

## PROGRAMMA COMPLETO DEL CORSO MEZIERES PLUS (con mobilizzazioni di osteopatia)

### 1°STAGE - Storia e osservazioni iniziali

- Françoise Mézières e le origini del metodo

### La Lordosi

- La Lordosi è responsabile della scoliosi
- La Lordosi è responsabile della cifosi
- La Lordosi è una necessità della posizione eretta e dei movimenti di media e grande ampiezza degli arti
- Mobilità della lordosi
- La rotazione interna delle radici degli arti
- La catena posteriore
- La componente di schiacciamento
- Ernie discali
- Indicazioni e controindicazioni assolute e relative
- Leggi e principi
- Basi scientifiche
- Il fluage
- I muscoli mono e poliarticolari
- Il riflesso antalgico a posteriori
- Il riflesso antalgico a priori
- Nozioni di compensazione
- Equilibrio e equilibrizzazione
- La propriocezione

### Anatomia funzionale e bio-meccanica con materiale visivo

- Dell'apparato locomotore
- Del diaframma
  - \*Centro frenico
  - \*Parte periferica e carnosa
  - \*Porzione vertebrale
  - \*Porzione sternale
- Dell'Ileo-psoas - Del Piriforme
- Ernie e componenti

### Pratica

- Principi di trattamento
- L'esame del soggetto
- Il lavoro posturale
- La respirazione
- Preparazione e lavoro sul diaframma
- Pompage - Ponçage - Massaggi - Traits tirés ecc...
- Manovra delle fascias
- Esame obiettivo statico e dinamico del paziente
- Esame morfologico del paziente
- Postura del paziente in decubito supino
- Trattamento degli arti inferiori
- Mobilizzazione completa delle articolazioni del piede
- Ricerca dell'abduzione del V° dito
- Elevazione degli arti inferiori alla verticale
- Ponçage dei legamenti posteriori del bacino
- Ponçage dei legamenti ileo-lombari

- Ponçage dei muscoli pelvi trocanterici
  - Abbassamento del sacro - Allineamento OSS
  - Lavoro di delordosi
  - Lavoro dinamico del piede in talo e in equino
  - Circonduzione
  - Lavoro dell'arto inferiore in adduzione con riavvicinamento dei condili
  - Autoposture
- Presentazione,osservazione e trattamento guidato di casi clinici

## 2° STAGE - Arto Inferiore - Anatomia e bio-meccanica

- Di tutte le articolazioni del piede
- Del ginocchio
- Della coxo- femorale
- I muscoli posteriori della coscia
- I muscoli posteriori della gamba
- Innervazione, recettori, valutazione dell'appoggio
- Catena posteriore e arto inferiore

### Teoria

- Lavoro segmentario
- Il piede piatto - Il piede cavo
- Le distorsioni - L'alluce valgo
- La metatarsalgia di Morton
- Il ginocchio varo - Il ginocchio valgo
- Il ginocchio ricurvo - Il ginocchio flesso
- La sindrome rotulea - LCA - Menisco
- Coxartrosi - Capsulite coxo-femorale
- Lombalgie
- Diagnosi differenziale
- Artrosi – Artrite

Lesioni sacroiliache- Lesioni ileo- sacrale

Lesioni pubiche - Lesioni del coccige

. Squilibri viscerali – Squilibri da cause neurologiche

### Pratica

- Lavoro segmentario dei piedi
- Mobilizzazione approfondita del piede
- Manovre osteopatiche sul piede
- Lavoro del piede piatto e del piede cavo
- Trattamento delle distorsioni
- Trattamento alluce-valgo
- Posture per le deformazioni del ginocchio varo e valgo
- Posture per le deformazioni del ginocchio flesso e ricurvo
- Lavoro diretto sul ginocchio valgo e varo
- Trattamento della sindrome rotulea
- Trattamento della rottura parziale del LCA
- Lavoro selettivo sul triceps sural
- AutoposturE
- Trattamento delle distorsioni del ginocchio

- Trattamento della coxartrosi
- Trattamento della capsulite coxofemorale
- Postura e trattamento del paziente da seduto
- Lavoro degli arti inferiori in adduzione/abduzione/rotazione esterna
- Lavoro di auto accrescimento del tronco

#### Esame scritto

#### Presentazione, osservazione e trattamento guidato di casi clinici

### **MODULO AVANZATO**

#### **3° STAGE - Arto Superiore - Anatomia e bio-meccanica**

##### Teoria

- Anatomia e bio-meccanica del cingolo scapolare
- L'articolazione scapolo-omeroale
- L'articolazione acromio clavicolare
- L'articolazione sterno-costoclavicolare
- L'articolazione sotto deltoidea
- Sublussazione della testa omerale
- I muscoli della catena posteriori
- Patologie del cingolo scapolare e risonanza sull'insieme dell'arto superiore
- Anatomia del gomito
- Bio-meccanica della pro-supinazione
- Anatomia del polso - Anatomia della mano - Anatomia delle dita
- Le patologie della spalla
- Le 4 cause delle patologie dell'arto superiore
- Tendinite - La PSH - Conflitto subacromiale
- Patologie del gomito – Tennis Elbow
- Tunnel carpale – Dupuytren
- Relazioni tra Diaframma-Spalla-Visceri
- Scoliosi

. Teoria: Il Bacino o Pavimento pelvico

. Osteologia del bacino

- Gli iliaci – Il sacro \_ La sinfisi pubica

Miologia del bacino

- Richiamo piriforme e psoas – Addominali
- Muscoli pelvitrocanteriani

Anatomia del perineo

- Definizione – Pavimento pelvico – I tre piani muscolari
- Gli sfinteri – Il perineo Anteriore (urogenitale)
- Il perineo posteriore (anale)
- Post-partum
- Pubalgia
- Pratica
  - Lavoro e posture degli arti superiori

- Arti superiori in abduzione unilaterale
  - Ponçage delle inserzioni scapolari,
  - Ponçage del sotto scapolare
  - Ponçage del gran rotondo
  - Lavoro sul gran pettorale
  - Lavoro in spinta assiale, bilaterale e centrifuga degli arti superiori
  - Lavoro sul piccolo pettorale
  - Postura del libro
  - Circonduzione bilaterale delle spalle
  - Lavoro e posture particolari sulle scoliosi
- Presentazione, osservazione trattamenti guidati di casi clinici

#### **4°STAGE - Colonna cervicale**

##### Teoria

- Anatomia e bio-meccanica della colonna vertebrale
- Lombare – Dorsale – Cervicale
- Anatom. e bio-mecc.ca della colonna cervicale alta (C0-C1-C2)
- Anatom. della colonna cervicale bassa da (C3 a C7)
- La regione sotto occipitale e i suoi muscoli
- Gli Scaleni – SCOM

. Biomeccanica dell'inclinazione della colonna cervicale

. Scoliosi

##### Pratica

- Ponçage delle inserzioni occipitali e dei muscoli sotto occipitali
- Ponçage, Pompage e traits tirés cervicali
- Palpé-roulé
- Lavoro sulla rotazione cervicale pura
- Lavoro in rotazione e contro rotazione dorsale
- Posture di lavoro sulla colonna cervicale con gli arti superiori
- Lavoro specifico sul torcicollo (recente o congenito)
- Test cervicali
- Mobilizzazioni cervicali

. Preparazione e mobilizzazione della colonna cervicale

. Lavoro della colonna cervicale in inclinazione pura

. Posture della colonna cervicale con gli arti superiori

Esame scritto - Esame pratico

**Consegna degli Attestati**