

STEFANIA BERNARDIS

TITOLI DI STUDIO

Diploma di Maturità Classica conseguito nell'anno accademico 1987/1988 presso il LICEO CLASSICO S. BERNARDINO DA SIENA-UDINE..

Diploma in Educazione Fisica conseguito presso l'ISTITUTO SUPERIORE DI EDUCAZIONE FISICA-FIRENZE il 23/03/1994 con votazione 110 e lode/110. Tesi in Ginnastica Correttiva dal titolo *“La vita e l'opera di C. Descovich”*. Relatore Prof. C. Pecchioli.

Diploma Universitario in Terapisti della Riabilitazione conseguito presso l'UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI UDINE il 16/10/1997 con votazione 110 e lode/110. Tesi in Rieducazione Uro-ginecologica dal titolo *“Incontinenza urinaria da sforzo: studio comparativo fra training chinesiterapico ambulatoriale ed autotraining domiciliare”*. Relatore Dott. P. Di Benedetto.

Laurea di I livello in Fisioterapia conseguita presso l'UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI ROMA - TOR VERGATA il 17/12/2003 con votazione 110 e lode/110. Tesi in Terapia Manuale dal titolo: *“Proposte di intervento riabilitativo in pazienti con esiti di frattura del condilo mandibolare”*. Relatore Dott. S. Mugnaini.

Master di I livello in Riabilitazione dei Disordini Muscolo-scheletrici - UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI GENOVA - CAMPUS DI SAVONA – 06/09/2012.

Diploma in Osteopatia (DO) conseguito presso ABE OSTEOPATHY SCHOOL-BOLOGNA, 30/10/2016.

CORSI DI FORMAZIONE PRINCIPALI

- Corso di formazione AITR: **“Rieducazione Posturale Globale: il Campo Chiuso”**, tenuto da P.E. Souchard e collaboratori, Udine, 4-9/12/2000, 2-6/04/2001, 4-9/06/2001, 15-19/10/2001.
- Corso di formazione AITR: **“Manipolazione Neuroconnettivale”**, tenuto da L. Copetti e G.Rucli, Porcia (PN), 4-6/05/2001, 18-20/05/2001, 5-7/10/2001, 26-28/10/2001.
- Corso di aggiornamento: **“Il trattamento dei disordini cranio-cervico-mandibolari in terapia manuale”**, Università degli studi di Udine, Facoltà di Medicina e Chirurgia – Scuola di Specializzazione in Chirurgia Maxillo-Facciale, Udine, 17/10/2001.

- Corso di formazione AITR-Veneto: **“Diagnosis and Treatment of Moviment Impairment Syndromes”**, tenuto da S. Sahrman, Conegliano (TV), 20-21/04/2002.
- Corso di formazione base AITR-FVG: **“Il trattamento dei disturbi cranio-cervico-mandibolari in terapia manuale”**, tenuto da R.Strobbe, Udine, 13-16/06/2002.
- Corso di formazione avanzato AITR-FVG: **“Il trattamento dei disturbi cranio-cervico-mandibolari in terapia manuale”**, tenuto da R.Strobbe, Udine, 03-06/10/2002 (35 crediti ECM).
- Corso di formazione AIFI-FVG: **“Il trattamento integrato delle cervicaglie”**, tenuto da R. Strobbe, Trieste, 14-17/11/2002 (34 crediti ECM).
- Corso di aggiornamento Medical Services: **“Il ruolo Fisioterapico-Riabilitativo del Complesso Cranio-mandibolare”**, tenuto da R.Strobbe e da M.Rocabado, Milano 20-21/02/2002 (12 crediti ECM).
- Corso di formazione AIFI nazionale: **“Concetto Maitland. I livello”**, tenuto da Elly Hengeveld, Calderara di Reno (BO), 02-06/09/2002; 02-06/12/2002 (46 crediti ECM); 03-07/03/2003; 26-30/05/2003 (50 crediti ECM).
- Corso di aggiornamento AIFI-FVG: **“Il Massaggio Connettivale secondo Teirich Leube”**, tenuto da L. Cavaliere e D. Barak, Palmanova (UD), 13-16/11/2003 e (50 crediti ECM).
- Corso di formazione NEW MASTER srl: **“Concetto Maitland. Livello 2A”**, tenuto da H. von Piekartz e R. Valentiny, Padova, 23-27/02/2004 (36 crediti ECM) e 13-17/12/2004.
- Corso di formazione AIFI-FVG: **“Terapia manuale: le Pompages e il recupero dei Micromovimenti. Il livello”**, tenuto da G.Barindelli, Palmanova (UD), 18-19/06/2004.
- Corso di formazione NOI - FISIODYNACOM srl – AIFI-FVG: **“Mobilizzazione del Sistema Nervoso”**, tenuto da D. Butler e coll., Udine 20-22/10/2004 (21 crediti ECM).
- Corso di formazione AIFI-FVG: **“Tecniche di Inibizione e di Stabilizzazione applicate al Rachide Lombare”**, tenuto da G. Barindelli, Palmanova (UD) 12-13/11/2004 (19 crediti ECM).
- Corso di formazione AIFI-FVG: **“Kinetic Control: Introduzione al Concetto”**, tenuto da D. Andreotti, Palmanova (UD), 11-12/12/2004.
- Corso di formazione AIFI-FVG: **“Kinetic control: la Colonna lombare ed il Tronco”**, tenuto da D. Andreotti e coll., Palmanova (UD), 18-20/03/2005 (26 crediti ECM).
- Corso di perfezionamento UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI MILANO - BICOCCA, Dipartimento di Neuroscienze: **“Diagnosis and Treatment of Moviment Impairment”**, tenuto da S. Sahrman e coll., Monza, 20-21/06/2005 (11 crediti ECM).
- Corso di perfezionamento UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI MILANO - BICOCCA, Dipartimento di Neuroscienze: **“Diagnosis and Treatment of Moviment Impairment”**, tenuto da S. Sahrman e coll., Monza, 22-24/06/2005 (25 crediti ECM).
- Corso di formazione NEW MASTER srl: **“Concetto Maitland. Corso di perfezionamento- Livello 2B”**, tenuto da P. Jeangro e R. Weisner, Roma, 30/04-04/05/2005 e 26-30/09/2005 (50 crediti ECM).

- Corso di formazione AIFI-FVG: **“Kinetic Control: Rachide Cervicale, Rachide Dorsale e Spalla”**, tenuto da D. Andreotti e coll., Palmanova (UD), 14-18/09/2005 (49 crediti ECM).
- Corso di formazione FISIODYNACOM srl: **“La Fisioterapia in Odontoiatria – Fisiopatologia Cranio-Mandibolare e Dolore Orofaciale – modulo M1”**, tenuto da M. Rocabado, Parma, 01-03/10/2005 (16 crediti ECM).
- Corso di formazione FISIODYNACOM srl: **“Il Sistema Nervoso Sensibile”**, tenuto da D. Butler e coll., NOI GROUP, Parma, 22-24/11/2005 (22 crediti ECM).
- Corso di formazione AIFI-FVG: **“Kinetic Control: Anca ed Arto Inferiore”**, tenuto da D. Andreotti e coll., Palmanova (UD), 10-12/02/2006 (29 crediti ECM).
- Corso di formazione FISIODYNACOM srl: **“Terapia manipolativa vertebrale: un approccio completo”**, tenuto da R. Strobbe, Roncegno Valsugana (TN), 03-09/07/2006 (46 crediti ECM).
- Corso di formazione FISIODYNACOM srl: **“STEP: Scientific Therapeutic Exercise Progressions”**, tenuto da O. Grimsby e J. Rivard - Ola Grimsby Institute, Parma, 29/09-03/10/2006 (34 crediti ECM).
- Corso di aggiornamento MICHIGAN STATE UNIVERSITY: **“Principles of Manual Therapy Techniques”**, Lansing, 6-10/12/’06.
- Corso di aggiornamento MIDDLESEX UNIVERSITY: **“Lumbar and Thoracic Spine and Ribs”**, tenuto da L. Hartman, London, 24-25/03/’07.
- Corso di aggiornamento FISIODYNACOM srl: **“Diagnosi clinica e terapia manuale della colonna lombare e dell’articolazione sacro-iliaca”**, tenuto da P. Van Wijmen, Varese, 08-11/11/2007 (28 crediti ECM).
- Corso di formazione FISIODYNACOM srl: **“Terapia manipolativa vertebrale: un approccio completo”**, tenuto da R. Strobbe, Parma, 26-28/10/2007 e 14-15/12/2007 (42 crediti ECM).
- Corso di aggiornamento AIFI-FVG: **“Sindromi da disfunzione di movimento: valutazione funzionale e trattamento applicati all’arto inferiore”**, tenuto da G. Barindelli, Palmanova (UD), 18-19/01/2008 (17 crediti ECM).
- Corso di formazione IMTA (International Maitland Teacher Association): **“Maitland Concept: Level 3 Advanced Course”**, tenuto da P. Jeangro, P. Westerhuis, H. von Piekartz, Lutry (Lausanne - CH), 24-28/09/2007, 10-14/03/2008 e 13-17/05/2008.
- Corso di formazione FISIODYNACOM srl: **“Management of neck pain disorders”**, tenuto da D. Falla, Parma, 16-17/11/2008 (12 crediti ECM).
- Corso di aggiornamento Ability Group: **“Kinesio Taping - KT1 e KT2”**, tenuto da S. Frassine, Udine 19-20/09/2009 (14 crediti ECM).
- Corso di formazione ABE (Associazione Back School and Medicine Europa): **“Scuola Triennale di Terapia manuale ad Indirizzo Posturologico Funzionale – I anno di corso ”**, Bologna, 24-26/09/2009; 20-22/11/2009; 19-21/02/; 23-25/04/2010.
- Congresso GTM – FISIODYNACOM srl: **“Does the efficacy of the manual therapy depend on its specificity?”**, Parma, 10-11/04/2010.
- Corso di formazione FISIODYNACOM srl: **“Concetto kaltenborn - I livello”**, tenuto da J. Schomacher, Udine, 20-24/05/2010; 18-22/06/2010 (50 crediti ECM); 04-08/10/2010 (38 crediti ECM); 05-09/11/2011 (50 crediti ECM).
- Corso di aggiornamento ABILITY GROUP srl: **“Kinesio Taping – KT3”**, tenuto da M. Terragnoli, Udine 30/11-01/12/2013 (20,6 crediti ECM).

- Corso di aggiornamento ABILITY GROUP srl: **“MET for Thoracic, Low Back Pain, Sciatica”**, tenuto da T.A. Torstensen, Mogliano Veneto (TV), 17-18/10/2015.
- Corso di aggiornamento ABILITY GROUP srl: **“Patomeccanica e trattamento del piede”**, tenuto da R. Donatelli, Mogliano Veneto (TV), 20/04/2015.
- Corso di aggiornamento ABILITY GROUP srl: **“Graston Technique M1- Basic Training”**, tenuto da M. Ploski, Mogliano Veneto (TV), 30-31/10/2015.
- Corso di aggiornamento ABILITY GROUP srl: **“Graston Technique M2- Advanced Training”**, tenuto da M. Ploski, Mogliano Veneto (TV), 06-07/03/2016.
- Corso di aggiornamento postgraduate Scuola di Osteopatia Osteopathic College: **“Le disfunzioni vertebrali tripodi e complesse della colonna vertebrale”**, tenuto da C. De France, Trieste 13-14/10/2017.
- Corso di aggiornamento ABILITY GROUP srl: **“STEP 6: Scientific Therapeutic Exercise Progressions for Upper Cervical, TMJ, Ocular Systems”**, tenuto da R. Krings - Ola Grismby Institute, Mogliano Veneto (TV), 04-05/11/2017.
- Corso di aggiornamento MANUALMENTE - Formazione in Movimento srl: **“Spinal Manipulation Techniques”**, tenuto da B. Power, Varese, 09-11/03/2018 (24 crediti ECM).
- Corso di aggiornamento MANUALMENTE - Formazione in Movimento srl: **“Riabilitazione Vestibolare: vertigine posizionale e capogiro”**, tenuto da N. T. Shepard e R. Clendaniel, Milano, 19-21/10/2018 (22 crediti ECM).
- Corso di aggiornamento MANUALMENTE - Formazione in Movimento srl: **“Role of C1-C3 Cervical Afferents in Primary Headache”**, tenuto da D. Watson, Silea (TV), 18-20/05/2019 (crediti ECM).
- Corso di aggiornamento FISIOSCIENZE srl: **“FisioScience Club”**, tenutosi su piattaforma FAD dal 10/01/2022 - 31/12/2022 (50 crediti ECM).
- Corso di aggiornamento ABOUTEVENTS srl: **“Posturologia Clinica”**, tenutosi su piattaforma FAD dal 21/03/2022 - 31/12/2022 (50 crediti ECM).
- Corso di aggiornamento NEW MASTER srl: **“Testing for Return to Play and High-Performance Sport”**, tenuta da A. Turner e P. Read, Conegliano (TV) 13-14/05/.2023 (17 crediti ECM).
- Corso di aggiornamento MEDIACOM srl: **“Corso di Facilitatore in Mindfulness-Mindfulness Educators”**, tenutosi su piattaforma FAD nel 2023 (50 crediti ECM).
- Corso di aggiornamento MANUALMENTE - Formazione in Movimento srl: **“Formazione Avanzata in Terapia Manuale Integrata ed Esercizio Terapeutico per la gestione delle Cefalee Primarie e dei Disturbi neuro-muscolo-scheletrici Associati: CMT Approach”**, tenuto da M. Castaldo e R. Rosa, Milano, 04/10/2024 - 17/12/2024 (50 crediti ECM).
- Corso di aggiornamento MANUALMENTE srl: **“Summer School Clinica del Mal di Testa”**, tenuto da M. Castaldo e R. Rosa, San Martino di Castrozza, 10-12/07/2025.

CORSI DI AGGIORNAMENTO BREVI

- Convegno: **“Il muscolo nel danno centrale. Allenamento alla forza nel training neuroriabilitativo”**, Università degli Studi di Udine, Facoltà di Medicina e Chirurgia, Grado (GO), 14/06/1996.

- Convegno: **“Trattamento chinesiterapico e farmacologico focale della spasticità”**, Università degli Studi di Udine, Facoltà di Medicina e Chirurgia, Grado (GO), 28/09/1996.
- Convegno interregionale, temi di riabilitazione: **“Spalla: approfondimenti multidisciplinari nella prospettiva riabilitativa”**, Udine, 29-30/11/1996.
- Seminario: **“La riabilitazione fisica nel paziente arteriopatico”**, ANMIRS-AITR FVG, Ospedale “San Giovanni di Dio-Fatebenefratelli”, Gorizia, 21/12/1996.
- Corso di aggiornamento: **“La cura posturale del neonato”**, Azienda Ospedaliera di Udine “S. Maria della Misericordia”-Divisione di Neonatologia, Udine, 13/06/1997.
- Seminario: **“Le artroprotesi d’anca”**, Università degli Studi di Udine-Clinica Ortopedica e Traumatologica-Scuola di Specializzazione in Ortopedia e Traumatologia, Udine, 7/11/1997.
- Corso di formazione: **frequenza del 1° anno di corso della Accademia Italiana di Osteopatia**, Padova, anno accademico 1997-1998.
- Corso di aggiornamento: **“Medicina estetica ed elettrostimolazione. Compex: applicazioni e protocolli terapeutici. Prove pratiche”**, Divisione Scientifica Studiomed, Eraclea, 18/04/1998.
- Corso di aggiornamento: **“Accessibilità domestica”**, Comunità Piergiorgio-ONLUS, in collaborazione con l’Agenzia Regionale della Sanità, Udine, 15/12/1999.
- Convegno regionale AITR-FVG: **“Luoghi e tempi per la riabilitazione nel Friuli Venezia Giulia”**, Valvasone (UD), 7/10/2000.
- Seminario: **“Il baropodometro elettronico”**, Ortopedia Porzio srl, Tricesimo (UD), 28/09/2001.
- Seminario AITR-FVG: **“La responsabilità del fisioterapista dipendente e libero professionista”**, Udine, 13/10/2001.
- Seminario AITR-FVG: **“Introduzione al ragionamento clinico in terapia manuale”**, Università degli Studi di Udine e di Trieste, Facoltà di Medicina e Chirurgia - Diploma Universitario di Fisioterapista, Udine, 16/10/2001.
- Seminario AITR-FVG: **“Giornata sulle Terapie Manuali”**, Udine, 13/04/2002.
- Corso di aggiornamento ASS n°3 “Alto Friuli”: **“Cuffia dei rotatori, Acromion-plastica e Protesi di Spalla”**, tenuto da F. Bassini, Tolmezzo (UD), 18/04/2002.
- Corso di aggiornamento ASS n°3 “Alto Friuli”: **“Quadrantectomia e Mastectomia”**, tenuto da R. Petri e D. Tapinato, Tolmezzo (UD), 16/05/2002.
- Corso di aggiornamento ASS n°3 “Alto Friuli”: **“Protesi di anca e ginocchio”**, tenuto da V. Simonelli, Tolmezzo (UD), 22/05/2002.
- Corso di aggiornamento ASS n°3 “Alto Friuli”: **“Traumatologia degli arti inferiori”**, tenuto da M. Pozzi Mucelli ed R. Pozzi Mucelli, Tolmezzo (UD), 10/05/2002.
- Corso di aggiornamento ASS n°3 “Alto Friuli”: **“Arteriopatie obliteranti degli arti inferiori”**, tenuto da G. Vettorello, Tolmezzo (UD), 23/05/2002 (17 crediti ECM).
- Corso di aggiornamento ASS n°3 “Alto Friuli”: **“BLS base”**, Gemona del Friuli (UD), 14/04/2002 (7 crediti ECM).
- Corso di aggiornamento ASS n°3 “Alto Friuli”: **“ETC nelle patologie ortopedico-traumatologiche”**, Gemona 20 e 27/09/2003 (11 crediti ECM).

- Corso di aggiornamento ASS n°3 “Alto Friuli”: **“Percorsi terapeutici e riabilitativi nell’assistenza della donna mastectomizzata”**, Tolmezzo (UD), 5-6/11/2004 (9 crediti ECM).
- Corso di aggiornamento MAIT GROUP – Manual Therapy: **Giornata di revisione ed approfondimento del Concetto Maitland**, tenuto da R. Valentiny, Parma, 05/11/2005.
- Corso di aggiornamento ASS n°3 “Alto Friuli”: **“Inglese Clinico 1”**, Gemona (UD), 17, 20, 24, 27, 31/10 e 03, 07, 10, 14, 17/11/ 2005 (22 crediti ECM).
- Corso di aggiornamento regionale SIA FVG: **“La Ricostruzione del Crociato Anteriore: semplificare la chirurgia ed uscire dai problemi”**, Centro Avalon, Borgo Grotta Gigante (TS), 18/11/2005.
- Corso di aggiornamento AIFI-FVG: **“Autonomia e Responsabilità del Fisioterapista: aspetti medico-legali”**, Palmanova (UD), 08/04/2006 (2 crediti ECM).
- Congresso ASS n°3 “Alto Friuli”, Azienda Policlinico a Gestione Diretta Università degli Studi di Udine, Bibione Thermae: **“Seminari Latisanesi di Chirurgia della Spalla”**, Bibione (VE), 06-07/10/2006 (in corso richiesta crediti ECM).
- Corso di aggiornamento ASS n°3 “Alto Friuli”: **“BLSD retraining”**, Gemona del Friuli (UD), 24/10/2007 (7 crediti ECM).
- Corso di aggiornamento ASS n°3 “Alto Friuli”: **“La prevenzione degli infortuni traumatici”**, Gemona del Friuli (UD), 23/11/2007 (2 crediti ECM).
- Corso di aggiornamento ASS n°3 “Alto Friuli”: **“La diffusione della conoscenza scientifica: etica, metodologie, strumenti”**, Gemona del Friuli (UD), 13/05/2008 (19 crediti ECM).
- Corso di aggiornamento ASS n.3 “Alto Friuli”: **“Funzionamento e disabilità nell’ottica dell’ICF. Prospettive teorico-culturali e prospettive applicative nei sistemi di welfare”**, Gemona del Friuli (UD), 28/05/2009 (5 crediti ECM).
- Corso di aggiornamento ASS n.3 “Alto Friuli”: **“Funzionamento e disabilità nell’ottica dell’ICF. Prospettive teorico-culturali, applicative nei sistemi welfare: dalla teoria alla pratica”**, Gemona del Friuli (UD), 17/06/2009 (7 crediti ECM).
- Corso di aggiornamento FATA SCARL srl: **“Utilizzo di emocomponenti per uso topico di origine autologa applicato in ortopedia e traumatologia”**, Udine, 30/06.2016 (2 crediti ECM).
- Corso di aggiornamento SANIPRO srl: **“Valutazione cinematica della corsa e dei suoi infortuni”**, Udine, 19/03/2022 (5.8 crediti ECM).
- Corso di aggiornamento REUMA SPORT srl: **“Reumasport FVG”**, 26/10/2023 (6 crediti ECM).
- Congresso GTM AIFI - BOLOGNA CEFALIA 2025: **“Update Fisioterapia e Cefalee Primarie: l’importanza dell’interazione multidisciplinare”**, Bologna 08/02/2025.

ESPERIENZA PROFESSIONALE

L’esperienza professionale decorre **dal 1997** ed è stata espressa sin dall’inizio volutamente in ambiti operativi diversi tra loro al fine di sperimentare le eterogenee

applicazioni della Fisioterapia in molteplici aree riabilitative, variabili per età, patologie, modalità di intervento e necessità.

Attività libero-professionale

L'attività autonoma, presso il proprio **Studio Professionale privato**, è stata intrapresa **nel 2002**, con specializzazione in **Terapia Manuale Ortopedica**. La progressiva crescita professionale ha indotto all'identificazione di un nuovo e più ampio spazio, con maggiori servizi per il paziente; nasce, così, **nel 2012 lo Studio MOVITA- fisioterapia osteopatia**.

Ambito sanitario pubblico

dal 1998 per 14 anni ruolo di **dipendente pubblico** full-time e poi part-time presso **Aziende Sanitarie Pubbliche** del FVG, maturando esperienza specifica in riabilitazione delle patologie della terza età in contesto residenziale o domiciliare.

Ambito didattico

dal 2001 al 2017 **Professore a contratto** presso l'**Università degli studi di Udine – Facoltà di Medicina e Chirurgia – Laurea in Fisioterapia** per l'insegnamento del Corso di Chinesiologia Speciale. A detta esperienza si sommano attività didattiche e di relatore in Corsi di aggiornamento e Convegni in temi specifici di Terapia Manuale.

Ambito sportivo

Dal 1993, in qualità di **Educatore Fisico, ruolo di docente** in ambito sportivo per corsi di attività motoria in varie discipline sportive, a contatto con bambini, adulti ed anziani.
Dal 1998, in qualità di **Fisioterapista, incarichi di consulente qualificato per squadre sportive**, in ambito agonistico e non, di calcio, pallavolo, sci, atletica, danza.