



PEGASO

Università Telematica

D.M. 20 04 2006 G.U. n° 118 del 23 05 2006

MASTER di I Livello

Management dell'A.F.A. Attività Fisica Adattata: principi e attività di supporto tecnico-pratiche.

1ª Edizione

1500 ore 60 CFU

Anno accademico 2021/2022

MA1310



Titolo	Management dell'A.F.A. Attività Fisica Adattata: principi e attività di supporto tecnico-pratiche.
Edizione	1 ^a Edizione
Area	SANITÀ
Categoria	MASTER
Livello	I Livello
Anno accademico	2021/2022
Durata	Durata annuale, per un complessivo carico didattico pari a 1500 ore corrispondenti a 60 CFU

Presentazione

Premissa: L'incremento della durata della vita, influenzato da diversi fattori genetici e ambientali, ha subito una grande evoluzione soprattutto nell'ultimo secolo. Alla fine del XIX secolo solo il 30% della popolazione totale riusciva a raggiungere i sessant'anni di età e di questi solamente il 6-7% li superava; di conseguenza, fino alla fine degli anni '60, per i nati all'inizio del novecento, l'idea prevalente era che la terza età fosse una breve fase della vita carica di incertezze e difficoltà. Risulta quindi evidente che si sta delineando un scenario assolutamente nuovo nella storia, che progressivamente evolverà in una nuova struttura sociale, che dovrà tenere conto delle nuove necessità e dovrà essere capace di organizzare le trasformazioni individuali. L'A.F.A. attività fisica adattata nasce dall'esigenza di permettere ad ogni persona di muoversi correttamente con lo scopo di prevenire le malattie croniche con esercizi adattati per i pazienti.

Programmi di attività fisica adattata in rapporto a specifiche alterazioni dello stato di salute per la prevenzione secondaria e terziaria delle disabilità.

Il Master è finalizzato allo studio dell'attività fisica adattata (A.F.A.) i discenti formati potranno inserirsi in strutture pubbliche (azienda sanitaria locale, case di riposo, strutture riabilitative, centri diurni etc.) o private (centri fitness, centri riabilitativi, case di riposo, la rete Palestre della Salute, etc.), i progetti di attività fisica adattata per la salute sono rivolti a persone portatrici di patologie cronico-degenerative (metaboliche, funzionali e neurologiche e psichiatriche). La possibilità di autonome iniziative imprenditoriali nel settore dell'attività fisica adattata per la prevenzione primaria e terziaria si configura come un settore in notevole espansione.

I programmi AFA verranno coordinati dalla Segreteria Scientifica e sono adatti a prevenire la perdita di capacità motorie attraverso il movimento svolto in un gruppo guidato da un istruttore. I programmi AFA si svolgono secondo la normativa vigente.

<p>Finalità</p>	<p>Il Master intende, infatti, fornire gli strumenti teorici e le conoscenze pratiche necessarie per agevolare l'insegnante nella predisposizione dei corsi AFA , fornendo le basi metodologiche e conoscitive di una vasta gamma di argomenti.</p> <p>Insegnamento delle conoscenze necessarie alla prescrizione, progettazione ed esecuzione dell'Attività Fisica Adattata A.F.A. attraverso l'acquisizione di:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Basi sull'inquadramento clinico della singola patologia e sulle linee guida internazionali per i programmi di attività fisica; - Conoscenze sulla teoria e metodologia per il supporto alla valutazione, progettazione, organizzazione e gestione di programmi di esercizio fisico per la promozione della salute; - Specifiche conoscenze sugli strumenti necessari per la valutazione dello stato di salute del paziente e delle capacità funzionali, ai fini della implementazione di programmi di esercizio in modalità sicura e individualizzata. -Conoscenza del setting e degli strumenti di lavoro (palestre) con particolare attenzione alle condizioni di sicurezza ambientale. <p>Abilità: - Gestione della relazione tra lo staff prescrittivo e il paziente, nelle diverse fasi previste dall'iter valutazione-prescrizione-conduzione, con efficace suddivisione di compiti e responsabilità;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Adattare il programma di lavoro (esercizi di attività fisica adattata) proposto al variare della condizione della persona (includendo lo stadio patologia, condizioni psicologiche e motivazione all'esercizio, distanza abitazione-palestre, mezzi di trasporto alla palestra, etc.), compliance del paziente al programma di esercizi; -Implementazione di tecniche di relazione e comunicazione efficace con i pazienti affinché intraprendano con continuità i corsi; -Cura degli aspetti amministrativi e di fornitura delle risorse necessarie allo svolgimento delle attività e vigilano sulla tenuta in efficienza e sicurezza degli impianti e delle attrezzature; - Utilizzazione di un linguaggio condiviso con uno staff multidisciplinare; -Capacità di gestione dei i sistemi informatici per l'acquisizione ed elaborazione dei dati.
<p>Direttore</p>	<p>Responsabile Scientifico: Prof.ssa Carmela De Cesare-Direttore UOC Riabilitazione ASL Napoli 1 Centro. Responsabile Progetto "Palestre Aperte": L'A.F.A. (Attività Fisica Adattata) nel trattamento degli esiti disabilitanti delle fratture di femore e dei postumi di ictus della ASL Napoli 1 Centro. Docente Corso di Laurea in Fisioterapia Università Vanvitelli e docente Corso di Laurea in Scienze Infermieristiche Università Federico 2°. Esperto AFA attività fisica adattata e invecchiamento in salute Gruppo Promis- il Mattone della Salute- ASL Napoli 1 Centro Regione Campania.</p>

<p>Destinatari</p>	<p>I destinatari del Master sono coloro che possiedono una Laurea di Primo Livello secondo il vigente ordinamento afferente ad una professione sanitaria; In particolare il corso interessa l'area delle professioni sanitarie di cui alla legge 43/2006. Laureati con laurea triennale, magistrale o specialistica conseguita secondo l'ordinamento antecedente o successivo al D. M. 509/99 in Fisioterapia, in Scienze Motorie, in Scienze Infermieristiche ed altre Professioni Sanitarie.</p>																																																																								
<p>Strumenti didattici</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Modalità di erogazione: full online con piattaforma informatica accessibile h24 • Lezioni video on-line; 4 Webinar formativi obbligatori in modalità sincrona; • documenti cartacei appositamente preparati; • bibliografie; • sitografia (link di riferimento consigliati dal docente per approfondimento); • test di valutazione. 																																																																								
<p>Contenuti</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>Tematica</th> <th>SSD</th> <th>CFU</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>1</td><td>Fisiologia dell'attività motoria</td><td>Bio/09</td><td>6</td></tr> <tr><td>2</td><td>L'attività fisica e gli effetti biologici generali</td><td>Bio/13</td><td>9</td></tr> <tr><td>3</td><td>Biochimica e Bioenergetica dell'Esercizio Fisico</td><td>Bio/10</td><td>6</td></tr> <tr><td>4</td><td>Biomeccanica dell'esercizio Fisico</td><td>Bio/12</td><td>2</td></tr> <tr><td>5</td><td>Patologia Generale</td><td>Med/05</td><td>2</td></tr> <tr><td>6</td><td>Le Attività motorie di base</td><td>Med/33</td><td>2</td></tr> <tr><td>7</td><td>Storia e normativa dell'AFA</td><td>Med/02</td><td>1</td></tr> <tr><td>8</td><td>Igiene Generale</td><td>Med/42</td><td>1</td></tr> <tr><td>9</td><td>Pediatria Generale</td><td>Med/38</td><td>1</td></tr> <tr><td>10</td><td>Malattie Cardiovascolari</td><td>Med/11</td><td>1</td></tr> <tr><td>11</td><td>Postura nell'attività motoria</td><td>Med/34</td><td>1</td></tr> <tr><td>12</td><td>Il metabolismo femminile</td><td>Med/40</td><td>1</td></tr> <tr><td>13</td><td>Neuroscienze dell'AFA</td><td>Med/26</td><td>2</td></tr> <tr><td>14</td><td>Patologie Respiratorie</td><td>Med/10</td><td>2</td></tr> <tr><td>15</td><td>4 Webinar formativi obbligatori</td><td></td><td>20</td></tr> <tr><td>16</td><td>Project Work</td><td></td><td>3</td></tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: right;">Totale</td> <td></td> <td>60</td> </tr> </tbody> </table>		Tematica	SSD	CFU	1	Fisiologia dell'attività motoria	Bio/09	6	2	L'attività fisica e gli effetti biologici generali	Bio/13	9	3	Biochimica e Bioenergetica dell'Esercizio Fisico	Bio/10	6	4	Biomeccanica dell'esercizio Fisico	Bio/12	2	5	Patologia Generale	Med/05	2	6	Le Attività motorie di base	Med/33	2	7	Storia e normativa dell'AFA	Med/02	1	8	Igiene Generale	Med/42	1	9	Pediatria Generale	Med/38	1	10	Malattie Cardiovascolari	Med/11	1	11	Postura nell'attività motoria	Med/34	1	12	Il metabolismo femminile	Med/40	1	13	Neuroscienze dell'AFA	Med/26	2	14	Patologie Respiratorie	Med/10	2	15	4 Webinar formativi obbligatori		20	16	Project Work		3	Totale			60
	Tematica	SSD	CFU																																																																						
1	Fisiologia dell'attività motoria	Bio/09	6																																																																						
2	L'attività fisica e gli effetti biologici generali	Bio/13	9																																																																						
3	Biochimica e Bioenergetica dell'Esercizio Fisico	Bio/10	6																																																																						
4	Biomeccanica dell'esercizio Fisico	Bio/12	2																																																																						
5	Patologia Generale	Med/05	2																																																																						
6	Le Attività motorie di base	Med/33	2																																																																						
7	Storia e normativa dell'AFA	Med/02	1																																																																						
8	Igiene Generale	Med/42	1																																																																						
9	Pediatria Generale	Med/38	1																																																																						
10	Malattie Cardiovascolari	Med/11	1																																																																						
11	Postura nell'attività motoria	Med/34	1																																																																						
12	Il metabolismo femminile	Med/40	1																																																																						
13	Neuroscienze dell'AFA	Med/26	2																																																																						
14	Patologie Respiratorie	Med/10	2																																																																						
15	4 Webinar formativi obbligatori		20																																																																						
16	Project Work		3																																																																						
Totale			60																																																																						

<p>Attività</p>	<p>PROGRAMMAZIONE DELL'ATTIVITA' FISICA ADATTATA E VALUTAZIONE DEGLI EFFETTI SULLA SALUTE.</p> <p>Lezione Frontale:</p> <p>L'erogazione del Master si svolgerà in modalità e-learning, con piattaforma accessibile 24 ore/24. Il modello di sistema e-learning adottato prevede l'apprendimento assistito lungo un percorso formativo predeterminato, con accesso a materiali didattici sviluppati appositamente e fruibili in rete e ad un repertorio di attività didattiche interattive, individuali e di gruppo, mediate dal computer e guidati da tutor/esperti tecnologici e di contenuto, in grado di interagire con i corsisti e rispondere alle loro domande. Lo studio dei materiali didattici digitali /video lezioni dei docenti con animazioni grafiche) e a stampa (dispense e/o testi) avviene di regola secondo tempi e disponibilità del singolo corsista durante le 24 ore della giornata.</p> <p>-Acquisizione conoscenze e capacità di comprensione dei principi dell'A.F.A. Attività Fisica Adattata e dell'Esercizio fisico adattato come rimedio che sostituisca i farmaci per i suoi effetti sulla salute;</p> <p>-Acquisizione degli strumenti idonei a programmare l'AFA e l'esercizio terapia e a valutarne gli effetti con particolare attenzione alle popolazioni con patologie croniche non trasmissibili, disabili e anziani;</p> <p>-Organizzazione attività di supporto nell'offerta di servizi di attività motoria adattata e coordinamento delle risorse correlata alla realizzazione e allo sviluppo dell'offerta di attività fisica adattata;</p> <p>-Conoscenza delle caratteristiche dell'AFA e degli effetti bio-molecolari sulla regolazione del metabolismo e in generale dei benefici dell'esercizio fisico adattato nella prevenzione e management di patologie cronico degenerative e tumorali. Lo studente acquisirà le metodologie validate nella letteratura scientifica per la valutazione dello stato di salute fisica e della fitness nella popolazione a rischio affetta da malattie croniche in vario stadio, anziani e non e imparerà ad applicare le conoscenze acquisite all'ambito professionale, adattando le strategie generali apprese ai contesti di popolazione fragile;</p> <p>-Acquisizione ed approfondimento di un linguaggio appropriato al proprio ambito professionale e imparare a relazionarsi correttamente con interlocutori differenti (medici, laureati in scienze motoria, istruttori, etc..) nell'ottica di un lavoro in team multidisciplinare;</p> <p>TIROCINIO PRATICO:</p> <p>Apprendimento di una serie di programmi di esercizio non sanitari basati sull'esercizio fisico, svolti in piccoli gruppi, appositamente disegnati per soggetti affetti da malattie croniche, e principalmente finalizzati alla modificazione dello stile di vita per la prevenzione della disabilità.</p>
<p>Adempimenti richiesti</p>	<p>Ai corsisti vengono richiesti i seguenti adempimenti:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Studio del materiale didattico appositamente preparato; • Superamento dei test di autovalutazione somministrati attraverso la piattaforma PegasOnline; • Partecipazione alle attività di rete; <p>Superamento esami scritti per le materie che compongono il master e predisposizione di una tesina finale Project WORK su uno degli argomenti trattati.</p>

<p>Titoli ammissione</p>	<p>Titolo accademico richiesto: laurea triennale, magistrale o specialistica conseguita secondo l'ordinamento antecedente o successivo al D. M. 509/99 in Fisioterapia, in Scienze Motorie, in Scienze Infermieristiche ed altre Professioni Sanitarie.</p>																								
<p>Termini iscrizione</p>	<p>Iscrizioni sempre aperte</p>																								
<p>Condizioni</p>	<p>L'amministrazione si riserva l'attivazione del Corso Postlaurea: https://docs.unipegaso.it/postlaurea/mancata_attivazione.pdf</p> <p>L'iscrizione comporta l'accettazione del Regolamento sulle condizioni d'utilizzo, riportate alla pagina: https://docs.unipegaso.it/postlaurea/cond_util_post.pdf</p>																								
<p>Quota di iscrizione</p>	<p style="text-align: center;">€ 1500,00 (ai quali si aggiungono € 116 per spese di bollo)</p> <p>Il pagamento è in un'unica soluzione o, alternativamente, in tre rate così distribuite</p> <table border="1" data-bbox="528 871 1481 1055"> <thead> <tr> <th></th> <th>RATA</th> <th>SCADENZA</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>500€ + € 116 per spese di bollo</td> <td>all'atto dell'iscrizione</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>500€</td> <td>dopo il 1° mese dall'iscrizione</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>500€</td> <td>dopo il 2° mese dall'iscrizione</td> </tr> </tbody> </table> <p style="text-align: center;">€ 1000,00 (ai quali si aggiungono € 116 per spese di bollo)</p> <p>PER TUTTI GLI ISCRITTI IN CONVENZIONE Per tutti gli iscritti in convenzione Il pagamento è in un'unica soluzione o, alternativamente, in tre rate così distribuite</p> <table border="1" data-bbox="528 1240 1481 1424"> <thead> <tr> <th></th> <th>RATA</th> <th>SCADENZA</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>200€ + € 116 per spese di bollo</td> <td>all'atto dell'iscrizione</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>400€</td> <td>dopo il 1° mese dall'iscrizione</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>400€</td> <td>dopo il 2° mese dall'iscrizione</td> </tr> </tbody> </table>		RATA	SCADENZA	1	500€ + € 116 per spese di bollo	all'atto dell'iscrizione	2	500€	dopo il 1° mese dall'iscrizione	3	500€	dopo il 2° mese dall'iscrizione		RATA	SCADENZA	1	200€ + € 116 per spese di bollo	all'atto dell'iscrizione	2	400€	dopo il 1° mese dall'iscrizione	3	400€	dopo il 2° mese dall'iscrizione
	RATA	SCADENZA																							
1	500€ + € 116 per spese di bollo	all'atto dell'iscrizione																							
2	500€	dopo il 1° mese dall'iscrizione																							
3	500€	dopo il 2° mese dall'iscrizione																							
	RATA	SCADENZA																							
1	200€ + € 116 per spese di bollo	all'atto dell'iscrizione																							
2	400€	dopo il 1° mese dall'iscrizione																							
3	400€	dopo il 2° mese dall'iscrizione																							

<p>Modalità pagamento</p>	<p>Il pagamento dovrà avvenire mediante bonifico bancario, ESEGUITO DIRETTAMENTE DAL CORSISTA, alle seguenti coordinate bancarie:</p> <p>UNIVERSITÀ TELEMATICA PEGASO Banca Generali IBAN: IT 44 M 03075 02200 CC8500647145</p> <p>Indicare sempre nella causale del bonifico il proprio nome e cognome ed il pagamento della marca da bollo assolta in modo virtuale, seguito dal codice del corso: MA1310</p> <p>SI INFORMA CHE NON SARANNO EMESSE QUIETANZE SUI PAGAMENTI RICORDANDO, AI FINI FISCALI PER LA DETERMINAZIONE DEL REDDITO, CHE IL BONIFICO, ESEGUITO SECONDO LE SU RIPORTATE ISTRUZIONI, CONSENTE LA DETRAZIONE DEL COSTO DEL CORSO.</p>
<p>Trattamento dati personali</p>	<p>INFORMATIVA AL TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI AI SENSI DEL REGOLAMENTO (UE) n. 2016/679 DEL PARLAMENTO EUROPEO E DEL CONSIGLIO DEL 27 APRILE 2016</p> <p>La informiamo che i Suoi Dati sono trattati in ottemperanza al nuovo Regolamento generale sulla protezione dei dati (Reg. UE 2016/679) da parte dell'Università Telematica Pegaso. Sul sito www.unipegaso.it trova l'informativa completa in relazione alle procedure e modalità di trattamento dei dati.</p> <p>In qualunque momento relativamente ai Suoi Dati, Lei potrà esercitare i diritti previsti nei limiti ed alle condizioni descritte dagli articoli 7 e 15-22 del Regolamento, rivolgendosi al Titolare del trattamento Università Telematica Pegaso, Piazza Trieste e Trento, 48 - 80132 Napoli per posta o per fax, indicando sulla busta o sul foglio la dicitura "Inerente alla Privacy", o inviando una e-mail all' indirizzo privacy@unipegaso.it</p> <p>E' possibile consultare l'informativa sul sito dell'Università Telematica Pegaso, all'indirizzo: http://www.unipegaso.it/website/privacy</p>
<p>Informazioni</p>	<p>Per qualsiasi informazione inviare una e-mail al seguente indirizzo:</p> <p>postlaurea@unipegaso.it (di carattere amministrativo e didattico);</p> <p>orientamento@unipegaso.it (per le iscrizioni presso la sede);</p> <p>Per informazioni didattiche ed amministrative contattare l'indirizzo email area.sanita@unipegaso.it oppure telefonare 08119339555 o 3343577525</p>