



Πανελλήνιος Σύλλογος Φυσικοθεραπευτών (ΠΣΦ)  
Australian Physiotherapy Association (APA)  
International Federation Sports Physical Therapy (IFSPT)



## Σεμινάριο «Αθλητική Φυσικοθεραπεία- Επίπεδο 1» ( APA level 1)

Στα πλαίσια της Πιστοποίησης «Αθλητικός Φυσικοθεραπευτής-  
Ειδικός Άσκησης»

29 Ιουνίου - 1 Ιουλίου 2019

ΑΙΘΟΥΣΑ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟΥ ΔΗΜΟΥ  
ΚΑΛΛΙΘΕΑΣ  
ΝΑΥΑΡΧΟΥ ΒΟΤΣΗ 1, ΚΑΛΛΙΘΕΑ

# Περιγραφή Προγράμματος

Σε αυτό το τριήμερο σεμινάριο θα μελετηθούν θεωρητικά και πρακτικά θέματα που αφορούν τη διαχείριση των αθλητικών τραυματισμών βάσει επιστημονικής τεκμηρίωσης. Θα παρουσιαστούν θέματα που θα περιλαμβάνουν τον ώμο, την ποδοκνημική και το γόνατο, εστιάζοντας στον τραυματισμό συνδέσμων, τενόντων και μυών.

Σκοπός είναι να μπορεί ο εκπαιδευόμενος που θα ολοκληρώσει το APA Level 1 να αποκτήσει γνώσεις σχετικά με την οξεία διαχείριση του τραυματισμένου αθλητή μέσα στον αγωνιστικό χώρο (on field) καθώς των φυσικοθεραπευτικών αναγκών μιας ομάδας που ταξιδεύει σε αθλητική διοργάνωση. Επιπλέον, θα υπάρχει και ένα αρκετά μεγάλο τμήμα με πρακτική εφαρμογή περίδεσης.

Για την απόκτηση της βεβαίωσης του σεμιναρίου, θα πραγματοποιηθεί 2 εβδομάδες μετά την ολοκλήρωση του προγράμματος, εξ' αποστάσεως αξιολόγηση με μορφή πολλαπλών ερωτήσεων.

## Μαθησιακά αποτελέσματα

Μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του APA Level 1 οι εκπαιδευόμενοι θα είναι σε θέση:

1. Να επιδεικνύουν ικανότητες αξιολόγησης, διάγνωσης και διαμόρφωσης ενός κατάλληλου πλάνου άμεσης θεραπευτικής παρέμβασης για τραυματισμούς της ποδοκνημικής άρθρωσης.
2. Να επιδεικνύουν ικανότητες αξιολόγησης, διάγνωσης και διαμόρφωσης ενός κατάλληλου πλάνου άμεσης θεραπευτικής παρέμβασης για τραυματισμούς γόνατος.
3. Να εφαρμόζουν γνώσεις λειτουργικής ανατομίας και εμβιομηχανικής του άνω άκρου στην αξιολόγηση, τη διάγνωση και την άμεση αντιμετώπιση των τραυματισμών της ωμικής ζώνης.

4. Να επιδεικνύουν γνώσεις και πρακτικές δεξιότητες για την αξιολόγηση και τη διαχείριση των τραυματισμών σε αθλητικούς χώρους (on-field injuries) και συγκεκριμένα να επιδεικνύουν γνώσεις αποτελεσματικής εξέτασης και θεραπείας των τραυματισμών της σπονδυλικής στήλης σε αθλητικούς χώρους.
5. Να προσδιορίζουν τον ρόλο του αθλητικού Φυσικοθεραπευτή σε ότι αφορά στην πρόληψη, αξιολόγηση και αποκατάσταση των τραυματισμών στα πλαίσια της αθλητικής ομάδας. Επίσης, να μπορούν να περιγράφουν τη δομή της ιατρικής ομάδας σε μια αθλητική ομάδα και να προσδιορίζουν επακριβώς το ρόλο του αθλητικού Φυσικοθεραπευτή. Οι εκπαιδευόμενοι θα είναι επίσης σε θέση να αναγνωρίζουν τομείς της αθλητικής κάλυψης ενός αγώνα σε ότι αφορά θέματα όπως τη διαχείριση κινδύνου, την καταγραφή των τραυματικών δεδομένων, την ασφάλιση και την αποζημίωση.
6. Να εφαρμόζουν τεχνικές περίδεσης στον αθλητή.
7. Να επεξεργάζονται ατομικές περιπτώσεις αθλητών σχετικά:
  - με τεχνικές αρχικής-προσωρινής διάγνωσης
  - με διαφοροδιάγνωση
  - με την περιγραφή δοκιμασιών που χρησιμοποιούνται για την επιβεβαίωση της διάγνωσης
  - με την διαμόρφωση ενός σχεδίου άμεσης θεραπευτικής παρέμβασης
  - με την διαμόρφωση μιας λίστας σημαντικών παραγόντων που πρέπει να λαμβάνονται υπόψη κατά την αξιολόγηση μη τραυματικών κακώσεων.
8. Να επιδεικνύουν γνώσεις επί των φυσιολογικών και χρονικών διεργασιών της φλεγμονής και της επούλωσης του τένοντα, των συνδέσμων και του μυϊκού ιστού.



## **Dr Maria Constantinou**

### **PhD, MPhSt(Sports) BPhy GradCertEd**

Maria Constantinou is an Australian Physiotherapy Association (APA) Titled Sport Physiotherapist, an International Sports Physical Therapist and a Fellow of the Australian Sports Medicine Federation (FASMF). Maria is a Senior Lecturer at the School of Physiotherapy, Australian Catholic University, previously having worked at Griffith University and The University of Queensland. More recently

Maria was the Polyclinic and Team Physiotherapy Programs Coordinator for the 2018 Gold Coast Commonwealth Games. Maria was awarded her PhD in 2016 and holds a Master in Physiotherapy Studies (Sports). She is the Secretary on the Executive Board of the International Federation of Sports Physical Therapy and a National Sports Physiotherapy Australia committee member. Maria has extensive clinical experience, having worked as a Sports Physiotherapist at many major sporting events including the Sydney 2000 and Athens 2004 Olympic Games, the Melbourne 2006 Commonwealth Games, the Vancouver Winter 2010 Olympic Games, the Port Moresby 2015 Pacific Games, the Vanuatu 2017 Pacific Mini Games and the 2018 Gold Coast Commonwealth Games. Maria's clinical, teaching and research interests comprise the prevention and management of sports injuries, sports and therapeutic taping, reflective practice in health education and gait and function in hip osteoarthritis, which was the focus of her PhD studies. Maria's publications include the book *Therapeutic Taping for Musculoskeletal Conditions* which has been translated into several languages. Maria has an interest in the international advancement of sports physiotherapy and has presented in over 20 countries at national and international conferences, workshops, and professional development events.



## **Assistant Professor Mark Brown** **B.App.Sc(Phty); MHSc(Sports Physio); MBA**

Mark Brown has post graduate qualifications in both Sports Physiotherapy and Management. Mark is an Australian Physiotherapy Association Titled Sports Physiotherapist, a Fellow of the Australian Sports Medicine Federation, an IFSPT International Registered Sports Physical Therapist and a Fellow of the Australian

Institute of Managers and Leaders. Mark is currently the Allied Health Clinic Coordinator at Australian Catholic University and an Honorary Adjunct Assistant Professor in the School of Physiotherapy at Bond University. Mark's previous positions include: Venue Medical Manager for Triathlon, Marathon and Swimming of the 2018 Gold Coast Commonwealth Games, Executive Officer of Sports Medicine Australia's Queensland Branch, Associate Professor (Adjunct) in the Menzies Health Institute Queensland Centre of Musculoskeletal Research, Executive Director, Australian Physiotherapy Association (New South Wales Branch), and Director of Physiotherapy for the Sydney 2000 Olympic and Paralympic Games. As well as his experience in managing physiotherapy and sports medicine services Mark also has extensive clinical experience as a Sports Physiotherapist including at major sporting events such as the Sydney 2000 Olympic and Paralympic Games, Athens 2004 Olympics, Vancouver 2010 Winter Olympics, Melbourne 2006 Commonwealth Games, Glasgow 2014 Commonwealth Games, 2015 Port Moresby Pacific Games and Vanuatu 2017 Pacific Mini Games. Mark's main teaching and research interest areas relate primarily to improving safety and performance in sport and physical activity and he has both published and presented on sports injury prevention and performance enhancement, the prevention and management of medical emergencies in sport, and taping techniques for the prevention and management of musculoskeletal conditions. He has conducted many training programs for health professionals, coaches and other athlete support staff in over 20 countries. Mark's publications include the book 'Therapeutic Taping for Musculoskeletal Conditions' which has been translated into several languages, two chapters in the International Olympic Committee 'Manual of Emergency Medicine in Sport' and he was the Editor of the Tenth Edition of 'Sports Medicine for Sports Trainers'.

Mark has a long history of working with Master's athletes including as the Medical Director of the Pan Pacific Masters Games from 2006-2016 and he is currently a PhD Scholar at Bond University studying "participant preparation and sports injuries in older athletes".

Το Κεντρικό Διοικητικό Συμβούλιο (ΚΔΣ) του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών (ΠΣΦ), αποφάσισε τη συγκρότηση πενταμελούς Επιστημονικής Επιτροπής, η οποία θα έχει ως αποκλειστική αρμοδιότητα την επιστημονική οργάνωση του προγράμματος πιστοποίησης των μελών του ΠΣΦ ως «Αθλητικοί Φυσικοθεραπευτές – Ειδικοί Άσκησης».

Η Επιστημονική Επιτροπή αποτελείται από Καθηγητές Πανεπιστημίων με γνωστικό αντικείμενο την Αθλητική Φυσικοθεραπεία, καθώς και από φυσικοθεραπευτές με μεταπτυχιακές σπουδές στην Αθλητική Φυσικοθεραπεία.

Ειδικότερα η Επιστημονική Επιτροπή αποτελείται από:

- την Καθηγήτρια Πανεπιστημίου Θεσσαλίας  
κ. Ελένη Καπρέλη ως πρόεδρο,
- τον Αναπληρωτή Καθηγητή Πανεπιστημίου Πατρών  
κ. Κωνσταντίνο Φουσέκη ως γραμματέα,
- τον Αν. Καθηγητή του Διεθνούς Πανεπιστημίου της Ελλάδας  
κ. Γεώργιο Κούτρα ως μέλος,
- την Επίκουρη Καθηγήτρια του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής  
κ. Μαρία Παπανδρέου ως μέλος
- τον Ακαδημαϊκό Υπότροφο του Πανεπιστημίου Πατρών  
κ. Ηλία Τόλο ως μέλος.

Day 1			
Time	Topic	Session Type	Presenter
8.00-8.15	Registration		
8.15-8.30	Introduction to Sports Physiotherapy		Mark Brown
8.30-10.00	The role of the Physiotherapist in Sports, Sports Kit and Travel	Lecture	Mark Brown
10.00-10.15	Morning tea		
10.15-12.15	Concussion	Lecture	Mark Brown
12.15-12.45	Lunch		
12.45-14.45	Load Management in Injury Prevention and Rehabilitation	Lecture and Practical	Mark Brown
14.45-15.00	Afternoon tea		
15.00-16.00	Muscle Injuries 1 (Hamstring/Calf/Quadriceps)	Lecture	Mark Brown
16.00-16.30			
16.30-17.00	End of Day 1 Assessment		Mark Brown
17.00	Concludes		
Day 2			
Time	Topic	Session Type	Presenter
8:00-8:15	Recapping from Day 1		
8:15-10.15	Assessment, Diagnosis and Management of the Ankle and Foot in Sport	Lecture and Practical	Dr Maria Constantinou
10.15-10.30	Morning tea		
10.30-12.00	Assessment, Diagnosis and Management of the Ankle and Foot in Sport	Lecture and Practical	Dr Maria Constantinou
12.00-13.00	The Sporting Knee	Lecture and Practical	Dr Maria Constantinou
13.00-13:30	Lunch		
13.30-15:30	The Sporting Knee	Lecture and Practical	Dr Maria Constantinou
15.30-15.45	Afternoon Tea		
15.45-17:45	Assessment, Diagnosis and Management of the Hip and Groin in Sport	Lecture and Practical	Dr Maria Constantinou
17.45-18.15	End of Day 2 Assessment		
18.15	Concludes		

## Day 3

Time	Topic	Session Type	Presenter
<b>8:15-8:30</b>	<b>Recapping from Day 2</b>		
<b>8:30-9:30</b>	Sports Taping Practice	Practical	Dr Maria Constantinou
<b>9.30-10.30</b>	The Spine in Sport	Lecture and Practical	Mark Brown
<b>10.30-10:45</b>	<b>Morning tea</b>		
<b>10.45-12:45</b>	The Spine in Sport	Lecture and Practical	
<b>12.45-13:15</b>	<b>Lunch</b>		
<b>13.15-14:45</b>	Shoulder	Lecture and Practical	Dr Maria Constantinou
<b>14.45-15.00</b>	<b>Afternoon Tea</b>		
<b>15.05-16:35</b>	The Sporting Shoulder	Lecture and Practical	Dr Maria Constantinou
<b>16.35-17.35</b>	End of Day 3 Assessment / Competencies Review		
<b>17.35-17.40</b>	Course Evaluation Survey		
<b>17.45</b>	<b>Concludes</b>		



# ΧΟΡΗΓΟΙ





ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
Υπουργείο Υγείας

ΝΠΔΔ

**Πανελλήνιος Σύλλογος Φυσικοθεραπευτών**