

## **Corso di perfezionamento in wellness management**

**A.Cicchetti; L. Celleno**

L'Alta Scuola di Economia e Management dei Sistemi Sanitari (ALTEMS) è una delle Alte Scuole dell'Università Cattolica del Sacro Cuore, nate per essere, nei rispettivi campi di interesse, la risposta dell'Ateneo alle grandi sfide dei processi di globalizzazione. In particolare, l'ALTEMS risponde alla necessità di formare e qualificare coloro che sono chiamati a governare i sistemi sanitari, costruendo profili professionali in grado di affrontare in modo efficace le complessità che caratterizzano il settore biomedico allargato.

ALTEMS propone la prima edizione del Corso di Perfezionamento e Aggiornamento Professionale in Wellness Management, in collaborazione con l'Associazione Italiana di Dermatologia e Cosmetologia (AIDECO), l'Associazione Nazionale Impianti Fitness (ANIF), l'Associazione Nazionale Imprese Cosmetiche (COSMETICA ITALIA), l'Associazione Nazionale Fornitori Attrezzature per Acconciatori ed Istituti di Bellezza (FAPIB), la Federazione delle Associazioni Italiane Alberghi e Turismo (FEDERALBERGHI), la Federazione Italiana delle Industrie Termali e delle Acque Minerali Curative (FEDERTERME) e la Società Italiana di Medicina Generale (SIMG) e la Società Italiana di Medicina Estetica (SIME).

### **OBIETTIVI DEL CORSO**

Il Corso di Perfezionamento in Wellness Management intende offrire un percorso formativo avanzato volto a trasferire competenze distintive di natura tecnica e gestionale a coloro che operano a vario titolo all'interno di Centri sportivi, Beauty farm, Hotel con SPA, Centri Benessere e Località turistico-termali con particolare riferimento alla gestione dei processi, al marketing specialistico, all'analisi economico-finanziaria, alla gestione delle risorse umane e alla valutazione e implementazione di servizi innovativi orientati a una clientela sia nazionale che internazionale sempre più sensibile al cosiddetto "lifestyle" italiano.

L'allungamento della vita media associato all'acquisizione di nuovi stili di vita basati su un approccio olistico alla salute aprono, in effetti, la strada a opportunità e sfide per il settore destinato a divenire tra i più dinamici e interessanti nel nostro Paese in considerazione del felice connubio tra la crescente ricerca del benessere psico-fisico e la qualità del "life-style" italiano nell'ambito di una cornice ambientale e paesaggistica unica al mondo.

Il Corso di Perfezionamento si svolge contestualmente al Corso di Aggiornamento Professionale in Wellness Management.

## **DESTINATARI**

Il Corso di Perfezionamento in Wellness Management è rivolto a manager, imprenditori, liberi professionisti, consulenti e operatori del settore Wellness in possesso di diploma di laurea (Diploma universitario, laurea triennale, laurea vecchio ordinamento, laurea a ciclo unico, laurea specialistica, laurea magistrale).

A conclusione del Corso, a coloro che avranno superato la verifica finale per la valutazione del livello formativo e di apprendimento raggiunto, ai sensi dell'art. 6 della legge 341/1990 verrà rilasciato un attestato.

A norma del Programma di Educazione Continua in Medicina, il partecipante a un corso di perfezionamento universitario è esonerato dall'acquisire i crediti formativi E.C.M. per l'anno in corso.

Coloro che non sono in possesso dei requisiti previsti potranno usufruire del Corso di aggiornamento professionale in Wellness Management promosso da ALTEMS, che si svolgerà contestualmente al Corso di Perfezionamento.

## **PERCORSO FORMATIVO**

Il Corso è articolato in 9 moduli. I primi 6 moduli - della durata di 36 ore - sono comuni, mentre gli altri 3 - della durata di 44 ore - sono di carattere specialistico e riferiti, rispettivamente, all'indirizzo Cosmetologia, Estetica e Dermatologia (CED) e all'indirizzo Wellness (Indirizzo WELL-FIT).

Le lezioni si svolgono il lunedì con orario 9.00 – 13.00 / 14.00 – 18.00 sulla base del seguente calendario:

26 Gennaio 2015

2 – 9 – 16 - 23 Febbraio 2015

2 – 9 – 16 – 23 - 30 Marzo 2015

In particolare, gli argomenti trattati all'interno del Corso sono suddivisi come segue:

Moduli comuni (TOT. 36 ORE):

Accounting e Analisi di Bilancio

Strategic management per lo sviluppo del business e l'individuazione di nuove aree di attività

Modelli organizzativi e sistemi di gestione del personale

Marketing strategico e operativo e strumenti di comunicazione specifici

Competenze manageriali

Aspetti normativi igienico-sanitari, di sicurezza e qualità all'interno delle strutture

Moduli specialistici – Indirizzo CED (TOT. 44 ORE):

Logistica e gestione dei processi

Le tecniche di trattamento della medicina estetica, delle scienze salutistiche e della bellezza applicate nei Centri Wellness

Aspetti tecnico-normativi sulla Cosmesi

Moduli specialistici - Indirizzo WELL-FIT (TOT. 44 ORE):

Logistica e gestione dei processi

Il ruolo dell'attività preventiva e adattata in acqua e dell'attività sportiva per promuovere la prevenzione e contrastare le prevalenti patologie cornico-degenerative

Il Wellness e le sue dimensioni culturali, sociali, sanitarie e di benessere individuale

In aggiunta, nell'ambito del percorso formativo sono previste visite "on site" presso strutture di rilievo del settore e testimonianze aziendali per verificare « sul campo » le soluzioni innovative presenti nel mercato e approfondire i « casi di successo » nel quadro dell'approccio metodologico che affianca alla formazione teorica quella esperienziale volta ad approfondire empiricamente gli argomenti trattati in aula.

### **MODULI COMUNI (TOT. 36 ORE):**

I primi sei moduli, comuni a entrambi gli indirizzi, si pongono come obiettivo quello di trasferire ai partecipanti le basilari conoscenze sugli aspetti manageriale e gestionali necessari per gestire e organizzare le risorse umane e materiali al fine di ottimizzare al meglio le attività sia in un'ottica imprenditoriale che manageriale anche per coloro che – pur non essendo chiamati a gestire direttamente tali processi – avvertono la necessità di approfondire tali aspetti per acquisire conoscenze necessarie e di rilevante utilità ai vari livelli.

AREA	MODULO
AZIENDALE	Accounting e Analisi di Bilancio (Mod. A.01)
AZIENDALE	Strategic management per lo sviluppo del business e l'individuazione di nuove aree di attività (Mod. A.02)
AZIENDALE	Modelli organizzativi e sistemi di gestione del personale (Mod. A.03)
AZIENDALE	Marketing strategico e operativo e strumenti di comunicazione specifici (Mod. A. 04)

AZIENDALE	Competenze manageriali (Mod. A.05)
AZIENDALE	Aspetti normativi igienico-sanitari e di sicurezza e qualità negli impianti sportivi e termali (Mod. A.06)

#### Modulo A.01 - Accounting e analisi di bilancio

Il modulo si propone di fornire gli strumenti per comprendere il bilancio d'esercizio e le principali tecniche di rilevazione, riclassificazione e redazione del bilancio delle imprese Wellness. Verranno, inoltre, approfondite le specificità del bilancio delle aziende del settore e gli strumenti di valutazione delle condizioni di economicità aziendale (indici di redditività, liquidità, solidità e sviluppo) unitamente alle tecniche di programmazione e controllo e ai metodi di budget e di reportistica.

#### Modulo A.02 - Strategic management per lo sviluppo del business e l'individuazione di nuove aree di attività

L'obiettivo del modulo è quello di approfondire la conoscenza della metodologia e degli strumenti di pianificazione strategica quali aspetti di rilevanza fondamentale nell'organizzazione di un centro Wellness, inteso nella sua accezione più ampia, con particolare attenzione alle caratteristiche del business e dei competitor, all'analisi del settore, all'individuazione di servizi innovativi rispetto al contesto di riferimento, agli strumenti di misurazione delle scelte strategiche intraprese e ai contenuti normativi e regolatori e i principali strumenti per l'avvio di una Start up.

#### Modulo A.03 - Modelli organizzativi e sistemi di gestione del personale

Nell'ambito del modulo vengono analizzati i modelli organizzativi specifici che regolano il coordinamento organizzativo e la divisione del lavoro all'interno delle strutture Wellness relativamente alla dimensione strutturale della progettazione organizzativa e l'analisi di modelli organizzativi innovativi per l'implementazione di nuove linee di attività anche dal punti di vista tecnologico e strumenti di gestione del cambiamento organizzativo.

Il modulo si propone, altresì, di approfondire i principali strumenti per la gestione delle risorse umane (valutazione, sviluppo, formazione e sistemi di incentivazione del personale) e le modalità di reclutamento e selezione del personale nonché l'individuazione di ruoli e competenze professionali necessarie per garantire l'innovatività dei servizi offerti.

#### Modulo A.04 - Marketing strategico e operativo e strumenti di comunicazione specifici

Nel modulo vengono trattati i principali strumenti di marketing tra cui l'analisi dell'ambiente esterno, l'analisi del mercato "target" quale insieme di clienti attuali e potenziali a cui indirizzare l'offerta, il contesto competitivo di riferimento per individuare gli elementi di differenziazione rispetto alla concorrenza attraverso la realizzazione di servizi distintivi e di appropriate politiche del prezzo e, infine, le modalità di comunicazione e promozione del business con particolare attenzione ai processi e alle tecniche di vendita.

Verranno poi illustrati i dati di mercato e le principali metodiche e fonti con cui vengono raccolti e organizzati. Verrà descritto come vengono effettuate le rilevazioni, con approfondimenti sulla loro analisi e su come utilizzarli nelle attività di pianificazione e controllo delle attività.

Sarà poi trattato anche l'attualissimo tema del web-marketing, affrontato da un punto di vista operativo e attraverso una analisi declinata specificamente per il settore della cosmetica.

#### Modulo A.05 - Competenze manageriali

L'obiettivo del modulo è quello di trasferire le principali competenze manageriali utili a gestire correttamente le dinamiche organizzative con particolare attenzione alla pianificazione delle attività, allo sviluppo del lavoro di gruppo e alla gestione dei conflitti e dei processi negoziali per relazionarsi in maniera assertiva con collaboratori e soci. Vengono, infine, affrontati i principali strumenti di misurazione per la valutazione delle iniziative intraprese e le relative azioni correttive in caso di scostamento rispetto agli obiettivi prefissati.

Modulo A.06 - Aspetti normativi igienico-sanitari e di sicurezza e qualità negli impianti natatori e nei centri termali

Il Modulo si propone di affrontare il Sistema normativo italiano per la corretta gestione degli aspetti igienico-sanitari, di manutenzione e di sicurezza in impianti natatori, centri Wellness e termali con riferimenti alle principali linee guida internazionali.

In proposito vengono passati in rassegna le principali norme che disciplinano il settore ponendo particolare attenzione ai punti critici nella gestione e nel trattamento di acque di piscina, vasche per idromassaggio, SPA alimentate con acqua termale e/o acqua di rete.

In questo ambito vengono riportati diversi documenti, tra cui i riferimenti dell'Organizzazione Mondiale della Sanità per poi approfondire, il quadro tecnico e legislativo italiano. Nello specifico, la Legge sul riordino del sistema termale del 2000 e l'Accordo del 16 gennaio 2003 tra Ministero della Salute, Regioni e Province Autonome di Trento e Bolzano che rimanda la disciplina delle acque termali ad appositi provvedimenti regionali regolamentando, invece, gli impianti natatori. Aggiornamenti relativi ai progressi scientifici e "consensus document" saranno anche considerate, a partire da ICSPS2013.

A fronte di tali criticità dovute soprattutto alla scarsa attenzione del legislatore rispetto alle specificità dei centri termali, il Modulo prende in esame le principali soluzioni tecnologiche per il trattamento e la sorveglianza in tali strutture, includendo anche aspetti innovativi e di attualità e riportando studi sperimentali e progressi per quanto concerne la gestione di acque ad uso ricreativo nel settore del wellness.

In particolare, verranno presentati anche studi pilota realizzati in Italia e/o all'estero e nuove prospettive per il "monitoring" e la ricerca di specie microbiche (indicatori) in ambienti acquatici ad uso ricreativo.

Ulteriori temi trattati dal Modulo riguardano il sistema di valutazione dei rischi per la sicurezza e la salute sul lavoro con il "Documento della valutazione dei rischi", previsto dal D.Lgs. 81/08 e i contenuti per la corretta redazione di un piano di prevenzione finalizzato anche alla gestione di emergenze sanitarie, con informazioni utili agli addetti al soccorso per garantire le condizioni di sicurezza di utenti e personale in impianti natatori e centri Wellness.

## MODULI SPECIALISTICI – INDIRIZZO CED (TOT. 44 ORE + 4 ORE EXTRA)

Obiettivo del modulo è quello di approcciare in modo sistematico le principali ed innovative tecniche applicative specifiche dell'area della salute, del benessere e del beauty.

Nell'ottica del poliedrico contesto dei "Centri Wellness" (o Centri Benessere), va rilevato che del settore si occupano svariate figure professionali e gli ambiti lavorativi possono essere di diversa tipologia.

Negli anni infatti l'area del "Wellness" si è evoluta moltissimo e se le stazioni termali fino a pochi decenni fa erano dedicate quasi esclusivamente a servizi inclusi nel sistema sanitario nazionale, oggi si aprono ad un'offerta privata nel settore della bellezza, mutuando il significato di SPA (Salus Per Aquam) non solo in campo medicale, ma anche in quello estetico-cosmetico.

Mentre nel primo caso le tecniche applicate sono prettamente legate all'attività del medico (nelle pratiche mediche "esclusivamente" legate al medico), nel secondo le figure professionali coinvolte sono molteplici (dall'estetista, al cosmetologo, ad altre figure professionali).

In particolare si potrebbe operare la seguente suddivisione:

Strutture Termali, Cliniche di Medicina Estetica, Centri Polispecialistici dedicati a benessere e bellezza connotati da prevalenza medico-sanitaria, in particolare per la specialità "medicina estetica" e dermatologia;

Strutture termali, SPA, Day Spa, Beauty Farms, Centri Benessere, Centri Beauty Care & Fitness caratterizzati da prevalenza estetico-salutistica, laddove spesso è presente la figura del "medico estetico" o del dermatologo (in qualità di responsabile o consulente) ma la cui gestione dei trattamenti è prevalentemente non sanitaria.

Allo stesso modo sono apparse negli ultimi anni strutture come le Day SPA (Centri Benessere dedicati a chi nel corso della giornata ha poco tempo da dedicare alla "cura del sé" e che con brevi pause può accedere a percorsi di bellezza) o Fitness Center e Palestre che dedicano uno spazio *ad hoc* e mettono a disposizione servizi specifici gestiti da operatori della bellezza.



Inoltre, considerato lo stretto legame tra bellezza/relax/ambiente/turismo, è ormai accreditata l'attività nel settore della bellezza di importanti Centri Wellness all'interno di strutture alberghiere, agriturismo o altri esercizi, dislocati in posizioni strategiche, in località tendenzialmente distanti dai centri abitati e calati in contesti naturali rilassanti ed incontaminati o nei centri storici delle città d'arte.

Infine, considerato che nella maggior parte dei Centri Wellness viene attuata l'attività commerciale di vendita diretta di prodotti cosmetici o linee di prodotti cosmetici a brand specifico, deve essere valorizzata la gestione dell'esercizio inteso come punto vendita. Per questo è estremamente utile prevedere per gli operatori del settore l'approfondimento della conoscenza delle tipologie dei prodotti, della loro presentazione, della loro etichettatura ed in generale della legislazione dei prodotti cosmetici in vigore nell'Unione Europea.

Ciò premesso, il Centro Benessere può essere considerato una grande opportunità per la tutela della salute e per la prevenzione delle malattie, così come uno strumento di sviluppo delle attività imprenditoriali nazionali al fine di sviluppare la professionalità manageriale con competenze specifiche a carattere tecnico,

Chi oggi è chiamato a coordinare o gestire un centro benessere rappresenta proprio l'interlocutore ideale che dovrà gestire le molteplici esigenze dei suoi clienti che comprenderanno attività a carattere prevalentemente medico o solamente estetico, ma spesso confinanti fra loro.

Pertanto tali moduli affiancheranno a aspetti specificamente di carattere medico, quali le tecniche di trattamento della medicina estetica, le scienze salutistiche e della bellezza applicate nei centri benessere oltre agli aspetti tecnico-normativi sulla cosmesi.

AREA	MODULO
CED	Logistica e gestione dei processi (Mod. C.01)
CED	Le tecniche di trattamento della medicina estetica, delle scienze salutistiche e della bellezza applicate nei Centri Wellness (Mod. C.02)
CED	Aspetti tecnico-normativi sulla cosmesi (Mod. C.03)

### Mod. C.01 - Logistica e gestione dei processi

Il modulo affronta le tematiche relative alle attività di gestione della logistica e dei processi nel settore Wellness con particolare attenzione agli strumenti di programmazione operativa dei principali flussi logistici e alle modalità di utilizzo delle attrezzature biomedicali anche con riferimento alla gestione degli approvvigionamenti.

### Mod. C.02 – Le tecniche di trattamento della medicina estetica, delle scienze salutistiche e della bellezza applicate nei Centri Wellness

Il presente Modulo reinterpreta il significato di estetica nell'accezione originaria di questo termine che deriva dal greco "aisthesis", sensazione, e "aisthanomai" ovvero percezione attraverso i sensi. Infatti la pelle contiene l'individuo e ne delimita l'interno dall'esterno, è il confine dell'io, lo specchio delle emozioni. Allo stesso tempo la pelle è organo di senso che mette in contatto l'io con il Mondo. La pelle, quale organo di comunicazione rappresenta il confine tra l'io più profondo, la società ed il Mondo quindi la pelle confine dinamico, vivo e attivo comunica, si esprime e il suo linguaggio prezioso ed immediato ci racconta lo stato di salute dell'essere umano. Dunque è il risultato dell'equilibrio armonico interno-esterno dell'essere che genera bellezza. Per fare in modo che questo equilibrio sia mantenuto o ristabilito è importante un lavoro di squadra. Infatti attraverso questo modulo le estetiste avranno la possibilità di collaborare con i medici di base e farmacisti, essendo queste figure mediche più vicine alla gente, quelle alle quali più facilmente ci si rivolge, per promuovere insieme un benessere a 360° in modo da valorizzare la sua professione e aumentare la clientela mediante attraverso tali collaborazioni.

### Mod. C.03 - Aspetti tecnico-normativi sulla cosmesi

Nel corso del modulo verranno trattati i seguenti aspetti:

Legislazione dei prodotti cosmetici (il Regolamento europeo 1223/2009 sui prodotti cosmetici, in particolare gli aspetti legati alla sicurezza dei cosmetici e alla loro etichettatura, la definizione di prodotto cosmetico ed i prodotti borderline, le figure di responsabilità nella filiera produttiva e distributiva dei prodotti);

le principali tipologie dei prodotti cosmetici (i vari tipi di formulazioni, con cenni sui temi della cosmesi biologica e naturale e sul Regolamento europeo 655/2013 sui criteri comuni per la giustificazione dei “claims”).

#### MODULI SPECIALISTICI – INDIRIZZO WELL-FIT (TOT. 44 ORE + 4 ORE EXTRA)

Il Corso di aggiornamento professionale in Wellness Management – Indirizzo WELL-FIT intende offrire un percorso formativo avanzato volto a trasferire competenze distintive di natura tecnica e gestionale a coloro che operano in un settore, quale il Fitness, che sta rapidamente evolvendosi verso una nuova concezione del Wellness, inteso come esigenza primariamente sentita di prendersi cura di se stessi non solo come aspetto esteriore ma, soprattutto, come ricerca di un e di un stato di completo benessere fisico-psichico e sociale.

In effetti, chi oggi è chiamato a coordinare o gestire un Centro Fitness, anche all'interno di strutture complesse, rappresenta l'interlocutore ideale per programmare e monitorare efficacemente il corretto svolgimento dell'esercizio fisico dei frequentatori abituali e nuovi attraverso la promozione di un approccio integrato tra attività fisica, sana alimentazione e adeguati stili di vita avvalendosi altresì dell'interazione di varie realtà quali la medicina sportiva e termale, la medicina estetica, la fisioterapia, la scienza dell'alimentazione nonché un adeguato supporto motivazione soprattutto a favore di coloro che devono essere recuperati da un lungo stato di inattività fisica, il cosiddetto “coaching”.

Il Corso di Perfezionamento in Wellness Management – Indirizzo WELL-FIT si propone, dunque, di favorire una visione del Wellness tra gli operatori che, a vario titolo, operano nel settore del Fitness finalizzata a promuovere l'attività fisica quale parte integrante di una concezione olistica della salute per “educare” sia gli abituali frequentatori che coloro che si avvicina per la prima volta al mondo del fitness a intraprendere e mantenere corretti stili di vita per il raggiungimento di un soddisfacente stato di benessere nella sua dimensione olistica.

AREA	MODULO
WELL-FIT	Logistica e gestione dei processi (Mod. F.01)

WELL-FIT	Il ruolo dell'attività preventiva e adattata in acqua e dell'attività sportiva per promuovere la prevenzione e contrastare le prevalenti patologie cornico-degenerative (Mod. F.02)
WELL-FIT	Il Wellness e le sue dimensioni culturali, sociali, sanitarie e di benessere individuale  (Mod. F.03)

#### Mod. F.01 - Logistica e gestione dei processi

Il modulo affronta le tematiche relative alle attività di gestione della logistica e dei processi nel settore Wellness con particolare attenzione agli strumenti di programmazione operativa dei principali flussi logistici e alle modalità di utilizzo delle infrastrutture e tecnologie del settore Fitness anche con riferimento alla gestione degli approvvigionamenti.

#### Mod. F.02 - Il ruolo dell'attività preventiva e adattata in acqua e dell'attività sportiva per promuovere la prevenzione e contrastare le prevalenti patologie cornico-degenerative

Il Modulo si propone di provvedere le basi ed evidenze scientifiche per affrontare il ruolo dell'attività motoria preventiva e adattata (AMPA) nella prevenzione, nella promozione della salute nel contesto del wellness. Saranno presi in considerazione vari aspetti applicativi anche attraverso la descrizione di strategie e modalità personalizzate per l'inserimento di programmi di attività motoria, con particolare riguardo anche alle attività in acqua.

Il contesto sarà anche quello dell'esercizio fisico adattato come innovativo strumento di prevenzione primaria, secondaria e terziaria. Partendo dai dati dell'Organizzazione Mondiale della Sanità l'azione dell'attività fisica svolge un compito fondamentale non solo come fattore protettivo passivo di contrasto al fattore di rischio sedentarietà, ma anche proattivamente agendo sul metabolismo e potendo agire anche su aspetti posturali e psico-sociali, nelle diverse età. Il centro benessere costituisce una straordinaria opportunità per la promozione della salute e

wellness, nei diversi aspetti, e anche l'AMPA può assumere un ruolo in una prospettiva di marketing e soddisfazione del consumatore.

L'utenza del wellness è eterogenea e comprende anche soggetti a rischio. Tra i principali disturbi, le prevalenti patologie cronico-degenerative tipiche dell'anziano e dell'adulto quali l'artrite, osteoporosi, disturbi della colonna vertebrale, malattie metaboliche o cardiovascolari, sia conclamate che border line, considerate tra le patologie che affliggono milioni di persone nel mondo. il Modulo approfondisce il fondamentale ruolo che può svolgere l'AMPA nella prevenzione e nel wellness.

Adattare l'attività fisica all'età e alle condizioni psico-fisiche dei soggetti con osteoporosi nell'ambito di un contesto olistico di promozione della salute rappresenta uno degli aspetti di maggiore criticità che viene affrontato all'interno del Modulo. Un esempio applicativo, riguarda l'attività motoria svolta in palestra e/o in acqua quale utile metodo per migliorare le condizioni fisiche individuali. In proposito, vengono passate in rassegna le linee guida disponibili e che focalizzano l'attenzione su programmi di attività motoria basati principalmente su esercizi di tipo aerobico, di forza, di flessibilità, equilibrio e funzionalità, con possibili benefici effetti sul metabolismo, mantenimento della massa muscolare e dell'architettura ossea, anche per il benessere psicologico e sociale nei rapporti interpersonali e nella immagine della corporeità.

Mod. F.03 - Il Wellness e le sue dimensioni sociali, culturali e di benessere individuale

Il presente Modulo si propone di trasferire le principali conoscenze sugli strumenti per promuovere e diffondere la cultura del Wellness attraverso la realizzazione di specifici programmi di promozione dell'attività motoria sulla base di un approccio integrato tra attività fisica "su misura", corretta alimentazione e "coaching" motivazione soprattutto verso coloro che devono essere "recuperati" da uno stato di inattività, anche di lunga durata.

In particolare, Il Modulo si propone di provvedere le basi ed evidenze scientifiche per affrontare il ruolo dell'attività motoria preventiva e adattata (AMPA) nella prevenzione, nella promozione della salute anche attraverso la descrizione di strategie e modalità personalizzate per l'inserimento di programmi di attività motoria tra cui le attività in acqua.

Il contesto sarà anche quello dell'esercizio fisico adattato come innovativo strumento di prevenzione primaria, secondaria e terziaria. Partendo dai dati dell'Organizzazione Mondiale della Sanità l'azione dell'attività fisica svolge un compito fondamentale non solo come fattore protettivo passivo di contrasto al fattore di rischio sedentarietà, ma anche proattivamente agendo sul metabolismo e potendo agire anche su aspetti posturali e psico-sociali, nelle diverse età. Il centro benessere costituisce una straordinaria opportunità per la promozione della salute e wellness, nei diversi aspetti, e anche l'AMPA può assumere un ruolo in una prospettiva di marketing e soddisfazione del consumatore.

L'utenza del wellness è eterogenea e comprende anche soggetti a rischio. Tra i principali disturbi, le prevalenti patologie cronico-degenerative tipiche dell'anziano e dell'adulto quali l'artrite, osteoporosi, disturbi della colonna vertebrale, malattie metaboliche o cardiovascolari, sia conclamate che "border line", considerate tra le patologie che affliggono milioni di persone nel mondo. il Modulo approfondisce il fondamentale ruolo che può svolgere l'AMPA nella prevenzione e nel wellness.

Adattare l'attività fisica all'età e alle condizioni psico-fisiche dei soggetti con osteoporosi nell'ambito di un contesto olistico di promozione della salute rappresenta uno degli aspetti di maggiore criticità che viene affrontato all'interno del Modulo. Un esempio applicativo, riguarda l'attività motoria svolta in palestra e/o in acqua quale utile metodo per migliorare le condizioni fisiche individuali. In proposito, vengono passate in rassegna le linee guida disponibili e che focalizzano l'attenzione su programmi di attività motoria basati principalmente su esercizi di tipo aerobico, di forza, di flessibilità, equilibrio e funzionalità, con possibili benefici effetti sul metabolismo, mantenimento della massa muscolare e dell'architettura ossea, anche per il benessere psicologico e sociale nei rapporti interpersonali e nella immagine della corporeità.

## AMMISSIONE

In considerazione dell'articolazione del percorso formativo in due differenti indirizzi, il numero complessivo minimo di partecipanti per ciascun indirizzo è fissato a 25 mentre il numero complessivo massimo è di 50 per ciascun indirizzo.

Le tasse accademiche dovute per l'intero corso, a titolo di rimborso delle spese del materiale didattico e di organizzazione, ammontano rispettivamente a € 1.500 per la partecipazione al Corso di perfezionamento in Wellness Management e a € 1.200 per la partecipazione al Corso di aggiornamento professionale in Wellness Management.