

# Małgorzata Starzec-Proserpio

## Curriculum vitae



### WYKSZTAŁCENIE

2016-Warszawski Uniwersytet Medyczny, II Wydział Lekarski, studia III stopnia, doktoranckie.

2014-2016 Akademia Wychowania Fizycznego w Warszawie, kier. Fizjoterapia, studia II stopnia, magisterskie.

2012-2013 Uniwersytet Karola w Pradze, Czechy, kier. Fizjoterapia (studia w języku angielskim).

2010-2014 Akademia Wychowania Fizycznego w Krakowie, kier. Fizjoterapia, studia I stopnia, licencjackie.

### ZATRUDNIENIE

2016 – nadal – Centrum Medyczne „Żelazna”, Fizjoterapeuta

2016 – nadal – Centrum Terapii Lew-Starowicz, Fizjoterapeuta

### KWALIFIKACJE

2016 – uzyskanie tytułu Terapeuty Uroginekologicznego (PTUG)

2016 – magister fizjoterapii; promotor pracy: prof. dr hab. n. med. Aleksandra Truszczyńska-Baszak („Ból lędźwiowo-miedniczny u polskich i norweskich kobiet w ciąży”, praca wyróżniona)

2014 – licencjat fizjoterapii

### KURSY, SZKOLENIA, STAŻE

#### Kursy, szkolenia:

2019

- Ultrasonograficzne Obrazowanie Rehabilitacyjne (Centrum Kształcenia Kadr Sportowych)

2018

- The fascial connection to restore movement (Pelvic Health Solutions, Kanada)
- Female and male pelvic pain (Level II/III, Pelvic Health Solutions, Kanada)
- International Academy of Orthopedic Medicine (moduł VI – staw biodrowy i miednica, Fizjoszkolenia)

2017

- Osteopatia w ginekologii (S. Sandler, MKmedika)
- Teoretyczne i praktyczne podstawy stymulacji funkcjonalnej (FES) oraz zastosowania powierzchniowej elektromiografii (sEMG) i EMG-biofeedback'u w terapii pacjentów

z zaburzeniami czynności mięśni oraz nietrzymaniem moczu lub stolca (INNOMED, Verity Medical Ltd.)

2016

- Intensywny kurs diagnostyki i terapii uroginekologicznej z badaniami na żywo (PTUG)
- Fizjoterapia w nietrzymaniu moczu i stolca oraz obniżeniu narządów miednicy mniejszej (5 modułów + egzamin, PTUG).
- Mięśniowo-powięziowa terapia miednicy i kręgosłupa lędźwiowego (MKmedika).
- Współczesne metody fizjoterapii z elementami osteopatii w ginekologii i położnictwie (MKmedika).
- Terapia Manualna wg koncepcji Kaltenborn-Evjenth (moduł I - UEX).

2015

- PNF kurs podstawowy (IPNFA).
- Diagnostyka i terapia stawów skroniowo-żuchwowych (IAOM).

2012

- Instruktor rekreacji ruchowej ze specjalnością FITNESS Nowoczesne Formy Gimnastyki.
- Kinesiology Taping (K-Active).

2010

- Instruktor narciarstwa SITN (PI PZN).

#### **Staż:**

2018 Laboratoire de Recherche en Urogynecologie, Centre de recherche du Centre Hospitalier Universitaire de Sherbrooke, Kanada (1 miesiąc)

2015 Muskelklinikken, Oslo, Norwegia. Erasmus+ (3 miesiące)

2013 SPA Vitanova, Costa Adeje, Teneryfa, Hiszpania (3 miesiące)

#### **PUBLIKACJE, DONIESIENIA**

Starzec M, Truszczyńska A, Tarnowski A. Pregnancy-related lumbar and pelvic girdle pain in Polish women. Clin Exp Obstet Gynecol. 2018; 45(2): 194-197. DOI: 10.12891/ceog4090.2018 – **artykuł oryginalny (0,429 IF, 15 MNiSW)**

Starzec M, Truszczyńska-Baszak A. Pregnancy-related lumbopelvic pain: classification and diagnosis according to European Guidelines and literature review. Med. Rehabil. 2017;21(3). DOI: 10.5604/01.3001.0010.5005 – **artykuł poglądowy (11 MNiSW)**

Starzec M, Truszczyńska A. Pregnancy-related lumbopelvic pain - treatment modalities. Postępy Rehabilitacji. 2017; 2: 69-78. DOI: 10.1515/rehab-20150068 – **artykuł poglądowy (8 MNiSW)**

Truszczyńska-Baszak A, Wysocka E, Starzec M, Drzał-Grabiec J, Tarnowski A. Urinary incontinence due to lumbar spinal stenosis causing disability and lowering quality of life. J Back Musculoskelet Rehabil. 2018; 31(4):735-741. DOI: 10.3233/BMR-170976 – **artykuł oryginalny (0,912 IF, 20 MNiSW)**

Starzec M. 2018. Fizjoterapia jako element kompleksowego postępowania w zaburzeniach seksualnych u kobiet. W: Rawińska M. (red.) Zaburzenia seksualne a psychoterapia poznawczo-behawioralna. PZWL Wydawnictwo Lekarskie

Starzec M, Truszczyńska-Baszak A, Stuge B, Tarnowski A, Rongies W. Cross-cultural adaptation of the Pelvic Girdle Questionnaire for Polish population. J Manipulative Physiol Ther 2018; 41(8). Epub Ahead of print. DOI: 10.1016/j.jmpt.2018.04.002 – **artykuł oryginalny (1,426 IF, 25 MNiSW)**

Starzec M, Jakóbiak A. Waginalne stożki, kulki gejszy i trenażery dopochwowe jako element treningu mięśni dna miednicy – przegląd informacji i aktualne zalecenia. Przegl. Seks. 2018; 53(1): 35-41 - **artykuł poglądowy (6 MNiSW)**

Łataś-Zagrajek K, Starzec M, Sierdziński J, Szymański J. Ability to activate pelvic floor muscles among women during the early postpartum period – initial findings. Med. Rehabil. 2019; 23(1):23-28. DOI: 10.5604/01.3001.0013.1409 – **artykuł oryginalny (11 MNiSW)**

Starzec M, Truszczyńska-Baszak A, Tarnowski A, Rongies W. Pregnancy related pelvic girdle pain in Polish and Norwegian women. J Manipulative Physiol Ther 2019; 42(2): 117-124. DOI: 10.1016/j.jmpt.2019.03.002. – **artykuł oryginalny (1,426 IF, 25 MNiSW)**

## **PROJEKTY NAUKOWE**

2019 – nadal – Influence of Kinesiology Taping Application on Severity of Signs and Symptoms in Breast Engorgement.

**Numer referencyjny CLINICALTRIALS.GOV: NCT03985579**

Finansowanie: Fundacja dla Szpitala Specjalistycznego św. Zofii w Warszawie

2019 – nadal – Pelvic Floor Muscles and Success in the Surgical Treatment of Stress Urinary Incontinence and Pelvic Organ Prolapse

**Numer referencyjny CLINICALTRIALS.GOV: NCT04029168**

2018 – nadal – Severe pelvic girdle pain early postpartum: underlying condition and associated factors

**Numer referencyjny CLINICALTRIALS.GOV: NCT03835650**

Finansowanie: Fundacja dla Szpitala Specjalistycznego św. Zofii w Warszawie

2018 - nadal – Efficacy of high intensity laser therapy (HILT) for provoked vestibulodynia and musculoskeletal pain: a systematic review. **Numer referencyjny PROSPERO: CRD42018112399**

2017 – nadal – Pregnancy-related Pelvic Girdle Pain – postpartum prevalence and association with pelvic floor muscle dysfunction and diastasis recti. **Numer referencyjny AZNCTR: ACTRN12618000764235**

Finansowanie: Grant dla Młodych Naukowców

## **DZIAŁALNOŚĆ DYDAKTYCZNA, WYSTĄPIENIA NA KONFERENCJACH**

### **Dydaktyka:**

2016 – 2020

Zajęcia ze studentami II roku Pielęgniarstwa w ramach pensum doktoranckiego

## **Wystąpienia na konferencjach:**

2019.11.23-24

Warszawa, „Seksuologia Współczesna” - Konferencja Polskiego Towarzystwa Seksuologicznego

**Referat: „Fizjoterapia uroginekologiczna jako element terapii poznawczo-behawioralnej w leczeniu zaburzeń seksualnych. Przykład pacjentki z zaburzeniami lękowymi i nadmiernym napięciem mięśni dna miednicy.”**

**Poster: „Postępowanie seksuologiczno-fizjoterapeutyczne w leczeniu pochwy. Studium przypadku.” II nagroda oraz nagroda publiczności**

2019.10.19

Toronto, Kanada, Annual Meeting on Pelvic Pain, International Pelvic Pain Society (IPPS)

**Poster: “A systematic review evaluating the efficacy of high intensity laser therapy (HILT) for vulvodinia and musculoskeletal pain”.**

2018.10.05

Sherbrooke, Kanada, Symposium of the Laboratoire de Recherche en Urogynecologie, Research Centre of the Centre Hospitalier Universitaire de Sherbrooke (CHUS)

**Wykład: “Persistent pregnancy related pelvic girdle pain and its association with pelvic floor muscle dysfunction and diastasis recti”**

2018.05.19

Warszawa, VII Międzynarodowa Konferencja Naukowa „Myśl Rehabilitacyjna Prof. Andrzeja Seyfrieda: miednica człowieka spojrzenie wieloaspektowe”

**Wykład: „Ból obręczy miednicznej związany z ciążą – diagnostyka i postępowanie fizjoterapeutyczne”**  
**Warsztat: „Fizjoterapia w endometriozie”**

2018.04.20

Kraków, IV Międzynarodowy Kongres Polskiego Towarzystwa Uroginekologicznego

**Wykład: „Fizjoterapia w leczeniu zaburzeń seksualnych u kobiet”**

2018.03.23

Warszawa, I Ogólnopolski Kongres Endometriozy

**Wykład: „Fizjoterapia w endometriozie: Trening fizyczny”**

2017.10.20

Warszawa, II Międzynarodowa Konferencja Rehabilitacja Seksualna

**Poster: „Umiejętność Aktywacji mięśni dna miednicy wśród kobiet we wczesnym porożu – doniesienia wstępne”**

2017.05.26

Gdynia, III Międzynarodowy Kongres Polskiego Towarzystwa Uroginekologicznego

**Warsztat: „Fizjoterapia w endometriozie”**

2016.04.22

Warszawa, X Wiosna z Fizjoterapią

**Referat: „Ból obręczy miednicznej – fenomen skandynawski czy powszechna dolegliwość?”**  
**nagroda publiczności**

2016.03.09 Warszawa, III Studenckie Sympozjum Naukowe „Nowe Oblicze rehabilitacji”,

**Referat: „Dolegliwości bólowe odcinka lędźwiowego kręgosłupa i obręczy miednicznej u kobiet w ciąży” II nagroda**

## **PROWADZENIE, MODERACJA SESJI, WARSZATÓW, UDZIAŁ W KOMITECIE NAUKOWYM**

2018.04.10 Kraków, IV Międzynarodowy Kongres Polskiego Towarzystwa Uroginekologicznego  
Członek Komitetu Naukowego

## **CZŁONKOSTWO W TOWARZYSTWACH NAUKOWYCH I STOWARZYSZENIACH**

członek Polskiego Towarzystwa Uroginekologicznego oraz International Pelvic Pain Society

## **JĘZYKI OBCE**

j. angielski C1

j. włoski B2

## **ZAINTERESOWANIA**

Narciarstwo alpejskie i ski-touring

Taniec towarzyski

Muzyka filmowa