

## SUPSI

# Management dell'energia in Sclerosi Multipla o malattie croniche

## L'educazione alla gestione dell'energia (EGE) in persone con *fatigue*

### Modulo breve

#### Presentazione

La *fatigue* è un sintomo molto frequente nelle persone con malattie croniche degenerative come la Sclerosi Multipla. Sembra invisibile ma limita fortemente la capacità di partecipare alle attività quotidiane e ha un forte impatto sulla produttività e sulla qualità di vita (Flensner, 2008). Le linee guida internazionali raccomandano interventi educativi per conservare l'energia.

L'Educazione alla Gestione dell'Energia (EGE) è un intervento ergoterapico (terapia occupazionale) di gruppo che si basa su evidenze scientifiche. Questo protocollo di trattamento e i suoi materiali sono stati sviluppati nel corso di un progetto di ricerca e si basa sullo stato attuale delle conoscenze nel ambito dell'educazione terapeutica.

In questo corso di formazione i partecipanti approfondiranno le loro conoscenze sul sintomo *fatigue* e conosceranno le teorie e i principi di base della EGE. Riceveranno il manuale della EGE e sperimenteranno in prima persona i materiali acquisendo le competenze per mettere in pratica la EGE nel proprio contesto lavorativo.

#### Obiettivi

Questa formazione consente di acquisire le conoscenze di base inerenti alla *fatigue* e di sviluppare le competenze necessarie per gestire sedute individuali e di gruppo che tematizzano un efficace uso dell'energia e favoriscono l'autoefficacia nella gestione della *fatigue*.

- Conoscere le teorie e i principi di base della EGE
- Approfondire le diverse tematiche della EGE
- Saper utilizzare il manuale e il libro di lavoro per i partecipanti
- Sperimentare i materiali e simulare situazioni e attività
- Sviluppare competenze nella gestione del gruppo e nella comunicazione
- Riflettere l'atteggiamento e il ruolo del ergoterapista
- Riflettere l'adattamento della EGE a contesti e bisogni diversi

#### Destinatari

Questo corso è pensato per ergoterapisti/terapisti occupazionali interessati a interventi di management dell'energia in Sclerosi Multipla o malattie croniche.

Per eventuali altri professionisti interessati, per una valutazione in merito, si prega di scrivere a: [christian.pozzi@supsi.ch](mailto:christian.pozzi@supsi.ch)

#### Requisiti

Laurea o Bachelor of Science in Ergoterapia o Terapia occupazionale.

#### Certificato

Attestato di frequenza

#### Contenuti

L'Educazione alla Gestione dell'Energia (EGE) si basa sulle teorie e i principi dell'educazione del paziente (Holman & Lorig 2004) e integra l'empowerment e il supporto dei pari (Aujoutlat 2006). Nella pianificazione delle sedute e nelle attività correlate sono state considerate le fasi del cambiamento comportamentale descritte da Di Clemente & Prochaska (1982) e viene integrata la teoria dell'autoefficacia di Bandura. Il paradigma teorico della terapia occupazionale e le tecniche della terapia cognitivo comportamentale sono altrettanto fondanti.

La EGE inizia con un incontro individuale di ergoterapia, alla quale seguono cinque sedute di gruppo nei quali i partecipanti affrontano: la gestione delle pause, l'equilibrio occupazionale, l'efficace uso del corpo e dell'ambiente, la semplificazione delle attività e la comunicazione efficace. L'educazione termina con una seduta individuale per formulare obiettivi individuali legati al cambiamento della routine quotidiana.

#### Durata

16 ore-lezione (2 giorni)

#### Responsabile/i

Gianpiero Capra, fisioterapista, docente senior e responsabile Formazione continua Area riabilitazione SUPSI.

Christian Pozzi, ergoterapista, docente e referente Formazione continua Area ergoterapia SUPSI.

#### Relatore/i

Ruth Hersche, MSc Ergoterapista, docente SUPSI, ricercatrice del Laboratorio di ricerca in riabilitazione (2rLab) SUPSI, Manno.

Andrea Weise, MSc Ergoterapista, docente formazione continua ZHAW, libera professionista Ergotherapie Impulse Bad Ragaz.

#### Date

Venerdì 15, sabato 16 novembre 2019

#### Orari

9.00-12.15; 13.15-16.30

#### Luogo

SUPSI, Dipartimento economia aziendale, sanità e sociale, Stabile Suglio, via Cantonale 18, Manno.

## Costo

CHF 530.- comprensivo di manuali.

È previsto uno sconto del 10% per i soci degli enti convenzionati:  
SUPSI Alumni, ASE, AITO, SITO.  
Per beneficiare del ribasso, al momento dell'iscrizione inviare copia dell'affiliazione a: [deass.sanita.fc@supsi.ch](mailto:deass.sanita.fc@supsi.ch)

## Contatti

SUPSI, Dipartimento economia aziendale, sanità e sociale  
Stabile Suglio, via Cantonale 18  
6928 Manno  
T +41 (0)58 666 64 51  
F +41 (0)58 666 64 59  
[deass.sanita.fc@supsi.ch](mailto:deass.sanita.fc@supsi.ch)  
[www.supsi.ch/deass](http://www.supsi.ch/deass)

## Informazioni

[christian.pozzi@supsi.ch](mailto:christian.pozzi@supsi.ch)

## Termine d'iscrizione

Entro il 30 settembre 2019

## Link per le iscrizioni

<https://fc-catalogo.app.supsi.ch/Course/Details/25634>

---

## Condizioni generali

### Iscrizioni e ammissione

Per partecipare a un corso l'iscrizione è obbligatoria e vincolante per il partecipante. L'ammissione ai corsi di lunga durata è tuttavia subordinata alla verifica dei requisiti richiesti dal percorso formativo. Per garantire un buon livello qualitativo, SUPSI può fissare un numero minimo e massimo di partecipanti.

### Quota d'iscrizione

Se il corso è a pagamento, la quota di iscrizione è da versare sul conto bancario della Scuola universitaria professionale della Svizzera italiana (SUPSI):  
- Dalla Svizzera, prima dell'inizio del corso, tramite la polizza che verrà inviata con la conferma di iscrizione  
- Dall'estero, dopo la conferma d'iscrizione, con bonifico bancario intestato a SUPSI presso la Banca dello Stato del Cantone Ticino, CH-6501 Bellinzona  
IBAN CH05 0076 4190 8678 C000C  
Swift Code BIC: BSC TCH 22  
Clearing 764  
Causale: Titolo del corso

### Obbligo di pagamento della quota di iscrizione

Il pagamento della quota di iscrizione è da effettuarsi entro 30 giorni dalla data della fattura. La conferma di iscrizione e la fattura sono trasmesse al partecipante dopo il termine di iscrizione al corso. In casi particolari è possibile richiedere una rateazione della quota d'iscrizione; la richiesta scritta va inoltrata alla segreteria competente entro il termine di iscrizione. Verso la SUPSI il debitore del pagamento della quota è il partecipante, che attraverso l'iscrizione al corso, riconosce espressamente il proprio debito ai sensi della LEF, nonché l'obbligo di pagamento e si impegna al versamento dell'importo dovuto. Se la formazione è finanziata dal datore di lavoro o da un terzo, il partecipante rimane comunque debitore verso la SUPSI fino ad effettivo pagamento della quota da parte del datore di lavoro o del terzo indicato. Al riguardo il partecipante si impegna e si obbliga verso la SUPSI ad assumere il pagamento della quota di iscrizione, nel caso in cui il datore di lavoro o il terzo indicato, non dovesse corrispondere l'importo dovuto. Le disposizioni relative all'obbligo di pagamento non si applicano se i

corsi non prevedono il versamento di una tassa.

### Annullamenti e rinunce

Nel caso in cui il numero di partecipanti fosse insufficiente o per altri motivi, SUPSI si riserva il diritto di annullare il corso. In tal caso, gli iscritti saranno avvisati tempestivamente e, se avranno già versato la quota di iscrizione, saranno integralmente rimborsati. Qualora sia il partecipante a rinunciare, quest'ultimo è tenuto al versamento del 20% della quota di iscrizione se notifica l'annullamento:  
- nei 7 giorni che precedono l'inizio del corso, se iscritto alla formazione breve (0-9 ECTS)  
- nei 21 giorni che precedono l'inizio del corso, se iscritto alla formazione lunga (10-60 ECTS)  
Casi particolari possono essere analizzati e decisi con la direzione di dipartimento. In caso di rinunce notificate successivamente ai termini di cui sopra, il partecipante non avrà diritto al rimborso e l'intera quota di iscrizione diverrà immediatamente esigibile. Sono fatte salve eventuali deroghe previste nei regolamenti di ogni singolo corso, alle quali si fa espressamente richiamo. Chi fosse impossibilitato a partecipare può proporre un'altra persona previa

comunicazione a SUPSI e accettazione da parte del responsabile del corso. In caso di rinuncia al corso per malattia o infortunio del partecipante, la fattura inerente la quota di iscrizione potrà essere annullata, a condizione che sia presentato un certificato medico.

### Modifiche

SUPSI si riserva il diritto di modificare il programma, la quota di iscrizione e il luogo dei corsi a seconda delle necessità organizzative.

### Copertura assicurativa infortuni

I partecipanti non sono assicurati da SUPSI.

### Privacy

Il trattamento dei dati avviene nel rispetto della legislazione svizzera (Legge federale sulla protezione dei dati e relativa Ordinanza).

### Foro competente

Per eventuali controversie il foro competente è Lugano, che è pure il foro esecutivo ai sensi della LEF (Legge federale sulla esecuzione e sul fallimento). Il diritto applicabile è quello svizzero.