

**MUOVERSI BENE
PER STARE
MEGLIO**

**PORTE APERTE
IN FISIOTERAPIA**

4 | 8 FEBBRAIO 2019



ATTIVITÀ FISICA E BENESSERE DELLA COLONNA VERTEBRALE

CONVEGNO AL PUBBLICO
LUNEDÌ 4 FEBBRAIO, ORE 19.30

Auditorium “Angelo Gironi” Synlab CAM Monza

Nonostante la patologia dolorosa della colonna vertebrale (il cosiddetto “mal di schiena”) sia fra le richieste di accesso più frequenti in medicina, essa si accompagna molto spesso all’incertezza su chi sia lo specialista di riferimento: il Fisiatra? L’Ortopedico? Il Neurochirurgo? Lo Specialista del Dolore? Oltre a fare chiarezza su questi dubbi, durante l’incontro rivolto espressamente al pubblico, saranno illustrati i **vantaggi di un approccio integrato**, basato sulla collaborazione diretta proprio tra queste figure mediche (e il Fisioterapista) nella gestione del paziente, anche in ottica di appropriatezza diagnostica (per evitare cioè dispendiosi esami inutili). Un corretto inquadramento clinico del disturbo, però, non può essere l’unica arma a nostra disposizione nell’affrontare il benessere della colonna. È ormai evidenza di letteratura e di dominio pubblico il fatto che una **corretta attività fisica**, impostata in maniera scientifica e personalizzata sulla base delle condizioni di salute, delle potenzialità e aspettative del singolo, aiuti a **prevenire i disturbi alla schiena** e a porre le basi per il benessere muscolo-scheletrico dell’intero organismo.

PROGRAMMA

Benvenuto

Alberto Angelini, Direttore Sanitario Polidiagnostico Synlab CAM Monza

Carlo M. Teruzzi, Presidente OMCeO

Preparazione fisica all’attività sportiva per la prevenzione del mal di schiena

Andrea Molteni, Coordinatore Fisioterapisti e Responsabile Medical Fitness Fisioterapia Synlab CAM Monza

Alessandro Brambilla, Fisioterapia Synlab CAM Monza

Inquadramento clinico della lombalgia

Davide Tornese, Responsabile Unità Operativa Riabilitazione 1 IRCCS - Istituto Ortopedico Galeazzi Milano, Specialista in Medicina Fisica e Riabilitazione, Specialista in Medicina dello Sport, Synlab CAM Monza

Approccio multidisciplinare alla gestione del mal di schiena

Felicianonio Di Domenico, Direttore Unità Riabilitazione Ortopedica Clinica Talamoni Lecco, Responsabile del Reparto di Riabilitazione Ortopedica Synlab CAM Monza

Intervengono:

Matteo Speziali, Direttore MB News, Runner e Sportivo a 360°

Andrea Galbiati, Presidente Monza Marathon Team a.s.d.

SEGUIRÀ RINFRESCO

La partecipazione all’incontro è gratuita.

Per iscriversi: Sig.ra Sara Casati - tel. 039 2397.450 - sara.casati@synlab.it - www.cam-monza.com

MUOVERSI BENE PER STARE MEGLIO

PORTE APERTE IN FISIOTERAPIA

4 | 8 FEBBRAIO 2019

L'attività fisica è un elemento chiave per uno stile di vita salutare e, se svolta regolarmente, non solo "aggiunge anni alla nostra vita", ma anche "vita ai nostri anni".

Da sempre le è stato attribuito uno spazio importante nella quotidianità del singolo e della collettività. Fin dall'antichità, l'uomo ha dedicato molto del suo tempo a forme di attività motorie quali addestramento militare, giochi, tornei e danze, in cui corpo e movimento assumevano un ruolo fondamentale. La consapevolezza che **l'attività fisica, se praticata regolarmente e con criterio scientifico**, non solo favorisce la migliore funzionalità degli apparati del nostro corpo, ma **incide in termini bio-psico-sociali sulla qualità della vita, sullo stato di salute e sul benessere globale della persona**, appartiene però all'epoca moderna.

Al contrario, la sedentarietà è considerata, sulla base di studi e ricerche internazionali, come un rilevante fattore di rischio per l'insorgenza di patologie importanti e per la conseguente incidenza sui livelli di mortalità della popolazione adulta. Secondo uno studio dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS, 2009), infatti, l'inattività fisica è responsabile di 3,2 milioni di decessi all'anno: è la quarta causa di morte al mondo.

Da questi presupposti è nata la spinta che ha portato negli ultimi anni Synlab CAM Monza a investire energie e risorse in quest'area sia in termini tecnici e strumentali (con il potenziamento e **l'innovazione del "parco macchine"** della palestra), sia in termini professionali (con la selezione dei **migliori operatori e il continuo aggiornamento** scientifico della squadra), sia culturali (con la realizzazione di **progetti educativi** nelle scuole e in altre comunità e la promozione di convegni ai medici e incontri al pubblico).

A circa 10 anni dall'attivazione del servizio di Medical Fitness presso la sede di Monza, questo impegno tecnico, umano e di cultura raggiunge il suo climax con la settimana "Porte aperte in Fisioterapia: muoversi bene per stare meglio". L'iniziativa mira a **coinvolgere in maniera diretta pazienti, persone sane** interessate alla propria salute e alla propria forma fisica, medici di medicina generale, pediatri, specialisti e fisioterapisti per una **sensibilizzazione diffusa e gratuita** rispetto a una tematica di così rilevante impatto sulla nostra qualità di vita.

Con il patrocinio di



OMCeOMB
Ordine dei Medici Chirurghi e Odontoiatri
della Provincia di Monza e della Brianza



PATOLOGIE OSTEOARTICOLARI: TRATTAMENTO CHIRURGICO E TRATTAMENTO RIABILITATIVO

**CONVEGNO AI MEDICI
GIOVEDÌ 7 FEBBRAIO, ORE 19.30**

Auditorium “Angelo Gironi” Synlab CAM Monza

Dal confronto diretto tra eminenti professionisti Ortopedici, Neurochirurghi e Fisiatri, l'occasione di un qualificato aggiornamento ai colleghi interessati al trattamento di patologie osteo-articolari.

L'incontro sarà anche un'occasione per dare evidenza dell'importanza della **collaborazione tra chirurgia e riabilitazione** per un valido risultato clinico.

PROGRAMMA

Benvenuto

Alberto Angelini, Direttore Sanitario Polidiagnostico Synlab CAM Monza

Carlo M. Teruzzi, Presidente OMCeO

La Neurochirurgia nella patologia della colonna vertebrale

Maurizio Fornari, Responsabile Unità Operativa di Neurochirurgia Humanitas Milano

Le instabilità di spalla

Pietro Randelli, Direttore Prima Clinica Ortopedica Istituto Ortopedico G. Pini e Clinica Ortopedica CTO Milano, Professore Ordinario Ortopedia e Traumatologia Università degli Studi di Milano

La storia chirurgica del LCA

Matteo Denti, Specialista in Ortopedia e Traumatologia Synlab CAM Monza, Past President Società Europea di Traumatologia dello Sport (ESSKA)

Le artroprotesi

Roberto Viganò, Direttore Chirurgia Artrite Reumatoide Istituto Ortopedico G. Pini Milano

La riabilitazione nella ricostruzione del LCA

Davide Tornese, Responsabile Unità Operativa Riabilitazione 1 IRCCS - Istituto Ortopedico Galeazzi Milano, Specialista in Medicina Fisica e Riabilitazione, Specialista in Medicina dello Sport, Synlab CAM Monza

Le tendinopatie

Ivan Messineo, Specialista in Medicina Fisica e Riabilitazione Synlab CAM Monza, Synlab San Nicolò Como-Lecco

Moderatore:

Felicianonio Di Domenica, Direttore Unità Riabilitazione Ortopedica Clinica Talamoni Lecco, Responsabile del Reparto di Riabilitazione Ortopedica Synlab CAM Monza

SEGUIRÀ RINFRESCO

La partecipazione all'incontro è gratuita.

Per iscriversi: Sig.ra Sara Casati - tel. 039 2397.450 - sara.casati@synlab.it - www.cam-monza.com

ALLENATI CON UN CAMPIONE!

OPEN DAY MEDICAL FITNESS MARTEDÌ 5 FEBBRAIO

Sotto la guida del nostro team di fisioterapisti e preparatori atletici, potrai testare apparecchiature di ultima generazione per un **allenamento personalizzato** e ben mirato ai tuoi obiettivi, confrontandoti con un **campione nazionale** di pallavolo sulla migliore pratica di Medical Fitness.

IN EQUILIBRIO PER STARE BENE

OPEN DAY POSTUROLOGIA MERCOLEDÌ 6 FEBBRAIO

Un'analisi scientifica e digitalizzata della tua postura, accompagnata da un esame impedenziometrico e dalla supervisione del Medico Fisiatra, ti consentirà di valutare l'eventuale livello di **alterazione del sistema posturale**.

Grazie a una nuova piattaforma ingegnerizzata dotata di sensori che registrano la postura e di telecamera 3D che monitora i movimenti, sarà possibile orientarti sulla migliore strategia terapeutica da intraprendere per **ritrovare il tuo equilibrio**.

Per accedere agli open day gratuiti è necessario prenotare contattando il numero

039 2397480

dal lunedì al venerdì

dalle ore 10 alle ore 13

a partire dal 14 gennaio, fino a esaurimento posti.





Un grande network al servizio della vostra salute



20900 Monza (MB)

Viale Elvezia (ang. via Martiri delle Foibe)
Tel. 039 2397.1

20864 Agrate Brianza (MB)

Via Lecco 11
Tel. 039 6892.999

www.cam-monza.com