Università degli Studi di Torino
Scuola Universitaria Interfacoltà in Scienze Motorie

Corso di perfezionamento in

CHINESIOLOGIA
educazione alla salute, alla qualità della vita e sua sostenibilità

Anno Accademico 2011/12 **Posti disponibili: n° 50**

Presidente: Prof.ssa Maria Giuseppina ROBECCHI
Direttore del Corso: Prof. Claudio ZIGNIN

Obiettivi formativi

Il Corso intende fornire agli studenti le conoscenze utili a sviluppare le loro professionalità in modo da operare, organizzare, programmare, nell'ambito del movimento, attività atte al mantenimento ed al miglioramento del benessere psicofisico. Nell'ottica di una educazione globale della persona lungo tutto il ciclo di vita, gli studenti potranno acquisire competenze relative alla costruzione di una corretta gestione degli assetti posturali e muscolo-articolari spesso sono alla base di importanti algie che accompagnano il mondo del lavoro, quello sportivo e quello della vita quotidiana. I contenuti del Corso potranno concorrere alla formazione di una figura professionale in grado di strutturare attività motorie dedicate ed adeguate alle esigenze del singolo individuo, di operare e di confrontarsi in maniera costruttiva sul piano delle competenze Chinesiologiche. L'offerta formativa prevede l'acquisizione delle principali tecniche di intervento compensativo, sul posto di lavoro o di residenza, in sinergia con la medicina del lavoro e la geriatria, sulle tecniche di gestione dello stress e della sfera emotiva. Il mezzo elettivo sarà l'attività motoria a basso impatto articolare e a grande contenuto fisiologico: camminata nordica, thai chi et. Al corsista verranno offerti gli strumenti per occuparsi fattivamente, in ambiente demedicalizzato, della salute dei suoi utenti con particolare riferimento alle condizioni di cronicità per promuovere qualità della vita e sua sostenibilità attraverso la presa di coscienza del concetto di salute, la modificazione dello stile di vita dell'individuo in grado di trasformarsi da sedentario a "motorio" permetterà il raggiungimento del il benessere organizzativo dell'azienda.

Sbocchi professionali

Il laureato in possesso dell'attestato rilasciato dal Corso di Perfezionamento potrà utilizzare la professionalità acquisita presso palestre, società o associazioni sportive, aziende ospedaliere con strutture dedicate, residenze sanitarie assistenziali, studi di chinesiologia, centri ricreativi.

Numero partecipanti

Al Corso saranno ammessi studenti fino ad un massimo di 50 (il corso sarà attivato con un minimo di 20 partecipanti). Nell'eventualità che le domande di partecipazione al concorso siano in numero inferiore al numero massimo prestabilito, non avrà luogo la selezione.

Frequenza al corso e organizzazione

Gli iscritti al Corso hanno l'obbligo di frequenza alle lezioni ed all'attività di tirocinio.
Il Corso è composto da un modulo comune di approfondimento ed uno successivo che prevede due indirizzi in alternativa tra di loro.
Il Corso prevede:

- lezioni teoriche per complessive ore 104
- esercitazioni pratiche per complessive ore 48
- apprendimento dall'esperienza (tirocinio) per complessive ore 60
- studio individuale per complessive ore 288.

Totale ore: 500
La frequenza al corso consente il conseguimento di 20 CFU.

Il corso ha durata annuale.
Il corso si compone di n° 11 settimane articolate da febbraio 2012 a dicembre 2012 - tre giorni per settimana (venerdì, sabato e domenica) quattro/otto ore pro die.

Articolazione del corso

Modulo comune:

Insegnamento	Obiettivo formativo	Contenuti del corso	CFU
Fisiopatologia	Fornire le conoscenze per la comprensione delle problematiche inerenti l fisiopatologia nell'età adulta e anziana.	Meccanismi di infiammazione e di auto guarigione del complesso biologico.	**1**
Elementi di ergonomia	Fornire le conoscenze di base per una analisi biomeccanica e posturale in un ottica ergonomica.	Biomeccanica e postura, analisi della variabilità. Rischio biomeccanico in ambito lavorativo. Prevenzione delle patologie da overuse.	**1**
Basi anatomiche del movimento	Conoscenze dell'apparato locomotore e relativi bisogni funzionali.	Apparato locomotore e osteoartromusoclare.	**1**
Principi generali dell'attività e dell'esercizio fisico	Approfondimento relativo all'organizzazione di attività motorie in funzione del metabolismo energetico utilizzato.	Approfondimento e valutazione dei metabolismi energetici applicati all'attività motoria.	**1**
Psicologia del lavoro	Implementare le capacità di problem-solving nelle diverse fasi della vita.	Strategie di coping per affrontare e gestire eventuali momenti di stress.	**1**
Elementi di dietologia	Acquisizione delle conoscenze che guidano la nutrizione equilibrata dell'individuo.	Principi nutritivi, valore nutrizionale degli elementi. Criteri per un apporto dietetico equilibrato.	**1**
Tecniche, metodi e mezzi di valutazione del movimento	Panoramica sul funzionamento di dispositivi per la valutazione del movimento.	Dispendio energetico. EMG di superficie. Dispositivi inerziali e a contatto. Analisi del cammino. Motion capture.	**1**
Principi di deontologia professionale	Identificare il profilo di un professionista a tutela della salute.	Regole e norme deontologiche del professionista del movimento.	**1**

Indirizzo chinesiologia del lavoro:

Insegnamento	Obiettivo formativo	Contenuti del corso	CFU
Alterazioni posturali e tecniche respiratorie	Fornire gli strumenti per la costruzione di una corretta postura e tecnica respiratoria.	Analisi chinesifunzionale della postura e della respirazione, programmi esecutivi.	**1**
Chinesiologia nella patologia degenerativa	Educare all'autonomia del gesto anche in condizioni degenerative.	Analisi chinesifunzionale dei comparti articolari affetti da alterazioni degenerative.	**1**
Valutazione funzionale dell'apparato osteomioarticolare	Educare alla prevenzione.	Analisi degli stress da sollecitazione ripetuta.	**1**
Igiene alimentare	Educare al comportamento alimentare corretto ed al concetto di integrità biologica.	Nutrienti, Integratori, Antiossidanti.	**1**
Medicina del lavoro	Fornire strumenti per valutare i rischi legati alle problematiche della medicina del lavoro.	Problematiche inerenti alle condizioni lavorative.	**1**
Chinesiologia del piatto pelvico	Sollecitare l'attenzione verso l'equilibrio muscolare.	Apparato muscolare nella sua complessità funzionale.	**1**
Test chinesiologici	Fornire strumenti per la valutazione del sistema bio energetico.	Tecniche di valutazione non invasive sulla funzionalità di organi e apparati.	**1**
Strategie nella gestione delle risorse umane	Star bene con se stessi con gli altri e con l'ambiente.	Metodiche per l'ottimizzazione della comunicazione e della gestione delle risorse umane.	**1**

Tirocinio di area	Approfondimento delle tematiche affrontate.	Strutturazione di momenti di tirocinio guidato, in situazioni e strutture differenti.	**4**

Indirizzo chinesiologia nella grande età:

Insegnamento	Obiettivo formativo	Contenuti del corso	CFU
Educazione alla salute, aspetti culturali dello stile di vita in età anziana	Acquisizione di competenze sul processo educativo attraverso il quale l'individuo assume consapevolmente decisioni n merito al proprio stile di vita.	Direttive OMS, condizioni di vita, il cambiamento, la promozione della salute, l'analisi del contesto, definizione degli obiettivi.	**1**
Attività in acqua per l'età anziana	Fornire le conoscenze nell'ambito dell'attività in acqua dedicata all'anziano.	L'acqua come ambiente facilitatore. Attività di movimento e socializzazione. L'acqua come ambiente che previene la degenerazione articolare.	**1**
Attività motoria per l'anziano istituzionalizzato	Fornire le conoscenze necessarie all'attività motoria dedicata all'anziano non normativo.	Programmi di attività motoria dedicata all'anziano fragile. Strumenti di misurazione delle ADL. Strumenti di misurazione del benessere psicofisico del grande anziano.	**1**
L'età anziana	Fornire le conoscenze relative al mondo dell'anziano, alle modificazioni fisiologiche degli apparti necessarie alla strutturazione di competenze per l'organizzazione di attività motoria dedicata.	Teorie dell'invecchiamento. L'invecchiamento degli apparati: muscolo scheletrico, cardiovascolare, respiratorio, nervoso e degli organi di senso. Aspetti psicologici dell'invecchiamento.	**1**
Malattie metaboliche e alimentazione nell'età anziana	Fornire le conoscenze relative agli aspetti dell'alimentazione, del sovrappeso e dell'obesità in relazione allo stile di vita.	La sindrome metabolica, il sovrappeso e l'obesità, regimi alimentari. Attività motoria e obesità. Programmi di educazione alla salute per pazienti obesi anziani.	**1**
Valutazione funzionale per l'età anziana e programmazione dell'attività motoria	Fornire le necessarie conoscenze che permettano, partendo dalla valutazione funzionale di strutturare programmi di allenamento mirati a soddisfare le esigenze della popolazione anziana.	Analisi, studio, confronto e applicazione dei principali metodi di valutazione e metodiche allenanti adatte all'anziano, in ambito cardiovascolare, muscolare e della mobilità articolare.	**1**
Alterazioni posturali e tecniche respiratorie per l'età anziana	Fornire gli strumenti per la costruzione di una corretta postura e tecnica respiratoria per l'età anziana.	Analisi chinesifunzionale della postura e della respirazione, programmi esecutivi di attività motoria dedicata all'anziano.	**1**
Diabete e attività motoria e sportiva per l'età anziana	Fornire le conoscenze necessarie sul diabete al fine di strutturare una attività motoria e sportiva dedicata.	Diabete di tipo I e di tipo II. Complicanze acute, complicanze croniche. Educazione ad uno stile di vita attivo del paziente diabetico anziano. Diabete e attività motoria e sportiva.	**1**

Requisiti per l'ammissione

Possono presentare domanda di partecipazione al concorso di ammissione al Corso:

1) laureati di I livello (n.o) nelle classi 33 e L.22 (Scienze delle attività motorie e sportive);
2) laureati (v.o.) in Scienze Motorie (laurea quadriennale) e diplomati ISEF;
3) laureati di II livello nelle classi 53/S e LM.47 (Organizzazione e gestione dei servizi per lo sport e le attività motorie) e 76/S e LM.67 (Scienze e tecniche delle attività motorie preventive e adattative) e 75/S e LM.68 (Scienze e tecniche dello sport);
4) laureati in possesso di lauree differenti, previa approvazione della commissione di concorso in base ai titoli presentati.

Il titolo dovrà essere conseguito prima dell'inizio del corso ed in tempo utile per il perfezionamento dell'iscrizione.
Non è ammessa la contemporanea iscrizione al Corso di Perfezionamento ed alle scuole di specializzazione ed altri corsi di studio.

Sede di svolgimento

Il modulo Comune si svolgerà presso la SUISM a Torino, Piazza Bernini 12, e a Leinì, Via Volpiano 16.
Il modulo "Chinesiologia del lavoro" si svolgerà presso la SUISM a Torino, Piazza Bernini 12, e a Leinì, Via Volpiano 16.
Il modulo "Chinesiologia per la grande età" si svolgerà a Asti, in collaborazione con ASTISS e ASL ASTI.

Costo per partecipante

Ciascun iscritto è tenuto a versare:

- quanto previsto dall'articolo specificamente dedicato ai Corsi di Perfezionamento nel Regolamento Tasse e contributi dell'Università degli Studi di Torino per l'a.a. 2010 - 2011;
- una quota di € 900,00 da versare alla SUISM.

L'iscritto è tenuto a versare l'importo dovuto all'atto del perfezionamento della pratica di iscrizione.

Scadenza domanda di partecipazione al corso

La domanda di partecipazione al concorso, da compilarsi su apposito modulo predisposto dall'Università degli Studi di Torino, è in distribuzione presso l'ufficio di Segreteria e dovrà essere presentata allo stesso entro il **22 novembre 2011.**

Crediti formativi universitari

Lo svolgimento delle attività e l'adempimento degli obblighi previsti comporta, per gli iscritti, la possibilità di acquisire 20 Crediti Formativi Universitari, che potranno essere eventualmente utilizzati per altri corsi universitari nel rispetto dei limiti specificati all'articolo 2.5 del "Regolamento per la disciplina dei corsi di perfezionamento e altri servizi didattici e integrativi e dei corsi di Master".

Prot. N. 28276/G

Torino, 28/09/2011

Il Presidente
(Prof.ssa Maria Giuseppina ROBECCHI)