

## CINESTETICA: PER UNA MOBILIZZAZIONE SICURA ED EFFICACE!

Le tecniche più avanzate per la movimentazione manuale dei pazienti.  
 La disciplina del movimento per il curante e per l'assistito

Un convegno ad alto impatto pensato per professionisti della sanità e dell'assistenza che vogliono migliorare subito la propria efficacia operativa, riducendo rischi e fatica.



**CINESTETICA  
SAFE MOBILITY:  
PREVENTING PAIN, PRESSURE  
AND POSITIONING INJURIES**

**LO SPOSTAMENTO  
NON È SOLLEVARE  
MA ACCOMPAGNARE**

**ESERCIZI PRATICABILI**

- 1 TRASFERIMENTO DA SEDIA A SEDIA
- 2 TRASLAZIONE LATERALE
- 3 DISTENSIONE MUSCOLARE
- 4 TRASLAZIONE VERSO L'ALTO

**CINESTETICA  
SAFE MOBILITY**  
 MOVIMENTO CONSAPEVOLE,  
 ASSISTENZA SICURA,  
 QUALITÀ DI VITA

- PREVENZIONE DEL BACK PAIN**  
Ridurre il carico biomeccanico e i rischi per gli operatori
- MIGLIORARE LA MOBILIZZAZIONE**  
Promuovere autonomia e qualità di vita
- PREVENIRE LE LESIONI DA POSIZIONAMENTO**  
Strategie efficaci per ridurre i rischi
- PREVENIRE L'INSORGENZA DELLE LESIONI DA PRESSIONE**  
Valutazione, prevenzione e interventi mirati

Il cuore del metodo è chiaro: lo spostamento non è sollevare, ma accompagnare. Un approccio che consente di prevenire il mal di schiena, ottimizzare la mobilizzazione degli assistiti e ridurre in modo concreto il rischio di lesioni da pressione e da posizionamento.

Durante l'evento, oltre ai contenuti tecnici, i partecipanti sperimentano esercizi pratici immediatamente applicabili: trasferimenti da sedia a sedia, traslazioni laterali, distensione muscolare e spostamenti verso l'alto. In soli 15 minuti è possibile apprendere e ripetere le tecniche più efficaci.

Format dinamico, coinvolgente e orientato ai risultati, con momenti interattivi che rendono l'apprendimento rapido e memorabile.

Un'occasione concreta per acquisire competenze spendibili da subito e migliorare sicurezza, qualità dell'assistenza e benessere degli operatori.

### PROGRAMMA DEL CONVEGNO

- **Prevenzione del *back pain*** – Ridurre sovraccarichi e posture scorrette degli operatori
- **Migliorare la mobilizzazione degli assistiti** – Favorire movimenti sicuri, autonomi e funzionali
- **Prevenire le lesioni da posizionamento** – Evitare danni da posture prolungate e scorrette
- **Prevenire l'insorgenza delle lesioni da pressione** – Ridurre pressione e rischio di piaghe cutanee
- **Esercizi pratici** - Trasferimento da sedia a sedi, laterale, verso l'alto, distensione muscolare