

FORMATO EUROPEO PER IL CURRICULUM VITAE



INFORMAZIONI PERSONALI :

Nome: **Porcheddu Cristiana**

Nazionalità: Italiana

Data di nascita: 09/06/1971

ESPERIENZE LAVORATIVE:

Dal 01/03/1999 al 08/03/2002: IGEA Casa di Cura s.r.l. – Residenza Sanitaria Assistenziale, Via Valdirivo 29 - Trieste. (dipendente full-time a tempo indeterminato)

Mansione: fisioterapista (dipendente full-time a tempo indeterminato)

Dal 18/03/2002 al 31/12/2012: UILDM - Unione Italiana Lotta alla Distrofia Muscolare, Via Carducci 2 - Trieste. (dipendente full-time a tempo indeterminato)

Mansione: fisioterapista

Dal 01/01/2013 a tutt'oggi: EUTONIA s.r.l. Sanità e Salute, Via Rossetti 62 – Trieste. (dipendente full-time a tempo indeterminato)

Mansione: fisioterapista

Mansione: Coordinatore dei fisioterapisti di Eutonia dal 01/07/2015 ad oggi

ISTRUZIONE E FORMAZIONE:

Anno scolastico 1989/1990: Diploma di Maturità Classica conseguito presso il Liceo Ginnasio Statale del Convitto Nazionale Canopoleno, Sassari.

09/12/1998: Diploma Universitario in Terapista della Riabilitazione, indirizzo Neurologico e indirizzo in Ortopedia e Medicina Fisica e Riabilitazione, conseguito presso il corso di D.U. di Terapista della Riabilitazione, Facoltà di Med. e Chirurgia, Università degli Studi di Trieste.

Iscrizione OFI FVG - Ordine della Professione Sanitaria di Fisioterapista Friuli Venezia Giulia N° 288 del 09/05/2019

ALTRO:

Da marzo 2023 ad oggi: Consigliere del Consiglio Direttivo dell' Ordine dei Fisioterapisti del FVG - OFI FVG con ruolo di Tesoriere Ofi FVG da 30/10/2023 ad oggi

PARTECIPAZIONE A CORSI DI FORMAZIONE:

25/03/2000: Seminario: "L'approccio multidisciplinare al Parkinsoniano: indicazione e limiti alla riabilitazione." organizzato da Riabilitazione Oggi Corsi e Convegni; tenutosi a Milano.

02/04/2000: Seminario: "Metodo Feldenkrais. Generare forza senza sforzo." organizzato da Metodo

Feldenkrais: conoscersi attraverso il movimento; tenutosi a Trieste.

06-07/05/2000: Corso: "Ginnastica Dolce 1° livello." organizzato da Riabilitazione Oggi Corsi e Convegni; tenutosi a Milano.

03-04/06/2000: Corso: "Ginnastica Dolce 2° livello." organizzato da Riabilitazione Oggi Corsi e Convegni; tenutosi a Milano.

18/11/2000: Seminario: "Approccio assistenziale e riabilitativo nella malattia di Alzheimer." organizzato da Riabilitazione Oggi Corsi e Convegni; tenutosi a Milano.

02-03/12/2000: Convegno: "La riabilitazione nelle patologie ortopediche della terza e quarta età." organizzato da Riabilitazione Oggi Corsi e Convegni; tenutosi a Milano.

20/05/2001: Seminario "Metodo Feldenkrais. Quattro aspetti del camminare." organizzato da Metodo Feldenkrais: conoscersi attraverso il movimento; tenutosi a Trieste.

20/05/2002: Seminario: "I disturbi della deambulazione nel morbo di Parkinson: nuove ipotesi riabilitative." organizzato da Università degli studi di Trieste: Diploma universitario per fisioterapista; tenutosi a Trieste. Crediti Formativi E.C.M.:5

09/05/2003: Convegno: "Riabilitazione respiratoria nelle malattie neuromuscolari." organizzato da U.O. Pneumologia e Riabilitazione respiratoria Fondazione Villa pineta ONLUS; tenutosi a Modena. Crediti Formativi E.C.M.:5

07-08/11/2003: Corso: "La malattia di Charcot-Marie-Tooth all'alba del terzo millennio." organizzato da SIN-Società Italiana di Neurologia; tenutosi a Genova. Crediti Formativi E.C.M.:10

12-13-14-15-16/01/2004: Corso: "Il trattamento della Fascia con la metodica dei Pompages." organizzato da Riabilitazione Oggi Corsi e Convegni; tenutosi a Milano. Crediti Formativi E.C.M.:39

09-10-11-12-13-28/06/2004: Corso teorico-pratico 1° livello: "Riabilitazione integrata delle lombalgie: fisiopatologia, clinica e trattamento." organizzato da Azienda per i Servizi Sanitari N.1 triestina, tenutosi a Trieste. Crediti Formativi E.C.M.:20

14-15-16-17/04/2005: Corso: "Terapia cranio-sacrale - 1° livello." organizzato da Centro Studi Upledger Italia, tenutosi a Trieste. Crediti Formativi E.C.M.:26

23-24-25/06/2005: Corso teorico-pratico 2° livello: "Riabilitazione integrata delle lombalgie: fisiopatologia, clinica e trattamento." organizzato da Azienda per i Servizi Sanitari N.1 triestina; tenutosi a Trieste. Crediti Formativi E.C.M.:21

11/10/2006: Seminario didattico: "Rappresentazione e riconoscimento dell'azione: quali prospettive per l'esercizio?" organizzato da Azienda Ospedaliero-Universitaria "Ospedali Riuniti" di Trieste; tenutosi a Trieste. Crediti Formativi E.C.M.: 3

31/12/2008: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Diagnosi differenziale in fisioterapia: screening delle principali condizioni di salute per determinare l'idoneità del paziente al trattamento." organizzato da Riabilitazione Oggi Corsi e Convegni. Crediti Formativi E.C.M.: 28,5

03-04/04/2009: Convegno: "Sclerosi multipla e fatica: aspetti neurofisiologici, psicologici, cognitivi e neuroriabilitativi." organizzato da Azienda Ospedaliero-Universitaria "Ospedali Riuniti" di Trieste; tenutosi a Trieste. Crediti Formativi E.C.M.: 9 (autocertificazione)

31/12/2009: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Neuroscienze riabilitative: atassia. Valutazione, progetto, obiettivo, prognosi riabilitativa." organizzato da Riabilitazione Oggi Corsi e Convegni. Crediti Formativi E.C.M.: 18

2009: Corso. "Mal di schiena (MDS) non fermarti al primo dolore! Applicazione del consensus sul MDS dell'ARS FVG." organizzato da Azienda per i Servizi Sanitari N.1 triestina, tenutosi a Trieste. Crediti Formativi E.C.M.: 30

13-14-15-16/01/2010: Corso: "Tecnica cranio-sacrale – 2° livello." organizzato da Accademia Cranio-Sacrale Metodo Upledger; tenutosi a Montegrotto Terme. Crediti Formativi E.C.M.: 28

28/02/2010: Congresso: "Le sindromi da sovraccarico funzionale. Nuovi trend nella patologia di spalla, polso e anca." organizzato da Studiogest srl; tenutosi a Verona. Crediti Formativi E.C.M.: 7

26-27/03/2010: Convegno: "Demenze degenerative e Parkinson: aspetti neurofisiopatologici, cognitivi, psicologici e riabilitativi." organizzato da Azienda Ospedaliero-Universitaria "Ospedali Riuniti" di Trieste; tenutosi a Trieste. Crediti Formativi E.C.M.: 9

31/12/2010: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Recupero e mantenimento dell'autonomia e dell'autosufficienza nella vita quotidiana: paziente demente, emiplegico, con sclerosi multipla, parkinsoniano, poliartrosico." organizzato da Riabilitazione Oggi Corsi e Convegni. Crediti Formativi E.C.M.: 28

16/02/2011: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Biomeccanica del rachide cervicale: applicazioni in terapia manuale" organizzato da ASSFER. Crediti Formativi E.C.M.: 9

16/04/2011: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Biomeccanica della spalla: applicazioni in terapia manuale." organizzato da ASSFER. Crediti formativi E.C.M.: 9

02-03/04/2011: Corso: "La valutazione e il trattamento del rachide cervicale in terapia manuale." organizzato da Studiogest srl; tenutosi a Pordenone. Crediti formativi E.C.M.: 18

30/04-01/05/2011: Corso: "kt1+kt2 kinesiotaping." organizzato da Fisios Società Cooperativa Sociale; tenutosi a Trieste. Crediti formativi E.C.M.: 15

27-28/09/2011: Corso: "Lombalgia e osteopatia." organizzato da Azienda per i Servizi Sanitari N.1 triestina; tenutosi a Trieste. Crediti Formativi E.C.M.: 17

16/06/2012: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Imaging radiologico del rachide" organizzato da ASSFER. Crediti Formativi E.C.M.: 15

16/06/2012: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Perché trattare la fascia? Anatomia - Fisiologia e soluzioni fisioterapiche per le disfunzioni miofasciali" organizzato da ASSFER. Crediti formativi E.C.M.: 9

14/10/2012: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Comunicazione efficace" organizzato da ASSFER. Crediti Formativi E.C.M.: 5

20-21/04; 25-26/05/2013: Corso: "La riabilitazione posturale globale dalla valutazione al trattamento." Studiogest srl; tenutosi a Trieste. Crediti formativi E.C.M.: 37

28/09/2013: Corso: "BLSD." organizzato da Casa di Cura Sanatorio Triestino; tenutosi a Trieste. Crediti Formativi E.C.M.: 9

21/10/2013: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Imaging radiologico nelle patologie della spalla." organizzato da ASSFER. Crediti Formativi E.C.M.: 15

29/03/2014: Corso: "Il trattamento delle patologie osteoarticolari e muscolari, acute e croniche, utilizzando la terapia a trasferimento energetico capacitivo e resistivo con Tecarterapia." organizzato da Casa di Cura Sanatorio Triestino; tenutosi a Trieste. Crediti Formativi E.C.M.: 10

12-13/04/2014: Corso: "Taping drenante e propriocettivo." organizzato da Studiogest srl; tenutosi a Trieste. Crediti formativi E.C.M.: 18

24/10/2014: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Il metodo Dotte di manutenzione manuale dei malati - Manutention." organizzato da Sinergia & Sviluppo srl. Crediti Formativi E.C.M.: 10

29-30/11/2014: Corso: "La diagnostica per immagini nella pratica riabilitativa." organizzato da Studiogest srl; tenutosi a Trieste. Crediti formativi E.C.M.: 16

11-12/04/2015: Corso: "Il metodo Pilates nella riabilitazione conservativa del rachide lombare (corso base per applicare i principi della tecnica a corpo libero)." Organizzato da HT Eventi e Formazione s.r.l.; tenutosi a Trieste, Crediti formativi E.C.M. : 18,7

16-17/05/2015: Corso: "Il trattamento riabilitativo delle patologie osteoarticolari e capsulolegamentose del ginocchio". Organizzato da Studiogest s.r.l.; tenutosi a Udine Crediti formativi E.C.M. : 18

29/08/2015 (8 ore): Corso : Accordo Stato-Regioni 2011 Formazione generale/specifica. Trieste ECM: /

10-11/10/2015: Corso: "La riabilitazione funzionale con i piccoli attrezzi del Pilates (corso per applicare i principi della tecnica con l'utilizzo dei piccoli attrezzi)." Organizzato da HT Eventi e Formazione s.r.l.; tenutosi a Trieste, Crediti formativi E.C.M. : 16,4

06/11/2016: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Il dolore: fisiopatologia classificazione, clinica, diagnosi e terapia." Organizzato da Sinergia & Sviluppo s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 24

08/12/2016: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Strategie di risk management nelle professioni sanitarie." Organizzato da Sinergia & Sviluppo s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 15

31/03/2017: Seminario "Riabilitazione in casa e in comunità." Organizzato da ICS-CardFVG tenutosi a San Giorgio di Nogaro; Crediti formativi E.C.M. : /

13/01/2018: Corso "Il rischio nelle organizzazioni sanitarie." Organizzato da ICS tenutosi a Trieste c/o Sanatorio Triestino; Crediti formativi E.C.M. : /

20/01/2018 Corso: "BLSD per Sanitari" organizzato da 4U APS per IRC tenutosi a Trieste c/o Sanatorio Triestino

06/06/2018: Corso di 8 ore: "Formazione Aggiuntiva per Preposto" tenutosi a Trieste; organizzato da Enaip FVG

GENNAIO 2019 Corso: "La riabilitazione dei pazienti affetti da dolore cronico. Trattamento del dolore acuto e cronico. Palliazione." Organizzato da Policlinico Città di Udine Spa.; tenutosi a Udine, Crediti formativi E.C.M. : 27

03/09/2019: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Il dolore conoscerlo per trattarlo: la prospettiva del fisioterapista." Organizzato da Sinergia & Sviluppo s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 10

03/09/2019: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Introduzione alla diagnosi differenziale fisioterapica: riflessione su casi clinici selezionati." Organizzato da Sinergia & Sviluppo s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 5

07/09/2019: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Oltre la contenzione: un tema urgente in ambito socio-sanitario." Organizzato da Sinergia & Sviluppo s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 5

10/09/2019: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Sicurezza di dati e professionisti in sanità Un approccio semplice, pratico ma rigoroso." Organizzato da Sinergia & Sviluppo s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 5

23/11/2019: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Core stability. Valutazione e rieducazione posturale statico dinamica nelle disfunzioni muscolo-scheletriche della colonna vertebrale." Organizzato da Ikos s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 20

23/11/2019: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Spondilolisi e spondilolistesi" Organizzato da Ikos s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 10

23/11/2019: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Mal di schiena e sciatalgia: come, quando e perché. Diagnosi e cura della patologia degenerativa lombare." Organizzato da Ikos s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 10

23/11/2019: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Movimentazione manuale dei pazienti: prevenzione dei rischi per gli operatori sanitari." Organizzato da Ikos s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 10

24/11/2019: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Pilates terapeutico: la rieducazione posturale dinamica." Organizzato da Ikos s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 15

24/11/2019: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Postura e valutazione posturale." Organizzato da Ikos s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 15

24/11/2019: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Sindrome del tunnel carpale: Valutazione e trattamento in terapia manuale." Organizzato da SPES ScpA. Crediti formativi E.C.M. : 24

11/12/2020: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Introduzione alla comunicazione strategica nelle professioni sanitarie." Organizzato da SPs.r.l. tenutosi su www.ebookecm.it; Crediti formativi E.C.M. : 5

03/04/2021 Corso: "BLSD per Sanitari" organizzato da Carpe Diem per IRC tenutosi a Trieste c/o Sanatorio Triestino

01/05/2022: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "La distrofia muscolare di Duchenne. Approccio fisioterapico riabilitativo." Organizzato da Ikos s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 10

03/09/2022: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Il percorso riabilitativo nelle diverse forme di sclerosi multipla." Organizzato da Ikos s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 10

03/09/2022: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "La postura è l'espressione fisica e psico-fisica dell'individuo. Come riequilibrarla? Proposta di un approccio integrato tra posture di allungamento e riequilibrio dei Meridiani energetici della Medicina Tradizionale Cinese." Organizzato da Ikos s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 20

03/09/2022: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "La gestione di un team di lavoro." Organizzato da Ikos s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 10

03/09/2022: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Il colpo di frusta ed i disordini associati. Linee guida di trattamento." Organizzato da Ikos s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 10

04/09/2022: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Muoversi con intelligenza. Introduzione al metodo Feldenkrais e alle sue possibilità di utilizzo." Organizzato da Ikos s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 15

04/09/2022: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "La tendinopatia calcifica della spalla." Organizzato da Ikos s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 15

04/09/2022: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Le sindromi da impingement extra-articolare dell'anca <oltre il conflitto femoro.acetabolare e ritorno." Organizzato da Ikos s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 10

04/09/2022: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "La coxalgia pre-artrosica L' impingement femoroacetabolare e la patologia intra-articolare dell'anca." Organizzato da Ikos s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 10

04/09/2022: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "L'esposizione dei lavoratori al rischio stress lavoro correlato." Organizzato da Ikos s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 5

06/09/2022: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Rischio Biologico e operatori sanitari: prevenzione e sicurezza nella pratica clinica e nell'emergenza sanitaria" Organizzato da Ikos s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 20

06/09/2022: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Rischio chimico." Organizzato da Ikos s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 13

03/12/2022 Corso in videoconferenza Zoom di 6 ore: Aggiornamento Corso Sicurezza organizzato Lonza Consulting Group

20/04/2023 Corso in videoconferenza Zoom di 8 ore: Formazione Aggiuntiva per Preposto organizzato Lonza Consulting Group

27/05/2023 Corso: "BLS per Sanitari" organizzato da Carpe Diem per IRC tenutosi a Trieste c/o Sanatorio Triestino

25/11/2023 Evento Formativo: "Accesso alla fisioterapia: oltre gli attuali confini." Organizzato da Sanipro srl, tenutosi a Udine. Crediti formativi E.C.M. : 2,8

26/02/2024: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "La respirazione le molteplici connessioni del diaframma" Organizzato da Ikos s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 30

26/08/2024: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "La cefalea: ragionamento clinico e approccio manuale" Organizzato da Ikos s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 20

26/08/2024: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Elementi di neuroscienze mindfulness e Tao for human performance. Applicazioni pratiche nello sport, nel lavoro, in terapia." Organizzato da Ikos s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 30

26/08/2024: Progetto di formazione a distanza (F.A.D. pura) "Menopausa: sintomatologia e prevenzione attraverso alimentazione e integrazione." Organizzato da Ikos s.r.l.; Crediti formativi E.C.M. : 20

12/10/2024: Corso: “ Fisioterapia e comunicazione, come costruire una community” Organizzato da Sanipro srl e tenutosi a Udine Crediti formativi E.C.M. : 11, 9

Da 22/11/2024 a 09/12/2024: Corso di formazione attivato nell’ambito del Progetto “ASFID – Azioni di supporto alla formazione ed informazione in materia di disabilità” organizzato da Formez PA Centro servizi, assistenza, studi e formazione per l’ammodernamento delle P.A. tenutosi a Trieste

MADRELINGUA :

ITALIANO

ALTRE LINGUE:

FRANCESE Capacità di scrittura, lettura e espressione orale: discreta

CAPACITA' E COMPETENZE TECNICHE:

Utilizzo del PC senza particolari certificazioni; conoscenza discreta di Microsoft Office (Word, Excel)

Autorizzo al trattamento dei dati personali contenuti nel mio curriculum vitae ex art. 13 del decreto legislativo 196/2003 e art. 13 del Regolamento UE 2016/679 sulla protezione delle persone fisiche relativamente al trattamento dei dati personali.

Trieste, 22/12/2024

Firma: *Cristiana Porcheddu*