



**AIFiMM FORMAZIONE**  
Associazione Italiana Fisioterapisti  
per lo studio e lo sviluppo del  
**METODO MEZIERES**  
[www.aifimm.it](http://www.aifimm.it)

## **CORSO METODO MEZIERES FAD**

Il corso è articolato con 18 video della durata complessiva di (espressa in ore:minuti:secondi)  
32:26:06

Sono inoltre presenti integrazioni di testi ed immagini.

I video contengono sia esposizione teorica che dimostrazione pratica.

E' inoltre presente una chat per le eventuali domande degli allievi.

Docenti dott Mauro Lastrico, dott.ssa Laura Manni, fisioterapisti.

### **Programma**

#### **Video 1: generalità parte 1**

Durata 03:02:49

- Françoise Mézières
- Metodo Mezieres: inquadramento
- Parametri di scientificità
- Elementi di fisica e analisi vettoriale muscolare
- Biomeccanica muscolo-fasciale
- Equilibrio statico e dinamico
- Suddivisione sinusoide vertebrale su basi muscolo-funzionali
- Il modello anatomico di riferimento
- La "postura" corretta secondo il Metodo Mezieres, il rapporto struttura-funzione
- Biomeccanica e analisi differenziale vettoriale tratto cranio-vertebro-sacrale piano sagittale.
- Biomeccanica e analisi differenziale vettoriale rapporto scapolo-costo-vertebrale e scapolo-omeroale.
- Esame obiettivo statico, visivo e palpatorio, in stazione eretta e supino, piano sagittale
- Dimostrazione pratica

Integrazioni testuali con immagini:

- 1 Françoise Mezieres
- 2 Originalite de la methode Mezieres (tradotto in italiano)
- 3 meccanica muscolare
- 4 analisi vettoriale 1

- 5 analisi vettoriale 2
- 6 equilibrio dei corpi
- 7 lordosi dorso lombare
- 8 cifosi dorsale
- 9 lordosi cranio cervico dorsale
- 10 piano sagittale sintesi

## **Video 2: generalità parte 2**

**Durata 01:56:58**

- Fisica lineare e non lineare
- Sistemi complessi: definizione e caratteristiche
- Catene muscolari
- Cause “fisiologiche” e “funzionali” della perdita della simmetria corporea
- Riflessi antalgici a priori ed a posteriori
- Le coppie di forza
- Esame obiettivo dinamico, visivo e palpatorio, in stazione eretta, in flessione anteriore e supino
- Dimostrazione pratica

Integrazioni testuali con immagini:

- 1 catene muscolari – sistemi complessi
- 2 accorciamento muscolare

## **Video 3: esame obiettivo statico**

**Durata 02:15:14**

- Esame obiettivo, visivo e palpatorio, piano frontale e rotatorio in:
  - stazione eretta
  - flessione anteriore
  - supini al suolo
- Dimostrazione pratica

Integrazioni testuali con immagini:

- esame obiettivo statico

## **Video 4: Metodo Mezieres: obiettivi e mezzi**

**Durata 01:34:43**

- Il concetto di coppia di forza muscolare
- Il concetto di unità muscolare
- Obiettivi del Metodo
- Mezzi terapeutici
- Il massaggio mio-fasciale
- Impostazione della respirazione terapeutica
- Dimostrazione pratica

Integrazioni testuali con immagini:

- 1 Metodo Mezieres
- 2 impostazione respirazione terapeutica

## **Video 5: posizione supina: lavori piano sagittale**

Durata 02:18:11

- Lavoro in postura supina, piano sagittale, di correzione per:
  - Cranio
  - Osso ioide
  - Lordosi cervicale
  - Cifosi dorsale
  - Lordosi Lombare
  - Bacino
  - Rapporto scapolo-vertebro-costale
  - Rapporto scapolo-omerale
- Dimostrazione pratica

Integrazioni testuali con immagini:

- osso ioide

## **Video 6: esame obiettivo statico, seconda stesura: valutazione funzionale differenziale**

Durata 01:38:23

- Biomeccanica e valutazione funzionale differenziale delle azioni muscolari su:
  - cranio
  - vertebre cervicali, dorsali, lombari piano rotatorio e deviazioni laterali
  - relazione ioido-vertebro-scapolare
  - articolazione e relazione scapolo-vertebro-costale
  - articolazione scapolo-omerale
  - arto superiore
  - bacino
- dimostrazione pratica

Integrazioni testuali con immagini:

- 1 piano tridimensionale

- 2 quadri del muscolo gran dorsale
- 3 valutazione funzionale

### **Video 7: piano frontale, posizione supina, reazioni muscolo scheletriche**

Durata 01:38:20

- Reazioni scheletriche fisiologiche ed azione sul sistema mio-fasciale, in posizione supina, per:
  - rotazione cranio
  - inclinazione cranio
  - abduzione arto superiore
  - elevazione arto superiore
  - abduzione scapola
  - abbassamento scapola
- manovre di mobilizzazioni passive vertebre dorsali e lombari
- dimostrazione pratica

### **Video 8: manovre correttive per obiettivi, piano frontale e rotatorio, posizione supina**

Durata 02:05:48

- Manovre correttive, piano frontale e rotatorio, posizione supina, per:
  - tratto cranio-vertebro-sacrale
  - vertebre cervicali
  - vertebre toraciche
  - vertebre lombari
  - rapporto ioido-vertebro-scapolare
  - rapporto scapolo-vertebro-costale
  - rapporto scapolo-omeroale
  - arto superiore
  - bacino
- dimostrazione pratica

### **Video 9: applicazione manovre correttive ad esame obiettivo paziente, posizione supina**

Durata 02:08:27

- Scelta dei mezzi terapeutici in base all'esame obiettivo
- Manovre correttive scheletriche
- Manovre correttive muscolo-scheletriche
- Manovre aggravanti/correttive

- Contenzimento delle componenti aggravanti scheletriche secondarie durante il perseguimento di un obiettivo
- Simulata della ricerca dei mezzi possibili da utilizzare in base all'esame obiettivo paziente
- Dimostrazione pratica

## **Video 10: lavoro ad arti inferiori elevati**

Durata 01:26:51

- Generalità
- Ricerca angoli lavoro
- Lavoro specifico per quadrato dei lombi
  
- Lavoro in postura ad arti inferiori elevati, di correzione per:
  - Cranio
  - Lordosi cervicale
  - Cifosi dorsale
  - Lordosi Lombare
  - Bacino
  - Rapporto scapolo-vertebro-costale
  - Rapporto scapolo-omeroale
- Dimostrazione pratica

## **Video 11: lavoro ad arti inferiori elevati per le problematiche di anca e ginocchio**

Durata 01:38:09

- Biomeccanica e analisi differenziale vettoriale articolazioni coxo-femorale e ginocchio e loro patologie
- Trattamento, ad arti inferiori elevati, patologie a carico delle articolazioni coxo-femorale e ginocchio
- Dimostrazione pratica

Integrazioni testuali con immagini:

- 1 coxofemorale
- 2 ginocchio

## **Video 12: lavori di correzione seduta e per le problematiche del piede**

Durata 02:34:17

- Generalità
- Ricerca angoli lavoro

- Lavoro in postura seduta di correzione per:
  - Cranio
  - Lordosi cervicale
  - Cifosi dorsale
  - Lordosi Lombare
  - Bacino
  - Rapporto scapolo-vertebro-costale
  - Rapporto scapolo-omerale
- Biomeccanica e analisi differenziale vettoriale articolazioni tibio-tarsica e piede
- Trattamento patologie a carico delle articolazioni tibio-tarsica e piede
- Dimostrazione pratica

Integrazioni testuali con immagini:

- Piede

## **Video 13: articolazione temporo-mandibolare**

Durata 02:18:30

- Accorciamenti muscolari primari e secondari
- Valutazione funzionale differenziale tra le alterazioni posturali di origine mio-fasciale e quelle provenienti da problematiche:
  - occlusali
  - scheletriche
  - oculo-motrici
  - viscerali
  - neurologiche
  - emozionali
- Test posturali
- Anatomia e fisiologia articolazione temporo-mandibolare
- Correlazioni articolazione temporo-mandibolare e postura.
- Trattamento problematiche temporo-mandibolari.
- Dimostrazione pratica

Integrazioni testuali con immagini:

- ATM

## **Video 14: esame dinamico**

Durata 01:46:55

- Abilità emergenti sistema muscolare
- Esame dinamico attivo
- Esame dinamico passivo
- Reazioni scheletriche fisiologiche eccedenti e diminuite
- Reazioni scheletriche afisiologiche
- Esame della deambulazione
- Dimostrazione pratica

Integrazioni testuali con immagini:

- esame dinamico

## **Video 15: trattamento sub-lussazione testa dell'omero, sterno-claveare e scapola**

Durata 01:00:06

- Valutazione e trattamento sub-lussazione sterno-claveare
- Valutazione e trattamento sub-lussazioni sterno-claveare, testa omerale, scapola
- Valutazione e trattamento vertebre mono-disfunzionali
- Dimostrazione pratica

## **Video 16: ragionamento clinico**

Durata 01:29:42

- Terapie sintomatologiche e causali
- Sintomatologia locale e riferita
- Metodi di differenziazione:
  - esame obiettivo statico
  - tavole dermatomeriche
  - tavole innervazione periferica
  - le costanti
  - esame dinamico
- dall'esame obiettivo al piano di trattamento
- dimostrazione pratica

Integrazioni testuali con immagini:

- il sintomo

## **Video 17: scoliosi**

Durata 00:48:28

- Differenziazione tipologie scoliosi
- Valutazione e trattamento scoliosi
- Dimostrazione pratica

Integrazioni testuali con immagini:

- Scoliosi

## **Video 18: conclusioni, casi clinici**

Durata 00:17:49

- Andamento terapia nel tempo
- Il primo colloquio
- Utilizzo della macchina fotografica
- Conclusioni
- Casi clinici

## **CURRICULUM VITAE DOCENTI**

dott. ft Mauro Lastrico

- dal 1984 fisioterapista
- dal 1988 al 1989 formazione Mézières presso Centre Mézières docente Françoise Mézières
- dal 1988 a tutt'oggi fisioterapista libero professionista utilizzando Metodo Mézières
- dal 1996 a tutt'oggi presidente AIFiMM Associazione Italiana Fisioterapisti Metodo Mézières
- dal 1997 a tutt'oggi docente AIFiMM per i corsi di formazione al Metodo Mézières
- dal 1997 a tutt'oggi docente corsi di formazione al Metodo Mézières presso enti pubblici e privati
- dal 2006 a tutt'oggi responsabile formazione di AIFiMM Formazione Metodo Mézières in ambito ECM Educazione Continua in Medicina

dott. ft Laura Manni

- dal 1980 fisioterapista



- 1986-1988 Corso biennale di formazione in 'Terapia Corporea Globale - base mezierista propriocettiva - approccio neurovegetativo' Centre d'Etudes et de Recherches en Thérapie d'Approche Globale (CERTAG)
- 1987-1988 Corso di formazione 'Animazione di gruppo in Ginnastica Propriocettiva' Centre d'Etudes et de Recherches en Thérapie d'Approche Globale (CERTAG)
- dal 1988 al 1989 formazione Mézières presso Centre Mézières docente Françoise Mézières
- dal 1988 a tutt'oggi fisioterapista libero professionista utilizzando Metodo Mézières
- dal 1989 al 1996 tutor per allievi Terapisti della Riabilitazione tirocinanti delle Università 'La Sapienza' e 'Tor Vergata' di Roma
- 1992 Socia fondatrice del Centro Mézières di Roma
- dal 2003 a tutt'oggi docente AIFiMM per i corsi di formazione al Metodo Mézières
- dal 2003 a tutt'oggi docente corsi di formazione al Metodo Mézières presso enti pubblici e privati