

## ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ



Η Κατερίνα Σιβρίκα εντάχθηκε στην ερευνητική ομάδα του Πανεπιστημίου ως υποψήφια διδάκτωρ τον Ιούλιο του 2022. Σπούδασε Φυσικοθεραπεία στο ΤΕΙ Αθήνας και είναι κάτοχος μεταπτυχιακού τίτλου στην Αθλητική Φυσικοθεραπεία από το Ευρωπαϊκό Πανεπιστήμιο Κύπρου. Στη διδακτορική της διατριβή ασχολείται με το ρόλο των ασκήσεων Pilates στην αποκατάσταση της τενοντοπάθειας του Αχιλλείου.

Ασκεί το επάγγελμα της Φυσιοθεραπεύτριας στον ιδιωτικό τομέα για περισσότερα από 20 χρόνια, διατηρώντας το δικό της φυσικοθεραπευτήριο στο κέντρο της Αθήνας. Παράλληλα, συνέχισε την επαγγελματική της εξέλιξη με μαθήματα Κλινικού Pilates (2008-14), τεχνικών μυοπεριτονιακής απελευθέρωσης (2014), Pilates Mat και εξοπλισμού (2015-16), μαθήματα ορθοπεδικής και μυοσκελετικής φυσικοθεραπείας (OMT), (2014-15). Το κλινικό και ερευνητικό της ενδιαφέρον εστιάζεται στην πρόληψη, διαχείριση και αποκατάσταση των μυοσκελετικών παθήσεων μέσω της θεραπευτικής άσκησης και ειδικότερα της μεθόδου του Clinical Pilates.

Τα τελευταία 3 χρόνια, συμμετέχει ενεργά - ως αντιπρόεδρος - σε μη κερδοσκοπικό σωματείο με στόχο την ευαισθητοποίηση της ευρύτερης κοινότητας και τη συμβολή στην πρόληψη των μυοσκελετικών παθήσεων μέσω της συνεργασίας με άλλους οργανισμούς, επιστημονικές εταιρείες, ακαδημαϊκά ιδρύματα και κυβερνητικούς φορείς.