



VALUTAZIONE POSTURALE & APPLICAZIONI PRATICHE nelle scienze motorie

-----MODULO 1 (16 ore di insegnamenti)
docente: *F. Adorno – coordinatore corso specialist*

Posturologia

- Definizione di **Postura**
- Cenni relativi alle basi neurofisiologiche del Sistema Tonico Posturale
- **Modulatori o Recettori Posturali**
- Recettore podalico
- Recettore stomatognatico
- Recettore oculare
- Recettore vestibolare
- Recettore cutaneo
- Dalla neurofisiologia alla pratica; **i modulatori recettoriali nelle interazioni cibernetiche tra loro e con il Sistema Uomo.**

Catene OsteoMioFasciali

- Dal Muscolo alla **Catena OsteoMioFasciale**
- La funzione recettoriale delle catene OsteoMioFasciali
- Definizione del concetto di **Fascia** (secondo *Pilat, Bienfait* e altri) e di **Tensegrità**
- **Catene OsteoMioFasciali**: dalle classificazioni proposte da *Mezièrès, Souchard, Busquet, Clauzède*, fino agli "Anatomy Trains" di *Myers* (riferimenti bibliografici e sitologia)
- **L'individuo e la sua specificità nella strutturazione delle Catene OMF e nell'organizzazione posturale**; ontogenesi e filogenesi

Il bilancio posturale

- Cenni di biomeccanica articolare (con particolare riguardo al rachide)
- Come raccogliere e sistematizzare informazioni e dati del soggetto
- **Bilancio osservativo** statico e dinamico sui tre piani fondamentali

Principali **Test recettoriali**:

- **Recettore podalico:** esame statico e dinamico del retro piede, test del cammino, pivot test
- **Recettore oculare:** PPC test, cover test, test lontano/vicino
- **Recettore stomatognatico:** DVO, Test disclusione massimale, osservazione interlinea incisiva, osservazione dislocazioni mandibolari; test muscolari
- **Recettore vestibolare:** *test Romberg*
- **Recettore cutaneo:** *test V.A.S.*
- **Principali test neuro-posturali:**
 - *test Fukuda* modificato
 - *test De Cyon,*
 - *test di Nahamani*
 - test riflesso oculocefalogiro
 - *Test di Bassani*
 - test del cono posturale
 - test differenziali
- Laboratorio pratico: **esempi di valutazione posturale**, elaborazione e interpretazione dei dati. I parametri utili al professionista in Scienze Motorie per la stesura di un programma motorio individualizzato
- **L'equipe posturoconsapevole:** sinergia tra professionisti

----- MODULO 2 (16 ore di insegnamenti)

docente: **S. Palma**

Ripristino della fisiologica mobilità tissutale

- Concetto di **Retrazione** o addensamento tissutale: definizione e cenni di fisiologia.
- La fisiologica mobilità articolare: individuazione dei complessi articolari verso i quali indirizzare l'esercizio, partendo dal bilancio posturale
- **Allungamento muscolare ad approccio analitico o globale:** generalità e differenze
- **Riorganizzazione e riequilibrio delle Catene Osteo-Miofasciali:** cenni relativi ai principi fondamentali alla base delle metodiche proposte da Myers (ANATOMY TRAINS), *Mézierès, Souchard, Bienfait, Mc Kenzie, Feldenkrais*. Riferimenti bibliografici specifici e sitologia
- **L'esercizio autogestito per la Riorganizzazione e riequilibrio delle Catene OMF :** laboratorio esperienziale di esercitazioni di allungamento analitico e globale autogestite, finalizzato allo sviluppo di competenze di elaborazione di programmi individualizzati di attività motoria, costruiti sulle caratteristiche posturali specifiche del soggetto.
- Concetto di **ipermobilità:** cause ed effetti
- Classificazione delle esercitazioni: isometriche, isotoniche, auxotoniche
- Esercitazioni fondamentali (multi articolari, polisegmentarie) e esercitazioni di isolamento (monosegmentarie)
- Dalla FORZA MUSCOLARE alla **FORZA OSTEOMIOFASCIALE**
- Il **"CORE"**: descrizione anatomica e ruolo funzionale

- Unità muscolare interna (**INNER UNIT**) e unità muscolare esterna (**OUTER UNIT**): generalità, differenze e principali caratteristiche
- Concetto di **FONDAMENTAL MOVEMENTS** e **PRIMITIVE MOVEMENT PATTERNS**
- Laboratorio pratico: l'**esercizio funzionale** o **naturale**. Modelli di riferimento nella scelta dell'esercizio individualizzato

La propiocezione

- Definizione di **propriocezione**
- Cenni di fisiologia della propiocezione
- *Laboratorio pratico*: dall'esercizio propriocettivo di base a quello complesso. Scelta dell'esercitazione, degli elementi e delle superfici in base alle caratteristiche e alle esigenze funzionali del soggetto.
- *Laboratorio pratico*: l'esercitazione propriocettiva associata all'esercizio funzionale o naturale
- Revisione finale e conclusioni.

PER INFORMAZIONI

Andrea Brunelli , PhD. Coordinatore Didattico DMSA Academy.

347.6126022 - brune.andrea@gmail.com

Per iscrizioni trovate il modulo di iscrizione e relativo IBAN sulla pagina www.dmsa.it



**DMSA
ACADEMY**

**CORSO Specialist
Posturalologia**

**DOTTORI e DOTTORESSE in SCIENZE MOTORIE:
I PROFESSIONISTI DELLA PREVENZIONE**