

## INFORMAZIONI PERSONALI

Francesca Tiloca



-  Residenza: via Logudoro 24, 07041 Alghero (SS), Italia.
  -  Cellulare: 3493919033
  -  E-mail: francescatiloca@gmail.com
  -  N° 2971 dell'albo della prof. sanitaria di Fisioterapista (FNOFI), ordine di Milano.
- Sesso** Femmina | **Data di nascita** 08/09/1993 | **Nazionalità** Italiana

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

12-14 APRILE 2024

**La valutazione e il trattamento integrato della paziente affetta da lipedema**, presso Edumed Brescia, docenti: Sara Mantovani dottoressa in Fisioterapia specialista in linfologia, Sara Compagni chinesio loga e dottoressa in scienze motorie.

27-28 GENNAIO 2024

**Bendaggio funzionale**, presso EdiAcademy Milano, docente Cristian Carubelli, dottore in fisioterapia.

7 MAGGIO 2022-  
9 OTTOBRE 2022

**Linfodrenaggio manuale e bendaggio linfologico: trattamento integrato del linfedema sulla base delle evidenze**, presso EdiAcademy Milano.  
Responsabili scientifici: Daniele Aloisi medico-chirurgo, specialista in angiologia medica; Sara Mantovani dottore in Fisioterapia specialista in linfologia.

28 NOVEMBRE 2020

**Master Congresso GSTM**, sessione scientifica in ruolo di relatrice: presentazione lavoro di tesi- esposizione dei risultati ottenuti dalla revisione della letteratura (titolo: Lombalgia Aspecifica Cronica Persistente: perché il paziente diventa cronico? Quali caratteristiche cliniche?).

FEBBRAIO 2019 -  
DICEMBRE 2020

**Master Universitario di I livello in Terapia Manuale e Fisioterapia Muscoloscheletrica**, presso Università G. D'Annunzio (Chieti)- GSTM Accademia, sede didattica Milano-Fondazione Don Carlo Gnocchi, Girola. Votazione: 110/110.

GENNAIO- MARZO 2018

**Frequentatrice attiva volontaria** presso IRCCS Istituto Ortopedico Galeazzi- Unità Operativa/Servizio di Fisioterapia (CCP, Terapia Intensiva postoperatoria, COR, CRI, Riabilitazione I° e II°, Ambulatorio Fisioterapia) Via Riccardo Galeazzi 4, Milano.

SETTEMBRE 2013 -  
APRILE 2017

**Laurea triennale in Fisioterapia** presso Università degli studi di Sassari.  
Votazione 110/110 e Lode.

*Tirocinio formativo:*

- Ambulatorio di Fisioterapia (Cliniche Universitarie, AOU Sassari, Viale San Pietro).
- Reparto di Neurologia (Cliniche Universitarie, AOU Sassari, Viale San Pietro).
- Reparto di Ortopedia (Cliniche Universitarie, AOU Sassari, Viale San Pietro) e cliniche esterne: Pneumologia, Patologia medica.
- Ambulatorio di Ortopedia e Traumatologia, Reparti di Ortopedia, Lungodegenza, Medicina interna, Stroke Unit, Rianimazione, Neurochirurgia, Centro ustioni (Ospedale Civile SS. Annunziata, ASL Sassari, Viale Italia).
- Residenza Sanitaria Assistenziale SS. Annunziata (Via Piandanna, Sassari).
- Piscine "Lu Fangazzu" (Via Giuseppe Romita, Sassari).

SETTEMBRE 2007-  
LUGLIO 2012

**Diploma di maturità classica** presso Liceo Classico "G. Manno", Alghero.

## ESPERIENZA PROFESSIONALE

Da luglio 2024 ad oggi

Libera professionista presso **Ippocrate Lab**, Via Giuseppe Frank 11, Alghero.  
*Docente corsi Rieducazione/ginnastica posturale e Pilates.*

Da marzo 2021 a giugno 2024

Libera professionista presso **Studio Kosmos**, Via Privata Carlo Innocenzo Frugoni 20/2, Milano. *Fisioterapia ambulatoriale privata.*

Da novembre 2020 ad aprile 2021

Libera professionista presso **Cooperativa sociale Onlus Paloma 2000**, Viale Tunisia 10, Milano. *Fisioterapia a domicilio.*

Da giugno 2020 a giugno 2021

Libera professionista presso **Epicura S.r.l.**, Corso Carlo e Nello Rosselli, Torino.  
*Fisioterapia a domicilio.*

Da aprile 2018 a giugno 2024

Libera professionista presso **Centro Girola- Fondazione Don Carlo Gnocchi**, Via Carlo Girola 30, Milano.  
*Riabilitazione in sede ambulatoriale in convenzione e solvenza; Screening/ valutazione posturale scuole elementari Niguarda; Progetto Scoliosi; Fisioterapia a domicilio; Riabilitazione in reparti degenze RSA, cure intermedie, centro diurno; Docente corsi di ginnastica dolce e back school.*

## COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre

Italiano

Altre lingue

| COMPRESIONE |         | PARLATO     |                  | PRODUZIONE SCRITTA |
|-------------|---------|-------------|------------------|--------------------|
| Ascolto     | Lettura | Interazione | Produzione orale |                    |
| B1          | B1      | B1          | B1               | B1                 |

Inglese

Livelli: A1/A2: Utente base - B1/B2: Utente intermedio - C1/C2: Utente avanzato  
[Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue](#)

Competenze sociali ed organizzative

Buone capacità comunicative e relazionali; spirito di gruppo, capacità di integrazione, collaborazione e lavoro in team multidisciplinare.

Altre informazioni

Buone capacità di adattamento, disponibilità, ascolto e confronto.  
Affidabilità, onestà, passione per la professione, impegno, motivazione, costante obiettivo di crescita e specializzazione.

Competenze informatiche

Ottima conoscenza del Sistema Operativo Windows.  
Ottima dimestichezza con l'uso del pacchetto Microsoft Office: Word, Excel, PowerPoint.  
Ottima padronanza nell'utilizzo di Internet, Web e posta elettronica.  
Ottima capacità di ricerca e utilizzo banche dati medico-sanitarie.

Patente di guida

Patente B

## ULTERIORI INFORMAZIONI

### Corsi

- 6 giugno 2024 Corso FAD **“Postura e valutazione Posturale”**, IKOS s.r.l., responsabile scientifico e docente: Dott. Claudio Zimaglia Ft.
- 6 novembre 2023 Corso FAD **“Pilates Terapeutico: La Rieducazione Posturale Dinamica”**, IKOS s.r.l., responsabile scientifico e docente: Dott. Claudio Zimaglia Ft.
- 13 Luglio 2020 Corso FAD **“Prevenzione e controllo delle infezioni nel contesto dell'emergenza Covid-19”**, organizzato da Istituto Superiore di Sanità, Via Regina Elena 299, 00161 Roma; responsabili scientifici: f.to Dott. Fortunato D'ancona e f.to Dott. Alfonso Mazzaccara.
- 14-15 Dicembre 2018 Corso ECM **“Percorsi Riabilitativi Integrati Per Il Trattamento Dei Disturbi Sensori-Motori Degli Arti Superiori E Inferiori”**, Fondazione Don Gnocchi- Santa Maria Nascente, Via Capecelatro 66, Milano. Responsabile scientifico: Dott. Montesano. Docenti: Dott.ssa Castagna, Dott.ssa Corbella, Dott.ssa Ramella, Dottor Cattaneo.
- 9-10 Novembre 2018 Corso teorico pratico ECM **“Scoliosi e Fisioterapia”**, presso Fondazione Don Carlo Gnocchi- Centro Girola. Docenti Dott. G. Rainero e FT M. Dangencourt. Inquadramento diagnostico e clinico; linee di trattamento; ruolo della rieducazione. Valutazione clinica e radiografica, impostazione del programma riabilitativo e attuazione pratica del trattamento di pazienti con scoliosi di varia entità trattata con e senza corsetto.
- Giugno- Settembre 2018 Corso FAD **“Proteggere Dall'Influenza Con La Vaccinazione: Un Percorso Teorico-Pratico In 4 Tappe Per Un'Efficace E Consapevole Proposta Di Salute”** organizzato da Axenso S.r.l; responsabili scientifici Marchetti Franco, MMG specialista in allergologia.
- 21-22 Marzo 2018 Corso teorico-pratico **“Hunova: la riabilitazione robotica”**, Movendo Technology, presso Brera Medical Center, corso di Porta Nuova 20, Milano. Docente Dott. Giampaolo Luzzu, FT. Corso di formazione per l'utilizzo di HUnova effettuato dal personale Movendo.
- 23-24-25 Giugno 2017 Corso teorico-pratico **“Teorie e Tecniche del Massaggio”**, Phisiovit; docente Dott. Marco Loreti, FT. Manualità di base, metodiche decontratturanti, metodiche sportive (pre e post gara), metodiche connettivali e metodologia drenante (drenaggio muscolare e linfatico).

### Seminari e convegni frequentati in periodo formativo universitario

- 1 Aprile 2017 Convegno **“La Classificazione Internazionale del Funzionamento, della Disabilità e della Salute – ICF”** (Aifi Sardegna), Viale S. Pietro 43 Sassari. Docenti: R. Bartoletti, A. Bortone, M. Ciriello, F. Tirinelli, O. Meli.
- 20-21 Gennaio 2017 Corso di aggiornamento e incontro interattivo delle donne con gli specialisti **“Tumori al seno: i bisogni, i tempi, le risposte”**, (AOU Sassari), Camera di commercio, Via Roma 74. Responsabili scientifici: dott. Fabrizio Demaria, dott. Gildo Motroni, dott.ssa Rita Nonnis.
- 16 Aprile 2016 Convegno **“Rieducazione posturale: metodiche a confronto”** (Aifi Sardegna), Sassari Viale S.Pietro 43. La Terapia manuale ortopedica, il metodo Mesieres e la metodica McKenzie. Relatori: P. Madeddu, A. manca, M. Ledda, R. Pala, G. Fadda.
- 7 Marzo 2015 Workshop **“Manipolazione Fasciale, metodo Luigi Stecco”**, Sorso (SS), Clinica Unicore.

Presentazione della metodica; docenti: dott. Luca Negostiani e dott. Antonio Santagata.

- 28 Febbraio 2015    Convegno *"Multidisciplinarietà nelle malattie rare: la displasia fibrosa polioistotica"*, in occasione della VIII Giornata Mondiale delle Malattie Rare (ASL+Uniss), Viale S. Pietro 43 Sassari. Comitato scientifico: A. Montella, F. Cambosu, P. Campus, F. Poddie, R. Sanna, G. Soro, L. Ulgheri.
- 12 Dicembre 2014    Seconda giornata artroscopica Sassarese *"Nuovi trends in ortopedia: tra fashion surgeries and evidence-based medicine"*, promocamera - via Predda Niedda 18 Sassari. Organizzatori: dott. F. Ziranu, dott. P. D. Mulas, U. D'Alessandro, A. Manunta.
- 14 Dicembre 2013    Convegno *"Contributo dell'Università degli studi di Sassari alla cooperazione allo sviluppo in sanità"*, Viale S. Pietro 43 Sassari. Segreteria scientifica: P. Cappuccinelli, M. Fadda, M. Pugliatti.