



programma corso

Metodo Mezieres

Contenuti:

- obiettivi generali del Metodo Mézières
- la perdita della simmetria corporea: cause fisiologiche e funzionali
- il riflesso antalgico a priori ed a posteriori
- fisiologia dei centri corticali e di quelli sottocorticali
- obiettivi specifici del Metodo Mézières
- contrazione isometrica ed isotonica
- l'azione muscolare, la coppia agonista-antagonista
- cause accorciamento muscolare
- azione sul sistema neurovegetativo
- il confronto morfologico e la forma morfologica di riferimento
- Il numero aureo
- la divisione anatomico-fisiologica in due blocchi (superiore ed inferiore)
- le catene muscolari secondo Mézières: definizione e fisiologia
- le quattro catene muscolari: posteriore, anteriore del collo, brachiale, antero-interna
- gli elementi delle catene proprie del blocco superiore, inferiore e gli elementi comuni ai due blocchi
- valutazione differenziale e trattamento delle patologie a carico dell'apparato locomotore distinte in:
 - vertebrali (scoliosi, iperlordosi, cifosi, compressione dei dischi intervertebrali e relative radicolopatie, sciatalgia, cervico-brachialgia, ecc.)
 - articolari (artrosi, periartrite scapolo-omerale, coxartrosi, gonartrosi, ecc.)
 - muscolari (lombalgia, torcicollo, mialgie, ecc.)
 - dismorfiche (lussazione e locking temporo-mandibolare, ginocchia vare o valghe, piede piatto o cavo, ecc.)

Obiettivi specifici

acquisire la capacità di eseguire:

- esame obiettivo posturale statico e dinamico del paziente
- raccolta dell'anamnesi
- studio morfologico del paziente e suo confronto con la forma morfologica di riferimento
- analisi differenziale tra gli squilibri posturali indotti da problematiche mio-fasciali e quelli provenienti dall'alterazione di altre strutture
- accorciamenti mio-fasciali primari e secondari
- relazioni muscolo-scheletriche fisiologiche ed afisiologiche
- modificazione dei rapporti muscolo-scheletrici nelle varie posture
- impostazione della respirazione terapeutica secondo Metodo Mézières
- esercizi del blocco superiore
- lavoro in postura Mézières supina, manovre correttive per: inclinazione e rotazione del cranio; articolazione temporo-mandibolare; osso ioide; vertebre cervicali, toraciche e lombari; rapporto scapolo-vertebro-costale; spalle; torace; bacino; arti superiori; lordosi; cifosi; scoliosi.
- manovre correttive, aggravanti correttive, posizionamenti
- massaggio secondo il Metodo Mézières
- esercizi del blocco inferiore
- lavoro in postura Mézières ad arti inferiori elevati, correzioni rivolte alla globalità del corpo e specificamente alle articolazioni dell'anca e del ginocchio
- lavoro in postura Mézières seduta, correzioni rivolte alla globalità del corpo e specificamente alle articolazioni del piede
- posture Mézières aggiuntive: indicazioni terapeutiche e specificità
- esercizi di correzione specifica per le diverse patologie ortopediche vertebrali, articolari, muscolari e dismorfiche
- la scelta terapeutica
- trattamento in base all'esame obiettivo, alla sintomatologia, agli schemi di difesa.
- progressione dalle tecniche di base a quelle più complesse (tassonomia terapeutica)

Introduzione ai concetti base: il metodo scientifico

Matematica e fisica lineare

- leggi fisiche sulle deformazioni elastiche dei corpi e loro effetti sulla fibra muscolare
- applicazione della scomposizione vettoriale alle linee di forza muscolari
- analisi dei muscoli agenti: il bilanciamento delle forze
- equilibrio statico: forza peso, gravità e contro-gravità
- momenti di forza

Matematica e fisica non lineare:

- caratteristiche dei sistemi complessi
- unità funzionali
- le catene muscolari secondo Mézières, definizione e fisiologia

Esame posturale secondo il metodo Mézières

- Il modello anatomo-morfologico-funzionale fisiologico.
- Esame obiettivo e funzionale statico, sul piano sagittale, in stazione eretta ed in posizione supina, per le alterazioni posturali su base mio-fasciale a carico di: cranio, osso ioide, rachide, bacino.
- Esame obiettivo e funzionale statico, sul piano frontale, in stazione eretta ed in posizione supina, per le alterazioni posturali su base muscolare a carico di: cranio; osso ioide; rachide cervicale, dorsale e lombare; rapporto scapolo-vertebrale; rapporto scapolo-costale; rapporto scapolo-omeroale; torace; gomito; polso; mano; bacino.
- Relazioni muscolo-scheletriche fisiologiche in posizione supina a seguito di posizionamenti passivi indotti dall'operatore (inclinazione, rotazione del cranio; abduzione, elevazione degli arti superiori; spostamento laterale degli arti inferiori) ed azioni attive attuate dal paziente.
- Valutazione funzionale articolazione temporo-mandibolare:
- correlazione disordini cranio-mandibolari e postura
- valutazione funzionale differenziale tra le alterazioni posturali di origine mandibolare di competenza del fisioterapista e tra quelle di competenza dello gnatologo
- collaborazione fisioterapista-gnatologo.
- Esame obiettivo dinamico, mediante l'osservazione dei movimenti spontanei del paziente, del cammino e delle relazioni muscolo scheletriche a seguito di azioni passive attuate dall'operatore, atto ad evidenziare le strategie funzionali fisiologiche e non.
- Osservazione e valutazione funzionale delle sub-lussazioni, a base muscolare, a carico dell'articolazione scapolo-costale, sterno-claveare, scapolo-omeroale.
- Osservazione e valutazione funzionale delle alterazioni assiali a carico dell'articolazione dell'anca e del ginocchio su base mio-fasciale.
- Osservazione e valutazione funzionale delle alterazioni assiali su base muscolare, dell'articolazione tibio-tarsica, dell'arco mediale ed anteriore del piede, dell'alluce e delle dita del piede

Trattamento terapeutico mediante posture Mézières

- Trattamento sul piano sagittale, mediante specifici esercizi terapeutici, per le alterazioni posturali su base muscolare a carico di: cranio, osso ioide, lordosi cervicale, cifosi dorsale, lordosi lombare, bacino.
 - Verifica distrettuale e sistemica, oggettiva e soggettiva, dei risultati terapeutici ottenuti.
- Tipologie ed effetti locali e sistemici delle singole manovre terapeutiche.
- Trattamento sul piano frontale, mediante specifici esercizi terapeutici per le alterazioni posturali su base muscolare a carico di: cranio; osso ioide; rachide cervicale, dorsale e lombare; rapporto scapolo-vertebrale; rapporto scapolo-costale; rapporto scapolo-omerale; torace; gomito; polso; mano; bacino.
 - Verifica distrettuale e sistemica, oggettiva e soggettiva, dei risultati terapeutici ottenuti.
- Trattamento sub-lussazione e locking temporo-mandibolare.
 - Verifica distrettuale e sistemica, oggettiva e soggettiva, dei risultati terapeutici ottenuti.
- Osservazione, valutazione funzionale e trattamento delle sub-lussazioni, a base muscolare, a carico dell'articolazione scapolo-costale, sterno-claveare, scapolo-omerale.
 - Verifica distrettuale e sistemica, oggettiva e soggettiva, dei risultati terapeutici ottenuti.
- Trattamento mediante specifici esercizi terapeutici per le alterazioni assiali e posturali su base muscolare a carico dell'articolazione dell'anca e del ginocchio.
 - Verifica distrettuale e sistemica, oggettiva e soggettiva, dei risultati terapeutici ottenuti.
- Trattamento mediante specifici esercizi terapeutici per le alterazioni assiali e posturali su base muscolare a carico dell'articolazione tibio-tarsica, dell'arco mediale ed anteriore del piede, dell'alluce e delle dita del piede
 - Verifica distrettuale e sistemica, oggettiva e soggettiva, dei risultati terapeutici ottenuti
- Trattamento delle specifiche patologie a carico dell'apparato locomotore
- Linee guida terapeutiche: dall'esame obiettivo all'individuazione degli obiettivi primari e la scelta dei mezzi idonei
- Cartella paziente: raccolta dell'anamnesi ed utilizzo della macchina fotografica e di altri strumenti di misurazione per la verifica e l'oggettivizzazione dei risultati.

Programma giornaliero

1 giorno

- Metodo Mezieres: inquadramento
- Parametri di scientificità
- Elementi di fisica e analisi vettoriale muscolare
- Biomeccanica muscolo-fasciale
- Equilibrio statico e dinamico
- Suddivisione sinusoidale vertebrale su basi muscolo-funzionali
- Il modello anatomico di riferimento
- La “postura” corretta secondo il Metodo Mezieres
- Biomeccanica e analisi differenziale vettoriale tratto cranio-vertebro-sacrale piano sagittale. Teoria e pratica
- Biomeccanica e analisi differenziale vettoriale rapporto scapolo-costo-vertebrale e scapolo-omerale. Teoria e pratica
- Esame obiettivo statico, visivo e palpatorio, in stazione eretta e supino. Teoria e pratica

2 giorno

- Fisica lineare e non lineare
- Sistemi complessi: definizione e caratteristiche
- Catene muscolari
- Cause “fisiologiche” e “funzionali” della perdita della simmetria corporea
- Riflessi antalgici a priori ed a posteriori
- Le coppie di forza
- Esame obiettivo dinamico, visivo e palpatorio, in stazione eretta, in flessione anteriore e supino. Teoria e pratica

3 giorno

- Massaggio muscolare profondo e tecniche manuali di armonizzazione muscolo-fasciali secondo Metodo Mezieres. Teoria e pratica
- Impostazione respirazione terapeutica. Teoria e pratica

4 giorno

- Lavoro in postura supina, piano sagittale, di correzione per:
 - Cranio
 - Osso ioide
 - Lordosi cervicale
 - Cifosi dorsale
 - Lordosi Lombare
 - Bacino
 - Rapporto scapolo-vertebro-costale
 - Rapporto scapolo-omerale
- Teoria e pratica

5 giorno

- Lavoro in postura ad arti inferiori elevati teoria e pratica
- Biomeccanica e analisi differenziale vettoriale articolazioni coxo-femorale e ginocchio
- Trattamento articolazioni coxo-femorale e ginocchio

6 giorno

- Biomeccanica e analisi differenziale vettoriale articolazioni tibio-tarsica e piede
- Trattamento articolazioni tibio-tarsica e piede
- Lavoro in postura seduta: teoria e pratica

7 giorno (fine modulo base)

- Valutazione e trattamento Mezieres utilizzando le tecniche esposte nei giorni precedenti

8 giorno (inizio modulo avanzato)

- Esame obiettivo
- Biomeccanica e analisi differenziale vettoriale
 - tratto cranio-vertebro-sacrale
 - rapporto ioido-vertebro-scapolare
 - rapporto scapolo-vertebro-costale
 - rapporto scapolo-omerale
 - arto superiore
- Piano frontale e rotatorio. Teoria e pratica

9 giorno

- Manovre correttive per:
 - tratto cranio-vertebro-sacrale
 - rapporto ioido-vertebro-scapolare
 - rapporto scapolo-vertebro-costale
 - rapporto scapolo-omerale
 - arto superiore
- Piano frontale e rotatorio. Teoria e pratica

10 giorno

- Trattamento in postura supina per:
 - tratto cranio-vertebro-sacrale
 - rapporto ioido-vertebro-scapolare
 - rapporto scapolo-vertebro-costale
 - rapporto scapolo-omerale
 - arto superiore
- Piano frontale e rotatorio. Teoria e pratica

11 giorno

- Trattamento in postura ad arti inferiori elevati ed in posizione seduta per:
 - tratto cranio-vertebro-sacrale
 - rapporto scapolo-vertebro-costale
 - rapporto scapolo-omerale
- Piano frontale e rotatorio. Teoria e pratica

12 giorno

- Correlazioni articolazione temporo-mandibolare e postura. Teoria e pratica
- Trattamento problematiche temporo-mandibolari. Teoria e pratica

13 giorno

- Esame posturale dinamico
- Biomeccanica e analisi differenziale sub-lussazioni articolazioni sterno-claveare e scapolo-omerale. Teoria e pratica
- Trattamento sub-lussazioni articolazioni sterno-claveare e scapolo-omerale. Teoria e pratica
- Linee guida: dall'esame posturale al piano di trattamento. La scelta degli obiettivi terapeutici primari. Teoria e pratica
- Trattamento delle scoliosi e delle singole patologie ortopediche mediante Metodo Mezieres

14 giorno (fine modulo avanzato)

- Valutazione e trattamento Mezieres utilizzando le tecniche esposte nell'intero corso
- Consegna degli attestati e prova pratica finale