

# Programma

## La terapia Manuale in Fisioterapia – approccio pratico

- **Fisiologia articolare osteopatica (video tot. 2h 17min “30 sec)**
  - Introduzione generale
  - Il piede
  - Il ginocchio
  - L'anca
  - Il bacino
  - Il rachide
  - Il torace
  - La spalla
  - Il gomito
  - Polso e mano

### Le tecniche manuali

- Pompage (video tot. 17 min 20 sec. – testo 6 min)
  - Generalità (testo 6 min)
  - Pompage lombare (video tot. 8 min 45 sec)
    - ✓ Pompage lombare a tre piani
    - ✓ Pompage con trazione del bacino
    - ✓ Pompage con trazione degli arti inferiori
    - ✓ Pompage in decubito laterale
    - ✓ Pompage dei m. paravertebrali
    - ✓ Pompage dell'art. Sacro-iliaca
  - Stiramento fasce posteriori lombari (video tot. 2 min 10 sec)
    - ✓ Test comparativo
    - ✓ Stiramento globale delle fasce post. Lombari
  - Pompage cervicali (video tot. 2 min 58 sec)
    - ✓ Pompage globale
    - ✓ Allungamento delle fasce cervicali superiori
  - Pompage toracici (video tot. 3 min 27 sec)
    - ✓ Pompage toracico superiore
    - ✓ Pompage toracico inferiore
    - ✓ Apertura dell'angolo di Charpy
- Valutazione e trattamento delle cicatrici (video 2 h 20 min)
  - Teoria
  - Pratica
- Tecniche di strain legamentoso (video 22 min 52 sec.)
  - Generalità
  - Fascia plantare
  - Articolazione tibio-tarsica
  - Fascia pre-tibiale
  - Flessori plantari
  - Testa del perone

- Leg. Coll. Esterno
  - Leg Coll interno
  - Leg crociati
  - Tensore della fascia lata
  - Benderella ileo tibiale
  - Muscoli adduttori
  - Piriforme
  - Centraggio della testa del femore
  - Articolazione sacro iliaca
  - Membrana interossea radio-ulnare
  - Tunnel carpale
- Tecniche di release miofasciale (video tot. 21 min)
- Generalità
  - Cervicale
    - ✓ Cradling da supino
    - ✓ Tecnica del timone
  - Dorsale
    - ✓ Tecnica da prono
  - Lombare
    - ✓ Lombare da prono
    - ✓ Sacro-ilaca
  - Arto superiore
    - ✓ Scapolo-toracica
    - ✓ Membrana interossea radio-ulnare
    - ✓ Tunnel carpale
- Tecniche sui tessuti molli (video tot 33 min 34 sec – testuale 33 min)
- Generalità
  - Cervicale
    - ✓ Trazione da supino
    - ✓ Flessione anteriore con rotazione
    - ✓ Flessione anteriore
    - ✓ Trazione controlaterale
    - ✓ Release suboccipitale
    - ✓ Coupling con blocco sulla spalla
    - ✓ Trazione laterale da seduto
    - ✓ Inibizione sul fascio sup. del trapezio
  - Dorsale
    - ✓ Pressione da prono
    - ✓ Catwalk da prono
    - ✓ Pressione e contropressione da prono
    - ✓ Leva laterale
    - ✓ Pressione bilaterale
    - ✓ Dorsali medie da seduto
    - ✓ Dorsali sup. da seduto
  - Lombare
    - ✓ Trazione da prono
    - ✓ La forbice da prono

- ✓ Pressione con leva inversa
  - Arto inferiore
    - ✓ Tecnica per la bendeletta ilio-tibiale
- Strain-counterstrain (video 44 min 48 sec – testo 1h 22 min)
  - Generalità
  - Cervicale
    - ✓ Disfunzione somatica anteriore C1 a C6
    - ✓ Disfunzione somatica C7 e SCOM
    - ✓ Disfunzione somatica C0/C1
    - ✓ Disfunzione somatica C1/C2
  - Dorsale
    - ✓ Disfunzione somatica dorsale anteriore alta
    - ✓ Disfunzione somatica dorsale posteriore D9-D12
    - ✓ Disfunzione somatica 1 costa
  - Lombare – Pelvi
    - ✓ Disfunzione somatica posteriore L5
    - ✓ Disfunzione somatica sacroiliaca
    - ✓ Disfunzione somatica ileo in out-flare
    - ✓ Disfunzione somatica m. Psoas
    - ✓ Disfunzione somatica m. iliaco
    - ✓ Disfunzione somatica m. medio gluteo
  - Arto inferiore
    - ✓ M. popliteo
    - ✓ M. gastrocnemio
    - ✓ M. tibiale anteriore
    - ✓ Fascia plantare
  - Arto superiore
    - ✓ M. sovraspinoso
    - ✓ M. infraspinoso
    - ✓ M. elevatore della scapola
    - ✓ CL del bicipite
    - ✓ M. coracobrachiale
    - ✓ M. sottoscapolare
    - ✓ M. piccolo pettorale
- Tecniche MET(video 38 min 2 sec – testo 1h 9 min)
  - Generalità
  - Cervicale
    - ✓ Rilassamento isometrico del m. trapezio
    - ✓ Inibizione reciproca SCOM
    - ✓ Rilassamento isometrico disfunzione C0/C1
  - Coste
    - ✓ 1 costa
    - ✓ 1 e 2 costa rilassamento isometrico m. scaleni
    - ✓ 7-10 costa disfunzione in inspirazione
    - ✓ 11-12 costa disfunzione in inspirazione
  - Bacino
    - ✓ Iliaco posteriore
    - ✓ Iliaco anteriore

- ✓ Iliaco in outflare
- ✓ Iliaco in inflare
- ✓ Branca pubica superiore
- ✓ Branca pubica inferiore
- Ileo-psoas
  - ✓ Inibizione reciproca
  - ✓ Rilassamento isometrico
- M. piriforme
  - ✓ Disfunzione somatica acuta
  - ✓ Inibizione reciproca
- Tecniche di Sutherland (testo 24 min)
- Approccio terapeutico Mézières (video 51 min 29sec)