



AIFiMM FORMAZIONE

Istituto Superiore

biomeccanica

Neuro-Mio-Fasciale

www.aifimm.it

Corso

Biomeccanica muscolo-scheletrica: valutazione e trattamento delle patologie di anca, ginocchio, piede e tratto dorso-lombo-sacrale

4 giorni di corso per un totale di 32 ore equamente suddivise tra teoria e pratica

41,6 crediti ECM

rivolto a: fisioterapisti, medici, osteopati, massofisioterapisti, TO, TNPEE

Introduzione

Questo corso è rivolto a chi desidera approfondire una tematica specifica legata al ragionamento clinico del Metodo Mézières, senza intraprendere l'intero percorso formativo.

L'obiettivo è fornire strumenti pratici e teorici per analizzare una particolare area di interesse del metodo, mantenendo un approccio rigoroso e dettagliato.

Attraverso una prospettiva tecnica e multidisciplinare, si esamineranno i principi fondamentali e le loro applicazioni, con un focus sulla biomeccanica e l'equilibrio muscolare.

Durante il corso verranno analizzate in modo approfondito le problematiche dell'arto inferiore e le loro connessioni con la colonna vertebrale lombo-sacrale.

La stabilità dei risultati ottenuti non può prescindere dalla correzione simultanea delle compressioni e dall'andamento della lordosi lombo-sacrale. La corretta curva della colonna è infatti essenziale per il mantenimento di un'adeguata biomeccanica dell'arto inferiore.

Le deviazioni assiali della testa del femore all'interno dell'acetabolo, che compromettono i rapporti articolari fisiologici e interessano il legamento nutrizionale, sono alla base di numerose patologie dell'anca.

Analizzeremo dettagliatamente le deviazioni assiali del ginocchio, tra cui il varismo, il valgismo, la flessione, il recurvato e le rotazioni interna ed esterna. Tali deviazioni alterando la biomeccanica del ginocchio sono alla base della comparsa delle specifiche patologie.

Nel piede, si esamineranno le problematiche dell'articolazione tibio-tarsica, comprese le disfunzioni dell'arco mediale (piede piatto e piede cavo), dell'arco anteriore e delle dita, con particolare attenzione all'alluce valgo. Queste condizioni spesso derivano da alterazioni strutturali e biomeccaniche che influenzano la distribuzione del carico e la funzione del piede.

Per tutte le articolazioni dell'arto inferiore e per il tratto dorso-lombo-sacrale, verranno espone strategie terapeutiche idonee alla loro correzione sia sul piano statico che dinamico. Queste strategie includeranno tecniche passive eseguite dall'operatore ed esercizi attivi eseguiti dal paziente sotto il controllo e l'assistenza del terapeuta e interventi correttivi posturali. L'obiettivo è ristabilire l'allineamento corretto e migliorare la funzionalità biomeccanica, prevenendo recidive e promuovendo un recupero ottimale.

PROGRAMMA

Teoria:

- **Biomeccanica Muscolo-scheletrica:**
 - Analisi della meccanica muscolare e dei suoi principi di funzionamento.
 - Studio della scomposizione vettoriale applicata ai sistemi muscolari.
 - Esame del bilanciamento muscolare, includendo l'azione di muscoli agonisti ed antagonisti sulla stabilità e sulla dinamica articolare.
 - Indagine analitica sulle deviazioni assiali e conflitti meccanici a carico di anca, ginocchio e piede
 - Analisi delle relazioni funzionali tra le articolazioni di anca, ginocchio e piede.
 - Esame delle relazioni biomeccaniche a carico di anca, ginocchio e piede.
 - Il sintomo come manifestazione di squilibri locali o come riflesso di problematiche delle strutture adiacenti.
 - Il sintomo come proiezione delle compressioni radicolari.

Pratica:

- La parte pratica include:
 - Manovre passive eseguite dal terapeuta.
 - Esercizi attivi eseguiti dal paziente sotto il controllo e l'assistenza del terapeuta.

Gli esercizi attivi e le manovre passive mirano al riequilibrio statico e dinamico delle articolazioni in esame, in una prospettiva sistemica che coinvolge l'intero arto inferiore e le connessioni con le strutture del tratto dorso-lombo-sacrale.

Programma giornaliero

1 giorno ore 9-18 teoria e pratica

- Analisi della meccanica muscolare e dei suoi principi di funzionamento.
- Studio della scomposizione vettoriale applicata ai sistemi muscolari.
- Esame del bilanciamento muscolare, includendo l'azione di muscoli agonisti ed antagonisti sulla stabilità e sulla dinamica vertebrale.
- suddivisione colonna vertebrale in base alle inserzioni muscolari
- analisi dominanze vettoriali muscolari sui tratti: cranio-D3, D4-D6, D7-sacro

- esposizione esercizi terapeutici atti a migliorare le deviazioni assiali sul piano sagittale della colonna vertebrale e le compressioni a carico dei dischi intervertebrali e delle radici nervose
- massaggio mio-fasciale profondo
- massaggio diaframmatico
- impostazione respirazione terapeutica

2 giorno ore 9-18 teoria e pratica

- Esame della deambulazione
- Relazione tra le articolazioni degli arti inferiori e la colonna vertebrale dorso-lombo-sacrale
- Lavoro in postura ad arti inferiori elevati

3 giorno ore 9-18 teoria e pratica

- Biomeccanica e analisi differenziale vettoriale muscolare sulle deviazioni assiali a carico delle articolazioni coxo-femorale e ginocchio e specifici esercizi per la loro correzione ad arti inferiori elevati.
- Lavoro in posizione seduta

4 giorno ore 9-18 teoria e pratica

- Biomeccanica e analisi differenziale vettoriale muscolare sulle deviazioni assiali a carico dell'articolazione tibio-tarsica, dell'arco mediale plantare, dell'arco anteriore plantare e delle deviazioni assiali delle dita e dell'alluce. Esercizi specifici per la loro correzione in posizione seduta e supina.
- Considerazioni finali