AIFiMM FORMAZIONE
Istituto Superiore
biomeccanica
Neuro-Mio-Fasciale
www.aifimm.it

🔷 Programma del corso: **Biomeccanica muscolo-scheletrica: valutazione e trattamento integrato delle patologie di spalla, gomito, polso, mano e colonna cervico-dorsale**

Quattro Giornate di Formazione: Dalla Biomeccanica dell'Arto Superiore al Trattamento Clinico Integrato

Il corso si sviluppa in **4 giornate complete (9:00 – 18:00)**, per un totale di **32 ore**, suddivise tra teoria, pratica e simulazioni terapeutiche. Il programma approfondisce la biomeccanica dell'arto superiore in relazione alla colonna cervico-dorsale, offrendo una lettura funzionale delle disfunzioni articolari, muscolari e fasciali.

Le patologie della spalla rappresentano una sfida riabilitativa di notevole complessità a causa del coinvolgimento di molteplici articolazioni e interrelazioni anatomiche.

La spalla, infatti, è costituita da un sistema articolare complesso che include la scapolo-omerale, la sterno-clavicolare e la acromion-clavicolare. Queste articolazioni operano in sinergia per consentire un ampio range di movimento, ma sono anche suscettibili a disordini biomeccanici e patologie.

Oltre alle articolazioni primarie, i collegamenti mio-fasciali giocano un ruolo cruciale nella funzione della spalla.

La scapola, in particolare, è connessa attraverso fasce muscolari e strutture fasciali alle vertebre cervicali, all'osso ioide, alle vertebre toraciche e al torace. Queste connessioni mio-fasciali implicano che disfunzioni in una parte del sistema possano influenzare aree distanti, contribuendo a una presentazione clinica complessa.

Le manifestazioni sintomatologiche e le limitazioni funzionali della spalla sono spesso associate a disordini che coinvolgono più di una delle strutture menzionate. Questo può includere tendinopatie, lesioni della cuffia dei rotatori, instabilità articolare, artrite, nonché compressione delle radici nervose cervicali, che può portare a sintomi radicolari. La gestione efficace di queste patologie richiede una comprensione approfondita della biomeccanica della spalla e delle sue interrelazioni anatomiche.

Il corso proposto offrirà un'indagine biomeccanica dettagliata di tutte le articolazioni e delle relazioni anatomiche della spalla. Verranno esplorate le cause dei disordini, includendo l'analisi

della postura, del movimento, e delle compensazioni biomeccaniche. Le strategie riabilitative presentate saranno basate su evidenze scientifiche e mirate a ristabilire l'equilibrio funzionale, migliorando la mobilità, la stabilità e la forza della spalla.

Inoltre, lo stesso approccio analitico e riabilitativo verrà applicato alle patologie del gomito, del polso e della mano. Queste articolazioni, sebbene più distali, sono altrettanto complesse e cruciali per la funzione dell'arto superiore. Le problematiche comuni includono epicondiliti, tendinopatie, e altre condizioni che richiedono un approccio integrato e basato sulla biomeccanica.

In conclusione, il corso si propone di fornire ai partecipanti una comprensione completa e scientificamente fondata delle patologie dell'arto superiore, con particolare enfasi sulle interrelazioni anatomiche e biomeccaniche, e sulle strategie riabilitative efficaci per il recupero funzionale.

📘 Contenuti teorici

- Meccanica muscolare e scomposizione vettoriale delle forze.
- Bilanciamento tra muscoli agonisti e antagonisti nell'organizzazione dinamica articolare.
- Analisi delle connessioni funzionali tra:
  - Articolazioni scapolo-omerale, scapolo-toracica, acromion-clavicolare e sterno-clavicolare;
  - Scapola, osso ioide e vertebre cervicali e toraciche;
  - Cingolo scapolare e arto distale (gomito, polso e mano).
- Studio delle **sublussazioni funzionali**: scapolo-omerale, clavicolo-scapolare, sterno-clavicolare.
- Il sintomo come espressione di:
  - Squilibri locali (muscolari e fasciali);
  - Proiezioni da compressioni radicolari (analisi dermatomerica e mappe funzionali).

🤲 Contenuti pratici

- Manovre passive per il rilascio miofasciale e la decompressione articolare.
- Esercizi attivi per il riequilibrio muscolare e il controllo scapolare.
- Rieducazione respiratoria integrata (diaframma, tono posturale, stabilizzazione).
- Strategie per il trattamento delle **deviazioni assiali** del gomito, del polso e della mano.

🗓️ Programma giornaliero (orario 9:00 – 18:00)

1° giorno

Mattina (teoria)

- Meccanica muscolare, vettori, bilanciamento funzionale.

Pomeriggio (teoria + pratica)

- Massaggio mio-fasciale e diaframmatico.
- Respirazione terapeutica per il controllo posturale.

2° giorno

Mattina (teoria + pratica)

- Valutazione e trattamento della relazione scapola–torace: azione del gran dorsale.

Pomeriggio (teoria + pratica)

- Valutazione e trattamento della relazione scapola–vertebre: muscoli cranio-vertebro-scapolari.

3° giorno

Mattina (teoria + pratica)

- Trattamento articolazioni scapolo-omerale, acromio-clavicolare, sterno-clavicolare.
- Connessione scapola–ioide attraverso muscoli sopra- e sotto-ioidei.

Pomeriggio (teoria + pratica)

- Sublussazioni funzionali: scapolo-omerale, clavicolo-scapolare, sterno-clavicolare.

4° giorno

Mattina (teoria + pratica)

- Valutazione e trattamento delle **deviazioni assiali del gomito**: varismo/valgismo, instabilità, retrazioni muscolari.

Pomeriggio (teoria + pratica)

- Valutazione e trattamento delle **deviazioni assiali di polso e mano**: inclinazioni radiali/ulnari, rotazioni, rigidità interfalangea.

Il programma permette un’acquisizione progressiva delle competenze, dalla biomeccanica analitica alla gestione terapeutica delle disfunzioni posturali dell’arto superiore, sempre in chiave integrata.