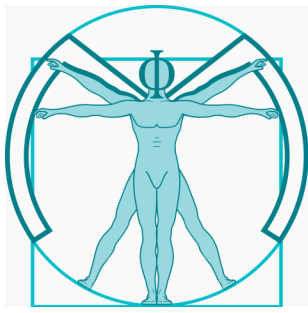




AIFiMM FORMAZIONE

Istituto Superiore

biomeccanica

Neuro-Mio-Fasciale

www.aifimm.it

Corso

Biomeccanica muscolo-scheletrica: valutazione e trattamento delle patologie a carico della colonna vertebrale, piano sagittale

La sinusoide vertebrale, ovvero la normale curvatura della colonna vertebrale, è soggetta a modifiche del suo andamento sotto l'azione del sistema mio-fasciale. Se questo sistema non è correttamente bilanciato, può alterare le curve fisiologiche della colonna vertebrale, come la lordosi cervicale e lombare e la cifosi toracica.

Le alterazioni delle curve fisiologiche vertebrali comportano una serie di conseguenze biomeccaniche. La compressione dei dischi intervertebrali è una delle principali, portando alla loro degenerazione e alla possibile insorgenza di ernie discali. Questi cambiamenti possono inoltre provocare compressioni radicolari e sindromi dolorose croniche, come la lombalgia e la cervicalgia.

Durante il corso, si procederà a un'analisi dettagliata dei tratti della colonna vertebrale sul piano sagittale. Questo studio comprenderà la valutazione delle alterazioni posturali e delle loro implicazioni biomeccaniche. Verranno illustrate le manovre terapeutiche utili per la correzione delle curve patologiche, focalizzandosi su tecniche passive eseguite dall'operatore ed esercizi attivi eseguiti dal paziente sotto il controllo e l'assistenza del terapista, nonché sull'educazione posturale.

Il corso offrirà un approccio sia analitico che sistemico, permettendo ai partecipanti di comprendere non solo le singole disfunzioni, ma anche le interazioni tra i vari segmenti della colonna vertebrale e il sistema mio-fasciale. Sarà illustrato come le alterazioni posturali possano influenzare la biomeccanica globale e come intervenire efficacemente per ristabilire l'equilibrio e la funzionalità della colonna vertebrale.

In sintesi, il corso fornirà strumenti pratici e conoscenze avanzate per l'identificazione e il trattamento delle disfunzioni della colonna vertebrale, promuovendo un approccio integrato e scientificamente fondato alla riabilitazione vertebrale.

◆ Programma del corso: teoria e pratica

✓ Cosa Imparerai in Quattro Giorni di Formazione

Il corso si articola in **4 giornate formative** per un totale di **32 ore**, suddivise equamente tra teoria e pratica. Il percorso è strutturato per fornirti una comprensione approfondita della biomeccanica del rachide e strumenti immediatamente applicabili nella pratica clinica.

Contenuti teorici

- **Meccanica muscolare applicata:** studio delle proprietà del tessuto muscolare (contrattilità, elasticità, plasticità) e delle interazioni tra muscoli e articolazioni.
 - **Scomposizione vettoriale:** analisi delle forze generate dai muscoli, con attenzione alle direzioni dei vettori nei piani anatomici e alle forze compressive e di trazione.
 - **Bilanciamento muscolare e sindromi da squilibrio:** focus su agonisti/antagonisti, sindrome da cross superiore e inferiore, e loro impatto sulla statica vertebrale.
 - **Deviazioni assiali sagittali:** interpretazione delle alterazioni posturali (iperlordosi, ipolordosi, ipercifosi) e delle dinamiche disfunzionali lungo il tratto cranio-sacrale.
 - **Sintomatologia e compensi:** relazione tra dolore, squilibri muscolari e disfunzioni delle strutture adiacenti, con analisi delle catene miofasciali.
 - **Compressioni radicolari e dolore riferito:** interpretazione clinica secondo mappe dermatomiche e fenomeni di proiezione del dolore.
-

Contenuti pratici

- **Tecniche manuali passive:** manovre per il riequilibrio assiale e il rilascio miofasciale.
- **Esercizi terapeutici attivi:** rieducazione posturale globale guidata, centrata sul piano sagittale.
- **Massaggio mio-fasciale e diaframmatico:** tecniche di trattamento profondo e impostazione della respirazione terapeutica.
- **Valutazione funzionale e interpretazione dei sintomi:** analisi e trattamento personalizzato su base biomeccanica.

Tutti i contenuti sono affrontati in un'ottica sistemica e applicati alla colonna vertebrale nel suo complesso, dalla base cranica al sacro.

Programma Dettagliato – Giorno per Giorno

 **Orario giornaliero:** 9:00 – 17:00 (con pausa pranzo 13:00 – 14:00)

Il corso si sviluppa in modo progressivo, alternando teoria, pratica e applicazioni cliniche. Le giornate sono pensate per costruire una comprensione approfondita della biomeccanica del rachide e tradurla in strumenti terapeutici efficaci.

1° giorno – Fondamenti biomeccanici e organizzazione muscolare

Mattina (teoria)

- Analisi della meccanica muscolare: principi di funzionamento, proprietà contrattili ed elastiche.
- Scomposizione vettoriale applicata ai sistemi muscolari.
- Bilanciamento tra muscoli agonisti e antagonisti e implicazioni sulla stabilità vertebrale.

Pomeriggio (teoria e pratica)

- Suddivisione della colonna vertebrale in base alle inserzioni muscolari.
 - Analisi delle dominanze vettoriali sui tratti: cranio–D3, D4–D6, D7–sacro.
-

2° giorno – Rieducazione respiratoria e trattamento delle curve patologiche

Mattina (teoria e pratica)

- Tecniche di massaggio mio-fasciale profondo.
- Massaggio diaframmatico e impostazione della respirazione terapeutica.

Pomeriggio (teoria)

- Presentazione degli esercizi terapeutici per correggere le deviazioni assiali sul piano sagittale.
 - Approfondimento sulle compressioni discali e radicolari e sulle strategie per ridurle.
-

3° giorno – Valutazione clinica e approccio globale al trattamento

Mattina (teoria e pratica)

- Valutazione della colonna vertebrale: interpretazione dei sintomi locali e riferiti.
- Applicazione pratica del ragionamento clinico posturale.

Pomeriggio (teoria e pratica)

- Trattamento delle disfunzioni posturali in relazione ai sintomi neuro-muscolari.
 - Correlazione tra catene muscolari, compressioni e dolore irradiato.
-

4° giorno – Applicazione clinica e integrazione finale

Mattina (teoria e pratica)

- Riepilogo e consolidamento delle competenze di valutazione e trattamento.
- Lavoro individuale e a coppie su pazienti-tipo.

Pomeriggio (pratica clinica guidata)

- Integrazione pratica di tutto il percorso formativo.
- Valutazione e trattamento completo del rachide secondo un approccio globale, adattato al quadro clinico individuale.