



CRISTIANO ZANINI
20-05-1992
VIA GARIBALDI, 64 POGGIO RUSCO
46025 (MN) ITALIA
3932437445
cristianozanini20@gmail.com

ESPERIENZE LAVORATIVE

2018: Z-Sport&Rehab - via Monte Grappa, Caronno Pertusella (VA) - **Centro Fisioterapico, di personal training, preparazione atletica e nutrizione**

-Figura adibita al trattamento riabilitativo tecniche massoterapiche, terapia manuale, fisiokinesiterapia, riabilitazione post-operatoria e trattamento tramite **Human Tecar**

2018: PhysioTechLab - via Rime, Mendrisio, Svizzera-**Centro Fisioterapico, di personal training, preparazione atletica e nutrizione**

-Figura adibita al trattamento riabilitativo tecniche massoterapiche, terapia manuale, fisiokinesiterapia, riabilitazione post-operatoria

2016-2017: Curie - via Emilia ang. viale Liguria, Cologno Monzese (MI)-**Struttura ambulatoriale accreditata**

-Figura adibita al trattamento riabilitativo tecniche massoterapiche, fisiokinesiterapia, riabilitazione post-operatoria e terapie fisiche tra le quali il trattamento tramite **Human Tecar**, applicazione **Kinesio Taping**

2016-2018: Kinesis Sport - via Brianza 2, Bellusco (MB)- **Poliambulatorio medico**

-Figura adibita al trattamento riabilitativo tecniche massoterapiche, terapia manuale, fisiokinesiterapia, riabilitazione post-operatoria , trattamento **FCF** (Fibrolisi Connettivale e Miofasciale) , trattamento tramite **Human Tecar** , applicazione **Kinesio Taping** , impostazioni di programmi riabilitativi e di allenamenti isocinetici (dinamometro **CIBEX NORM**)

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

2019

“L’approccio della Medical Exercise Therapy” (SUPSI- scuola universitaria professionale della Svizzera italiana)

Programma:

- Studio di due casi clinici reali
- Valutazione fisioterapica e test per l’applicazione della MET graduata ed in modo individuale
- Basi teoriche per valutazione e trattamento del caso specifico
- Sessione pratica riguardo a sperimentazione in prima persona del programma di esercizi proposti al paziente
- Rivalutazione e progressione nella proposta di esercizio terapeutico con utilizzo dei poster e del Libro Specchio per la parte di comunicazione cognitivo comportamentale sul dolore
- Messa in pratica del programma di esercizi mentre si utilizza la comunicazione sul dolore con utilizzo dei poster

“Ragionamento clinico e trattamento delle problematiche al complesso della spalla” (SUPSI- scuola universitaria professionale della Svizzera italiana)

Programma:

- Valutazione red e yellow flags concernente la spalla
- Assessment del complesso gleno- scapolare
- Assessment disfunzioni acromion-claveari, cervicali e dorsali collegate alla spalla
- Impostazione programma riabilitativo

“MONIS Mobilisation of the Neuroimmune System”

Programma:

- Conoscenza di base di neuroanatomia, neurodinamica, neuroimmunologia e neuropatobiologia relativa all'esame manuale del sistema nervoso
- Competenze diagnostiche sicure ed efficaci nell'esame e interpretazione della disfunzione fisica del sistema nervoso
- Movimenti e tecniche neurodinamiche.
- Fornire una letteratura terapeutica utile a spiegare i sintomi in condizioni neurodinamiche alterate
- Fornire una maggior comprensione dei sintomi clinici “difficili” quali problemi alle radici nervose e patologie persistenti di intrappolamento

2018

“Trattamento riabilitativo delle tendinopatie dell'arto inferiore, dell'arto superiore e performance sportiva” (SUPSI- scuola universitaria professionale della Svizzera italiana)

Programma:

- Definire le caratteristiche mal-adattive delle tendinopatie
- Riconoscere segni e sintomi che caratterizzano i pazienti con tendinopatia
- Comprendere la fisiopatologia delle tendinopatie
- Eeguire una valutazione dei pazienti con tendinopatie
- Comprendere l'applicazione pratica e la rilevanza clinica dello Spring Model
- Comprendere le modalità di valutazione e di intervento per Power Development, Rate of Force Development e Leg Stiffness
- Comprendere il più appropriato Load Management per pazienti con tendinopatia
- Applicare i principi dello Strength and Conditioning per il ritorno alla piena performance
- Applicare il carico fisico per la risoluzione della sintomatologia del paziente e per il recupero della sua piena funzione
- Riconoscere i diversi tipi di profili di pazienti che si presentano con tendinopatia
- Ridurre il rischio di recidive

2017

CERTIFICATE IN ORTHOPAEDIC MANUAL THERAPY

Programma:

- Competenze nel campo anatomico, patoanatomico e nelle patologie legate all'età della colonna vertebrale
- Essere a conoscenza dell'evidence based concernente la terapia manuale e delle patologie trattabili tramite questo metodo
- Essere a conoscenza dei meccanismi del dolore, della loro rilevanza clinica, misurarlo adeguatamente con l'obiettivo di indirizzare al meglio il trattamento manuale anche in caso di patologia cronica
- Sviluppare un metodo efficace di valutazione della colonna spinale, del cingolo scapolo-omerale, dell'arto inferiore, dell'apparato nervoso e del controllo motorio
- Sviluppo di un'ottimale diagnosi differenziale articolare, del sistema nervoso e concernente il controllo motorio

-Essere in grado di formulare un programma di trattamento ottimale tramite la terapia manuale associata agli esercizi attivi

-Basi di trattamento e valutazione tramite il **METODO MULLIGAN, McCONNEL TAPE METHOD E TRATTAMENTO MIOFASCIALE DEI TRIGGER POINT**

CERTIFICATO DI FORMAZIONE IN FCF (FIBROLISI CONNETTIVALE E FASCIALE)

Programma:

-Addestramento del professionista all'utilizzo del kit di fibrolisori, nel trattamento correttivo delle rigidità muscolari, nelle fibrosità muscolari e cicatriziali

CORSO KINESIO TAPING KT1-KT2

Programma:

-Descrizione dei principi fondamentali del Metodo e delle caratteristiche specifiche del materiale

-Presentazione dei concetti relativi alla Neuromatrice, al Biotensegrity e agli effetti sulle varie strutture del corpo, confrontando il Kinesio Taping® Therapeutic Method con altre tecniche di bendaggio

-Acquisizione delle abilità specifiche per le applicazioni del Kinesio Tape sui muscoli del tronco, degli arti superiori e inferiori, per inibire sindromi da overuse, stimolare muscoli deboli, diminuire il dolore e gli edemi

-Presentazione delle 6 Tecniche Correttive (Meccanica, Fascia, Spazio, Legamenti/Tendini, Funzionale, Linfatico/Circolatoria).

2012-2015

LAUREA TRIENNALE IN FISIOTERAPIA, Università degli Studi di MILANO BICOCCA, via Cadore 48, 20900 Monza (MB)

Programma:

-Interventi di prevenzione, cura e riabilitazione nelle aree della motricità, delle funzioni corticali superiori conseguenti a eventi patologici, a varia eziologia, congenita od acquisita

-In riferimento alla diagnosi ed alle prescrizioni del medico, nell'ambito delle loro competenze, elaborare, anche in équipe multidisciplinare, la definizione del progetto riabilitativo volto all'individuazione ed al superamento del bisogno di salute del disabile

-Praticare autonomamente attività terapeutica per la rieducazione funzionale delle disabilità motorie, psicomotorie e cognitive utilizzando terapie fisiche, manuali, massoterapiche e occupazionali

-Proporre l'adozione di protesi ed ausili, addestrando all'uso e verificandone l'efficacia.

-Acquisizione delle principali nozioni e manualità concernenti il metodo **SAHRMANN** e **BOBATH**.

-**Tirocinio** nelle seguenti sedi:

- Fondazione Salvatore Maugeri di Lissone
- Ospedale Papa Giovanni XXIII, presidio di Mozzo
- CMF (Centro Medico e Fisioterapico) di Viadana
- Residenza San Pietro di Monza: Giugno 2014
- Ospedale Valduce di Como, presidio di Villa Beretta (Costa Masnaga)
- CAM di Monza
- Istituti clinici Zucchi, sede di Carate Brianza
- Associazione Nazionale di Assistenza agli Spastici (AIAS), sede di Monza

CAPACITA' E COMPETENZE PERSONALI:

Lingue

-italiano (madrelingua)

-inglese: livello B2

Capacità e competenze relazionali

- Ottime capacità relazionali acquisite nel campo dell'animazione
- Capacità collaborativa e interattiva con eventuali gruppi di lavoro, predisposizione all'ascolto, alla socializzazione e buone capacità di comunicazione
- Ottime capacità di vivere e lavorare con altre persone soprattutto bambini e ragazzi grazie al ruolo di animatore-coordinatore svolto nei campi estivi parrocchiali e comunali nel periodo 2009-2012
- Nel periodo 2009-2010 si registrano esperienze stagionali estive nel campo della ristorazione (cameriere)
- Praticate diverse attività sportive individuali e di gruppo: nell'anno 2004 inizio della carriera agonistica pallavolistica militando dal 2009 nel campionato Nazionale di B1 e B2
- Allenatore di due squadre giovanili under 15 di Montichiari e Nuvolera (BS) ANNO 2015-2016
- Allenatore Under 14 pallavolo ZeroQuattro Volley Limbiate nella stagione attualmente in corso

Capacità e competenze organizzative

Ottime capacità organizzative: gestire autonomamente in maniera proficua il lavoro e la suddivisione dei compiti definendo priorità e assumendo responsabilità

Il sottoscritto è a conoscenza che, ai sensi dell'articolo 26 del decreto legge 15/68, le dichiarazioni mendaci, la falsità negli atti e l'uso di atti falsi sono puniti ai sensi del codice penale e delle leggi speciali. Inoltre, il sottoscritto autorizza al trattamento dei dati personali, secondo quanto previsto dalla legge 675/96 del 31 dicembre 1996.

Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel mio curriculum vitae in base art. 13 del D. Lgs. 196/2003