

Il Master affronterà le tematiche dell'esercizio fisico di alto livello e fornirà agli iscritti gli strumenti necessari all'approfondimento delle proprie conoscenze nel campo della prescrizione dell'esercizio preventivo e adattato alle patologie croniche stabilizzate.

Collaboreranno per i percorsi di Stage, i seguenti Enti e Associazioni:



Per info

Dipartimento di Scienze Mediche e Sanità Pubblica

Segreteria Amministrativa
Cittadella Universitaria, Asse Didattico E
S.S. 554 bivio per Sestu, 09042 Monserrato (CA)
Tel. 070.675.3120 - email: dsmsp@unica.it



UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI CAGLIARI

MASTER DI PRIMO LIVELLO
AA 2017-2018

Teoria e metodi dell'attività fisica nella prevenzione primaria e secondaria delle patologie croniche

Theory and practice of physical activity in the primary and secondary prevention of chronic diseases

*Ogni persona ha certe caratteristiche, disponibilità e motivazioni differenti, e l'allenamento deve adattarsi a queste.
(Kilian Jornet i Burgada)*

Master in Teoria e metodi dell'attività fisica nella prevenzione primaria e secondaria delle patologie croniche

Obiettivi formativi

La frequenza del Master professionalizzante consentirà agli iscritti di acquisire le competenze necessarie per programmare e gestire protocolli motori finalizzati a:

- Allenamento fisico e conservazione della salute;
- Prevenzione globale delle patologie croniche attraverso un'abitudine costante all'esercizio fisico;
- Definizione di protocolli d'esercizio individualizzati, in relazione alla singola patologia (cardio-metabolica, neurologica, reumatica, oncologica, etc.);
- Addestramento del professionista ad interagire con altri professionisti in un contesto di equipe (medici, fisioterapisti, psicologi).

Sbocchi occupazionali

Programmatori, conduttori o consulenti di attività motorie presso:

- Aziende Ospedaliere, Universitarie e Sanitarie Territoriali
- Enti e Strutture, pubbliche o private (Comuni, Scuole, Associazioni Sportive, Palestre ed Enti di promozione sportiva, Residenze per anziani e disabili, etc.).

Figura professionale

Specialista della programmazione motoria preventiva: predisposizione e gestione di programmi, nonché conduzione, supervisione e valutazione degli stessi in soggetti in età evolutiva, così come nella popolazione anziana.

Specialista della programmazione motoria compensativa:

programmazione, conduzione e valutazione di programmi di attività per il recupero post-riabilitativo.

Specialista della programmazione motoria adattata:

programmazione, direzione tecnica e supervisione di attività motorie e sportive rivolte a soggetti con patologie croniche e condizioni di disabilità fisica e psichica, o a soggetti anziani.

Tali competenze comprendono le attività motorie finalizzate alla prevenzione di:

Patologie correlate con la sedentarietà e gli scorretti stili di vita (prevenzione primaria);

Specifiche patologie cronico-degenerative, affiancando alla terapia convenzionale (farmacologica, interventistica) una attività motoria continuativa, personalizzata e vigilata;

Deficit motori e psicomotori correlati con la senilità e la disabilità.

Crediti complessivi: 60 CFU articolati in: 43 CFU di didattica frontale, interattiva e con applicazioni pratiche (1 CFU = 8 ore di didattica frontale); 7 CFU di percorso di stage (1 CFU = 25 ore); 1 CFU a scelta formativa autonoma (1 CFU = 8 ore); 9 CFU per l'elaborato finale (1 CFU = 8 ore).

Iscritti: Numero minimo 15 Numero massimo 20

Titoli richiesti per l'ammissione: Laurea in Scienze delle Attività Motorie e Sportive o equipollenti, L22, (diploma ISEF, Laurea in Scienze Motorie).

Durata del Master: 8 mesi

Sede/i attività formativa: didattica frontale, interattiva e con applicazioni pratiche presso la Cittadella Universitaria e l'Azienda Ospedaliero-Universitaria di Cagliari; percorsi di stage presso le associazioni/enti/aziende convenzionate.

Lezioni formali (didattica frontale e applicazioni pratiche): 15 ore/settimana nei primi 6 mesi;

Percorso di stage: 12 ore/settimana a partire dal 3° mese e sino all'8°.

Sintesi del Programma didattico e docenti:

Cardiologia e Pneumologia (Giuseppe Mercurio, UNICA); Angiologia (Ettore Manconi, UNICA); Esercizio fisico applicato alle patologie cardiache (Lucia Cugusi, UNICA); Esercizio fisico applicato alle patologie vascolari (Lucia Cugusi, UNICA); Endocrinologia (Fernanda Velluzzi, UNICA); Esercizio fisico applicato alle patologie metaboliche (Giuseppe Attene, UNICA); Nutrizione umana e composizione corporea (Sebastiano Banni, UNICA); Laboratorio di nutrizione umana e composizione corporea applicata alla clinica patologica (Roberto Serpe, UNICA); Cardiologia dello sport (Rosina Di Cesare, UNICA); Valutazione funzionale (Filippo Tocco, UNICA); Valutazione funzionale applicata alla clinica patologica (Andrea Manca, UNISS); Basi molecolari dell'attività fisica e significato evolutivo (Carla Calò, UNICA); Applicazione della genetica all'esercizio fisico (Myosotis Massidda, UNICA); Patologie neurologiche, infiammatorie e degenerative (Monica Puligheddu, UNICA); Patologie psichiatriche (Bernardo Carpinello, UNICA); Esercizio fisico applicato alle patologie neurologiche cronico-degenerative (Lucia Cugusi, UNICA); Esercizio fisico applicato alle patologie neurologiche infiammatorie (Andrea Manca, UNISS); Esercizio fisico applicato alle patologie psichiatriche (Lucia Cugusi, UNICA); Principi di Oncologia Medica (Clelia Madeddu, UNICA); Esercizio fisico applicato alle patologie oncologiche (Andrea Di Blasio, UNICH); Principi di Reumatologia (Matteo Piga, UNICA); Esercizio fisico applicato alle patologie reumatiche (Myosotis Massidda, UNICA); Riabilitazione nell'anziano (Marco Monticone, UNICA); Esercizio fisico applicato all'età anziana (Marco Bergamin, UNIPD); Nordik Walking - Attività motoria adattata in ambiente termale - Attività motoria adattata in ambiente acquatico (Strutture esterne); Elementi di Primo Soccorso (Martino Deidda, UNICA - Maurizio Santomauro, UNINA).