le diverse tipologie di esercizio terapeutico

La figura professionale del fisioterapista

Indicazioni OMS in merito ai benefici di uno stile di vita attivo in ogni età

Programma motorio allenante

La figura professionale preposta a insegnare l'esercizio allenante

Programmi rieducativi motori terapeutici e allenanti nella disabilità ortopedico reumatica

Programmi rieducativi motori terapeutici e allenanti nella disabilità neurologica

Programmi rieducativi motori terapeutici e allenanti nella disabilità cardiologica

Programmi rieducativi motori terapeutici e allenanti nella disabilità respiratoria

Programmi rieducativi motori terapeutici e allenanti nella disabilità uroginecologica

Lo sport paralimpico

Proposte innovative di esercizio allenante

Nordic Walking

Tai Chi Chuan

## ***SYLLABUS***

---

### **Testi consigliati**

Mindfulness-based interventions in multiple sclerosis: beneficial effects of Tai Chi on balance, coordination, fatigue and depression. Janina M Burschka, Philipp M Keune, Ulrich Hofstadt-van Oy, Patrick Oschmann, and Peter Kuhn, BMC Neurol. 2014; 14: 165.

Tai Chi for Risk of Falls. A Meta-analysis Rafael Lomas-Vega, PhD Esteban Obrero-Gaitan, MSc, Francisco J. Molina-Ortega, PhD, and Rafael Del-Pino-Casado, PhD Journal, American Geriatrics Society 2017; 1-6

Exercise and Multiple Sclerosis; review

Lesley J. White, and Rudolph H. Dressendorfer Sports Med 2004; 34 (15): 1077-1100

Physiotherapy to improve balance and gait in Parkinson's disease

Georg Eberrsbach MD, Daniel Edler MD, Olaf Kaufhold and Joerg Wissel MD

Arch. Phys. Med. and Rehab. Vol 89 issue 3, March 2008; 399-403

Tai chi and vestibular rehabilitation effects on gaze and whole stability

Crhis A. Mc Gibbon, David Krebs, Steven Wolf, Peter Wayne, Donna Moxley Scarborough, Stephen W.

Parker Journal Vestibular Research 14 (2004) 467-478

Does Tai Chi improve plantar sensory ability? A pilot study

Richerson S., Rosendale K

Diabetes Technol Ther. 2007 Jun; 9 (3): 276-86

Amongst Chinese older patients with depressive disorders: a randomized clinical trial

Kee-Lee Chou, Peter W.H. Lee, Edwin C.S.Yu, Duncan Macfarlane, Yeung-Hung Cheng, Sophia S.C. Chan,

Iris Chi International Journal of Geriatric Psychiatry 2004; 19: 1105-1107

Effects of whole body vibration in patients with multiple sclerosis: a pilot study

Schuhfried O., Mittermaier C., Jovanovic T., Pleber K., Paternostro-Sluga T. Clin Rehabil. 2005 Dec.;19 (8): 834-42

Physiotherapy to improve balance and gait in Parkinson's disease

Georg Eberrsbach MD, Daniel Edler MD, Olaf Kaufhold and Joerg Wissel MD Arch. Phys. Med. and

Rehab. Vol 89 issue 3, March 2008; 399-403

Tai Chi-based exercise for older adults with Parkinson disease: a Pilot-program evaluation.

Fuzhong Li, Peter Harmer, K. John Fisher, Junheng Xu, Kathleen Fitzgerald and Naruepon Vongiaituratpat

Journal of aging and Physical activity, 2007, 15, 139-151

Multidimensional exercise for people with Parkinson disease: a case report.

Patricia Kluding, PT, Phd and Patricia Quinn McGinnis, PT, MS, ABD

Physiotherapy Theory and Practice, 22 (3); 153-162, 2006

Age-related changes of visual contribution in posture control

Pulain I., Giraudet G.

Gait and Posture 27 (2008) 1-7

Equilibrium during static and dynamic tasks in blind subjects; no evidence of cross-modal plsticity.

M. Schmid, A. Nardone A De Nunzio M. Schieppati

Brain, 2007 Aug; 130 (Pt 8): 2097-107. Eupub 2007 Jul 2004

Fall risk in older adults: roles of vision, home modifications and limb function.

Bernard, MS Steinman, Jon Pynoos, A. Nguyer . Journal of Aging and Health 2009 12

Sensorimotor control of balance; a Tai Chi solution for balance disorders in older subjects Med

Tsang W, C. Hui-Chan. Sport Science, 2008; 52: 104-14

Attention Deficit Hyperactivity Disorder: benefits from Tai Chi. Maria Hernandez-Reif, Ti;any M.

Field, Eric Thimas Journal of bodywork and movement therapies April 2001

## ***MODALITÀ DI ESAME, PREREQUISITI, ESAMI PROPEDEUTICI***

---

### **Modalità di accertamento dei risultati di apprendimento acquisiti dallo studente**

L'acquisizione dei risultati di apprendimento previsti viene accertata attraverso la verifica del completamento delle **attività di autovalutazione** presenti alla fine di ogni sezione dell'insegnamento e attraverso la **prova di esame**.

I test di autovalutazione permettono allo studente di monitorare la propria comprensione degli argomenti somministrati e, nel caso emergessero delle difficoltà, di attivarsi per colmare le lacune o chiedere ulteriori spiegazioni al docente.

Tutti i contenuti trattati nell'ambito dell'insegnamento costituiscono oggetto di valutazione.

La valutazione delle competenze acquisite dallo studente avverrà attraverso un colloquio orale

La valutazione prevede l'identificazione del raggiungimento degli obiettivi previsti ed in particolare per ogni argomento saranno valutati:

- il grado di acquisizione della conoscenza degli argomenti trattati (60%)
- la capacità di sintesi e correlazione tra i vari argomenti (20%)
- la comprensione e la capacità di interpretazione (20%)

### **Modalità di esame**

La valutazione finale avverrà nelle date d'appello previste dall'Ateneo e pubblicate in piattaforma, in modalità ESAME orale.

La prova orale consiste in un colloquio di una durata massima di 20 minuti per studente

**NB.** Tutti gli argomenti del programma dell'insegnamento sono da considerarsi possibile argomento d'esame.

### **Propedeuticità**

#### **Prerequisiti**

Al fine di ottimizzare gli apprendimenti ed il raggiungimento degli obiettivi specifici sarebbe auspicabile che lo studente abbia già frequentato i corsi di anatomia, fisiologia, biochimica

## ***ORGANIZZAZIONE DIDATTICA***

---

### **Attività didattiche previste**

#### Attività didattica

Lezioni Frontali

#### Attività didattica interattiva/integrativa

Breve presentazione in powerpoint da parte dello studente di un argomento concordato insieme al docente con successiva discussione

**Ricevimento studenti**

martedì ore 10-12 e giovedì 10-12 (**solo su appuntamento tramite mail**) Stanza F353, torre F Sud , Terzo Piano, Facoltà di Medicina e Chirurgia e-mail: [cassarino@med.uniroma2.it](mailto:cassarino@med.uniroma2.it); telefono: +39-06-7259653