



DOSSIER DEL PROGETTO

Cambiare vite con la conoscenza e l'innovazione



Cofinanziato
dall'Unione europea

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.
ERASMUS-EDU-2022-PI-ALL-INNO: Progetto n.101111708

Digi4MSK

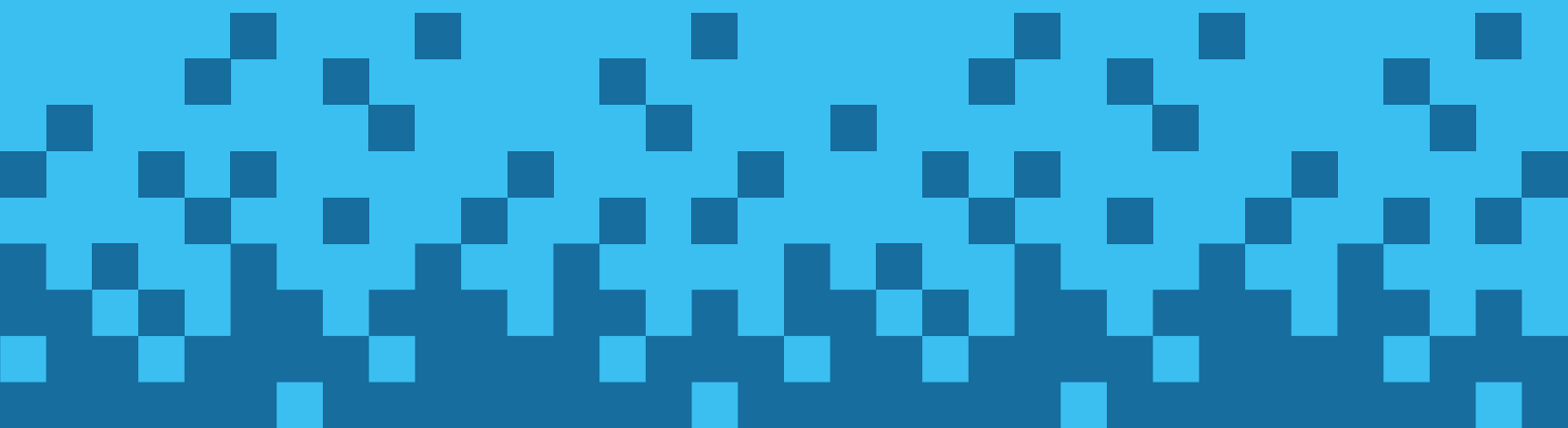
Panoramica del progetto e risorse principali

Digi4MSK è un progetto europeo Erasmus+ volto a migliorare la gestione del dolore muscoloscheletrico attraverso lo sviluppo di risorse digitali, attività formative e la produzione di evidenze scientifiche. Il progetto mira a facilitare l'accesso a informazioni affidabili e strumenti pratici che aiutino i pazienti e gli operatori sanitari ad attuare strategie di autogestione basate su evidenze scientifiche.

A tal fine, Digi4MSK integra attività di ricerca e sviluppo di risorse didattiche aperte con iniziative di formazione in presenza e online in diversi paesi europei. L'obiettivo finale è migliorare l'alfabetizzazione in materia di salute muscoloscheletrica, promuovere l'autonomia delle persone affette da dolori muscoloscheletrici e aiutare i professionisti a integrare approcci di autogestione nella pratica clinica.

Sito web del progetto: digi4msk.eu/it

Archivio delle risorse selezionate del progetto:
zenodo.org/communities/digi4msk/



Risorse aperte del progetto

Manuali sulle migliori pratiche per professionisti e pazienti

Digi4MSK sviluppa due versioni di un manuale sulle migliori pratiche: una destinata agli operatori sanitari e un'altra adattata per i pazienti.

La versione per i professionisti funge da guida di riferimento rapido per aiutare ad affrontare le situazioni più comuni che si presentano quando si applica l'autogestione nella pratica clinica. Tra gli esempi figurano pazienti con scarsa motivazione all'esercizio fisico, difficoltà ad attenersi alle raccomandazioni o problemi nell'orientarsi tra le risorse sanitarie disponibili.

La versione per i pazienti fornisce informazioni chiare e accessibili sul dolore muscoloscheletrico e include strategie pratiche e risorse a sostegno di un'autogestione efficace.

Libro per i pazienti:

zenodo.org/records/19454831

Libro per i professionisti:

zenodo.org/records/19452236



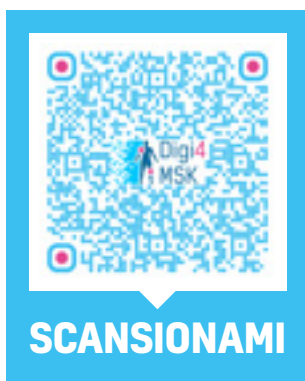
Corsi online per professionisti

Il progetto sviluppa corsi online aperti rivolti agli operatori sanitari che operano nel settore muscolo-scheletrico.

I corsi per professionisti si concentrano sulle strategie per integrare l'autogestione nella pratica clinica, migliorare l'educazione dei pazienti e utilizzare risorse digitali basate su dati scientifici.

Corsi online per professionisti:

digi4msk.eu/it/contenuti/corsi/corsi-online-per-professionisti-del-settore-sanitario/



Digi4MSK

**EDIZIONI MENSILI
ASSICURATI UN POSTO!**

Corso online per professioni sanitarie

-  Autogestione
-  Comunicazione
-  Dolori muscolo-scheletrici
-  Finanziato al 100% dall'UE

Scopri il corso

 **Co-finanziato dall'Unione europea**

Finanziato dall'Unione europea. Le agenzie esecutive appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Gli italiani europei nel TRACIA possono essere ritenuti responsabili. Digi4MSK-DSJ-2021-FR-ALU-1002. Progetto n. 202111708

Corsi online per pazienti e persone affette da dolore

Il progetto sviluppa corsi online aperti rivolti a persone affette da dolore muscoloscheletrico. I corsi offrono informazioni chiare sul dolore muscoloscheletrico e forniscono strumenti pratici per migliorare la gestione autonoma della propria salute, promuovere abitudini sane e rafforzare la fiducia nelle decisioni relative alla propria salute.

Corsi online per pazienti:

digi4msk.eu/it/contenuti/corsi/corsi-online-per-il-grande-pubblico/



Digi4MSK

SCOPRI TUTTO SUI DOLORI MUSCOLARI E ARTICOLARI E SU COME GESTIRLI

GRATIS!
Corso online per comprendere e gestire il dolore

-  Come affrontare le riacutizzazioni
-  Strategie per sentirsi più sicuri di sé
-  Strumenti pratici per gestire il dolore
-  Finanziato al 100% dall'Unione Europea

Scopri il corso



Finanziato dall'Unione europea. Le agenzie esecutive appartengono, tuttavia, ai soli ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'educazione e la cultura (EACEA). Gli italiani europei nel TRACIA possono essere ritenuti responsabili. Digi4MSK-ESU-2021-PL-ALU-1002. Progetto n. 101011708

Workshop internazionali per operatori sanitari e pazienti

Digi4MSK organizza workshop in presenza in diversi paesi europei (Spagna, Danimarca, Italia, Irlanda e Austria) rivolti sia agli operatori sanitari che ai pazienti.

Questi workshop hanno un approccio pratico e sono pensati per sviluppare competenze relative all'autogestione del dolore muscoloscheletrico. I professionisti approfondiscono strategie per affrontare situazioni cliniche comuni, come la scarsa motivazione all'esercizio fisico o le difficoltà nell'integrare le risorse digitali nella cura dei pazienti.

I workshop rivolti ai pazienti forniscono strumenti pratici per comprendere meglio la propria condizione, gestire il dolore e utilizzare in modo efficace risorse digitali affidabili.



Workshop internazionali per operatori sanitari e pazienti



Relazione sul comportamento online nella ricerca di informazioni sulla salute muscolo-scheletrica

La presente relazione analizza le modalità con cui le persone affette da dolore e gli operatori sanitari cercano informazioni sul dolore muscolo-scheletrico su Internet e quali tipi di risorse digitali utilizzano. Lo studio individua le principali fonti di informazione, i modelli di ricerca più comuni e le difficoltà che gli utenti incontrano nel cercare di accedere a contenuti sanitari affidabili.

I risultati aiutano a comprendere meglio le esigenze degli utenti e costituiscono una base per la progettazione di risorse digitali più accessibili, più chiare e meglio adattate sia ai pazienti che agli operatori sanitari.



Rapporto completo in inglese:
[digi4msk.eu/wp-content/uploads/
2024/12/DIGI4MSK-D2.1-1.0.pdf](https://digi4msk.eu/wp-content/uploads/2024/12/DIGI4MSK-D2.1-1.0.pdf)

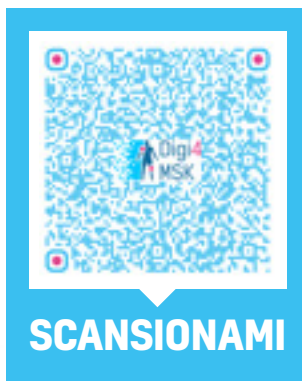
Sintesi tradotta:
[digi4msk.eu/wp-content/uploads/
2024/12/DIGI4MSK-D2.1-1.0_
Summary_Italian.pdf](https://digi4msk.eu/wp-content/uploads/2024/12/DIGI4MSK-D2.1-1.0_Summary_Italian.pdf)



Sintesi delle evidenze relative agli interventi digitali di autogestione

Questa risorsa raccoglie e sintetizza le evidenze scientifiche disponibili sull'efficacia degli interventi digitali volti a sostenere l'autogestione del dolore muscoloscheletrico. Vengono analizzati diversi tipi di strumenti digitali, quali applicazioni mobili, programmi online e piattaforme didattiche, nonché i fattori che ostacolano o favoriscono l'autogestione. Il loro impatto viene valutato in relazione a parametri quali il dolore, la funzionalità fisica, l'aderenza all'esercizio fisico e la capacità di autogestione dei pazienti.

Questa sintesi fornisce una base scientifica che guida sia lo sviluppo delle risorse del progetto sia il loro impiego nella pratica clinica.



Documento:

digi4msk.eu/wp-content/uploads/2024/10/IT-Translation-Digi4MSK-D3.1_Synthesis-of-current-evidence-on-self-management-for-musculoskeletal-painful-disorders.pdf



Convegno Digi4MSK

Il convegno Digi4MSK è rivolto ai professionisti sanitari che trattano regolarmente persone affette da dolori muscoloscheletrici ed ha lo scopo di promuovere l'apprendimento, il confronto e la riflessione critica.

La prima parte del congresso prevede brevi lezioni frontali volte a sviluppare le competenze dei partecipanti, quali la comunicazione efficace tra medico e paziente, l'integrazione clinica dell'autogestione del dolore a livello individuale e di gruppo, nonché e la presa in carico di pazienti complessi all'interno delle unità di terapia del dolore, solo per citarne alcune. La seconda parte dell'evento prevede tavole rotonde con esperti, incentrate su temi quali l'integrazione tra biomedicina e approcci biopsicosociali, l'educazione sanitaria, la comunicazione con il paziente e altri aspetti rilevanti.

Consulta l'elenco dei relatori nazionali e internazionali che prenderanno parte all'evento.

Altre informazioni:

digi4msk.eu/it/event/congresso-digi4msk/



SCANSIONAMI



Digi4MSK

19 SETTEMBRE 2026

Congresso Digi4MSK

Rivolto ai professionisti sanitari che trattano regolarmente persone con dolore muscoloscheletrico ed è progettato per favorire l'apprendimento e la riflessione.

DATA 19 settembre (sabato) dalle 8:30 alle 19:00

LUOGO Edificio del Gruppo San Valero Plaza de Santa Cruz, s/n, 50003 Zaragoza

FORMATO Di persona e online. Posti in presenza limitati

PREZZO Finanziato al 100% dall'UE. Include tapas per il pranzo e pause caffè

LINGUE Sessione mattutina: Inglese con traduzione simultanea in spagnolo
Sessione pomeridiana: spagnolo con traduzione simultanea in inglese

Iscriviti su digi4msk.eu/it

 Cofinanziato dall'Unione europea

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili. ERASMUS+ EDU-2022-PL-ALL-ENW3 Progetto n. 10111708

Serie di webinar

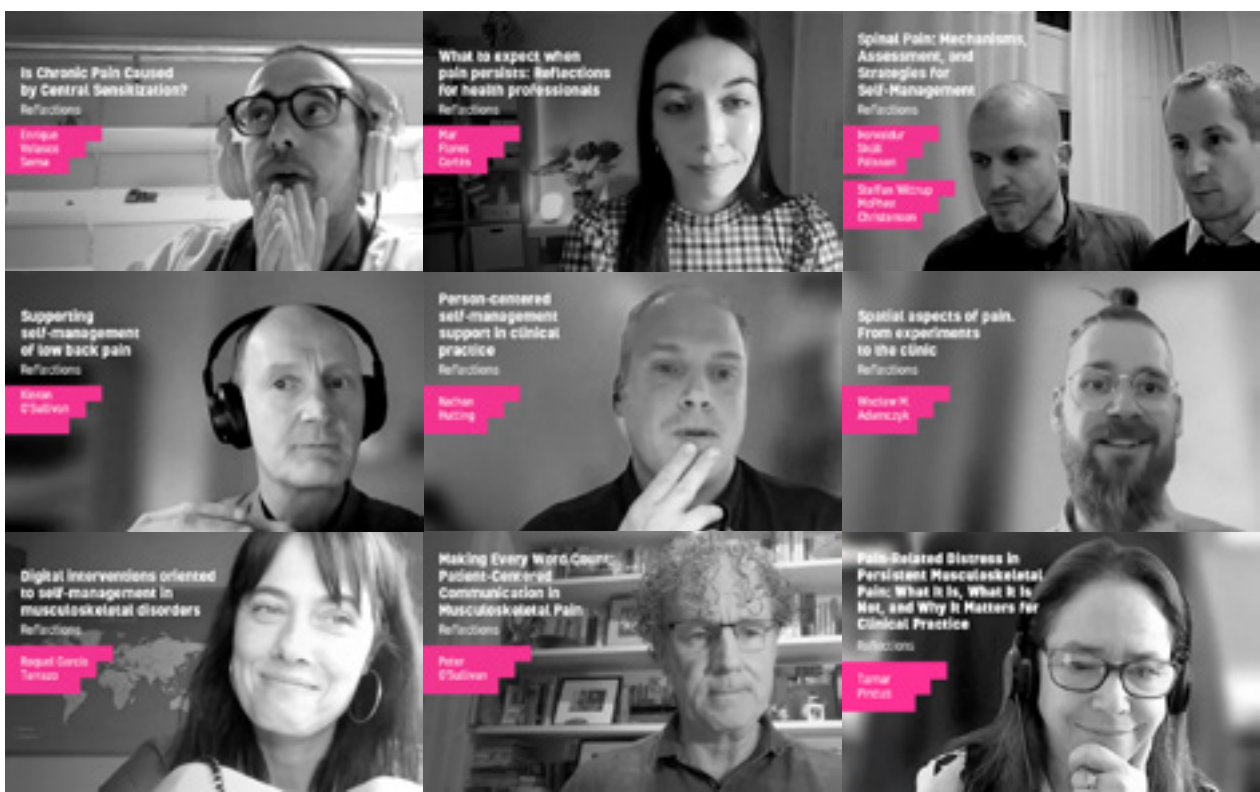
Il progetto Digi4MSK propone una serie di webinar internazionali che riuniscono ricercatori e professionisti sanitari di rilievo, con l'obiettivo di approfondire il tema del dolore muscoloscheletrico persistente e del supporto all'autogestione secondo una prospettiva contemporanea e basata sull'evidenza scientifica.

Attraverso diverse sessioni, saranno analizzati i meccanismi neurofisiologici del dolore, l'importanza di una comunicazione centrata sulla persona, nonché le componenti sensoriali ed emotive del dolore. Verranno inoltre presentate le strategie cliniche e le soluzioni digitali finalizzate a rafforzare il ruolo attivo sia dei pazienti che degli operatori sanitari.

Questa serie di webinar rappresenta uno spazio di confronto, condivisione delle conoscenze e sviluppo professionale, creando un ponte tra ricerca e pratica clinica e promuovendo approcci innovativi e realmente centrati sulla persona nella gestione del dolore muscoloscheletrico.

Lista Youtube:

youtube.com/playlist?list=PLoQUCbPV2fnwy-kIQH68FHPPxfIEESHT8



Corso post-laurea (15 ECTS) per professionisti

Il progetto offre 50 posti per un corso post-laurea da 15 ECTS, previsto per giugno 2026, rivolto a professionisti del settore sanitario interessati ad approfondire le proprie conoscenze sull'attuazione dell'autogestione nella cura del dolore muscoloscheletrico.

Il programma affronta temi fondamentali quali l'educazione dei pazienti, il cambiamento comportamentale, l'integrazione degli strumenti sanitari digitali e l'applicazione pratica delle strategie di autogestione in diversi contesti clinici.

Ricerca scientifica nell'ambito del progetto

Oltre allo sviluppo di risorse didattiche e formative, Digi4MSK conduce anche diversi studi scientifici relativi all'autogestione e all'uso di strumenti digitali nella gestione del dolore muscoloscheletrico.

I risultati di questi studi vengono progressivamente pubblicati su riviste scientifiche internazionali, contribuendo al crescente corpus di evidenze sulle strategie efficaci per migliorare l'autogestione e sostenere il processo decisionale clinico basato sull'evidenza.



Digi4 MSK

digi4msk.eu



Cofinanziato
dall'Unione europea

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.
ERASMUS-EDU-2022-PI-ALL-INNO: Progetto n.101111708