

INDICE

SEZIONE I – Fascia: i fondamentali

CAPITOLO 1		Ingegneria dei sistemi nel loro insieme	59
Le funzioni della fascia:		Introduzione ad <i>Anatomy Trains</i>	61
traducendo la ricerca in rilevanza clinica.....	1	Linee di <i>Anatomy Trains</i>	63
<i>Leon Chaitow</i>		<i>BodyReading</i> : la lettura	
Definizioni: che cos'è		delle linee corporee	68
e che cosa fa la fascia	1	Conclusioni	79
(Bio)tensegrità	3	Bibliografia	80
Caratteristiche funzionali della fascia.....	4		
Caratteristiche della fascia clinicamente			
rilevanti.....	8		
Fascia e dinamica dei fluidi	18		
Un quadro più ampio: caratteristiche			
strutturali della fascia	19		
Trasmissione della forza, trasferimento			
del carico meccanico e fascia.....	27		
Connessioni biomeccaniche			
e funzionali	28		
Catene muscolari, tracciati e treni	31		
Traduzione delle scienze di base			
in rilevanza clinica	32		
Fascia: le caratteristiche della resilienza...			
e le cause di disfunzione	36		
Come si instaurano i problemi fasciali	37		
Bibliografia	38		
CAPITOLO 2		CAPITOLO 4	
Disfunzione fasciale:		Ulteriori approcci globali	
l'adattamento come caratteristica principale	41	e locali di valutazione	81
<i>Leon Chaitow</i>		<i>Leon Chaitow</i>	
Adattamento: uso eccessivo,		Dove finisce il muscolo e inizia la fascia?	81
uso improprio, disuso e trauma.....	41	Le limitazioni articolari sono solitamente	
Cause, effetti, prevenzione	42	limitazioni dei tessuti molli	82
Bibliografia	50	Obiettivi e qualità	
		della sensazione di “fine corsa”	82
		Definizione dei gradi di pressione	
		durante la palpazione	83
		Valutazione di strati differenti?.....	84
		Barriere, sensazione di fine corsa	
		e “direzioni di movimento preferenziali” ..	84
		Valutazione dei <i>pattern</i> compensatori	
		comuni.....	85
		<i>Pattern</i> adattativi ascendenti e discendenti ..	88
		Valutazione mediante palpazione	
		dell'apertura toracica superiore (STI)	89
		Disfunzioni del <i>pattern</i> respiratorio (BPD):	
		proposte di valutazione	91
		<i>Pattern</i> posturali secondo Janda e Lewit	92
		Segni e caratteristiche locali delle disfunzioni	
		miofasciali-biomeccaniche.....	93
		Palpazione osteopatica STAR	93
		Interpretazione dei risultati	
		della valutazione	94
		Potenziale di scivolamento fasciale ridotto	
		o perduto	94
		Funzione di scorrimento della cute	
		e limitazione fasciale sottostante.....	95
		Identificazione delle zone cutanee	
		iperalgiche secondo Lewit.....	95
CAPITOLO 3			
Valutazione posturale globale	53		
<i>Thomas W. Myers</i>			
<i>Pattern</i> fasciali versus <i>pattern</i> neurologici.....	53		
Fascia come sistema olistico			
di comunicazione	56		
Inizio della forma.....	58		

LA FASCIA - Clinica e terapia manuale

Quale viene prima?.....	98	Dosaggio e variabilità di applicazione del carico	110
Linea superficiale posteriore della continuità fasciale.....	98	Variazioni del carico terapeutico.....	110
Contrazione del muscolo grande dorsale e rotazione dell'anca controlaterale	99	Strutture fasciali e coinvolgimenti neurali.....	113
Valutazione oggettiva delle modificazioni di tessuto molle	100	<i>Stretching</i> e fascia.....	116
Diagnostica per immagini: ecografia ed elastosonografia	100	Agopuntura e fascia	120
Misurazione di densità/rigidità tessutale	101	Calore e fascia	120
Bibliografia	103	Mobilizzazione strumento-assistita dei tessuti molli (IASTM) – anche descritta come autorilascio miofasciale (SMFR).....	120
CAPITOLO 5		<i>Taping</i> e fascia.....	121
Eliminare gli ostacoli alla guarigione: metodi terapeutici, meccanismi e fascia	105	Proloterapia: stabilizzare strutture instabili	121
<i>Leon Chaitow</i>		Manipolazione ad alta velocità e fascia	122
Obiettivi generali dell'intervento terapeutico	105	Respirazione e fascia	122
Diretto o indiretto: due possibili modelli di intervento	106	Approcci terapeutici a una serie di patologie e condizioni correlate alla fascia	122
Spiegazione degli effetti clinici	107	Conclusioni	134
		Bibliografia	134

SEZIONE II - Selezione di trattamenti diretti alla fascia

CAPITOLO 6		CAPITOLO 7	
Terapia Bowen	141	Massaggio connettivale e <i>skin rolling</i>	153
<i>Kelly Clancy</i>		<i>Elizabeth A. Holey, John Dixon</i>	
Che cos'è la terapia Bowen?.....	141	Introduzione	153
Storia di Tom Bowen	141	<i>Background</i>	153
Filosofia	142	Obiettivi.....	155
Definizione del "movimento" Bowen	142	Valutazione.....	156
Applicazione del "movimento"	143	Meccanismi.....	156
Posizione dei movimenti.....	145	Protocollo	159
Risposta al trattamento	146	Bibliografia	164
Meccanismi di azione proposti	146		
Ottimizzazione della relazione sacro-craniale	147	CAPITOLO 8	
Meccanotrasduzione.....	147	"Use it or lose it" – esercizi per la fascia nello sport e in fisioterapia.....	167
Potenziali effetti sul tono vagale.....	148	<i>Robert Schleip, Divo Gitta Müller</i>	
Applicazioni specifiche	148	Introduzione	167
Il futuro della terapia Bowen	151	Allenare le proprietà di ritorno elastico	168
Bibliografia	151		

Raccomandazioni sullo <i>stretching</i> per il benessere fasciale.....	172	Sicurezza.....	216
Esercizi di <i>fitness</i> fasciale: un'integrazione importante per lo stato di salute.....	174	Bibliografia.....	217
Bibliografia.....	175		
CAPITOLO 9		CAPITOLO 12	
Manipolazione Fasciale® applicata alla lombalgia.....	177	Muscle Energy Techniques.....	221
<i>Antonio Stecco, Stefano Casadei, Alessandro Pedrelli, Julie Ann Day, Carla Stecco</i>		<i>Leon Chaitow</i>	
Introduzione.....	177	Introduzione.....	221
Il metodo Manipolazione Fasciale®.....	177	Un quesito ragionevole: dove finisce il muscolo e dove inizia la fascia?.....	221
Conclusioni.....	189	La trasmissione della forza miofasciale extramuscolare.....	222
Ringraziamenti.....	189	Le restrizioni articolari sono di solito limitazioni del tessuto molle.....	222
Bibliografia.....	190	<i>Muscle Energy Technique</i> : definizioni.....	223
		Origini della <i>Muscle Energy Technique</i> : citazioni dai pionieri.....	224
		<i>Muscle Energy Technique</i> di base.....	226
		Obiettivi clinici della MET ed evidenze scientifiche.....	228
		<i>Muscle Energy Technique</i> : meccanismi fasciali e di altra natura.....	231
		Bibliografia.....	235
CAPITOLO 10		CAPITOLO 13	
Trattamento fasciale funzionale: srotolamento fasciale e tecnica di bilanciamento delle tensioni legamentose	191	Induzione miofasciale.....	237
<i>Paolo Tozzi</i>		<i>Andrzej Pilat</i>	
Srotolamento fasciale.....	191	Introduzione.....	237
Tecnica di bilanciamento delle tensioni legamentose.....	197	Definizioni.....	237
Bibliografia.....	203	Obiettivi dell'induzione miofasciale.....	240
		Valutazione.....	241
		Meccanismo di applicazione.....	242
		Induzione miofasciale: protocollo di trattamento.....	248
		Apprendimento.....	251
		Bibliografia.....	252
CAPITOLO 11		CAPITOLO 14	
Gua sha (manovre pressorie) e Ba guan (coppettazione): terapie manuali tradizionali strumento-assistite dell'Asia orientale.....	207	NeuroMuscular Technique (NMT) e altre modalità di manipolazione (neuromuscolare) dei tessuti molli.....	255
<i>Arya Nielsen</i>		<i>Leon Chaitow</i>	
Introduzione e storia.....	207	Che cos'è la <i>NeuroMuscular Technique</i> ? Introduzione.....	255
Gua sha e Ba guan: termini e strumenti.....	207		
Indicazioni.....	208		
Palpazione e ABC della palpazione.....	209		
Evidenze scientifiche.....	210		
Controindicazioni.....	212		
Biomeccanismi/fisiologia.....	212		
Modello del tessuto connettivo.....	214		

LA FASCIA - Clinica e terapia manuale

Scopi e approcci correlati.....	256	Panoramica storica.....	295
Origini.....	256	Panoramica del metodo	
Evoluzione della NMT: una formazione		di Rieducazione Posturale Globale®	295
combinata e una nuova professione	259	Concetti di base	295
<i>NeuroMuscular Technique:</i>		Applicazione della Rieducazione	
esercizio di palpazione.....	263	Posturale Globale®: concetti di base	298
Obiettivi terapeutici:		Una tipica seduta di Rieducazione	
la palpazione diventa trattamento.....	265	Posturale Globale®.....	304
Conclusioni	266	Esempio clinico.....	305
Bibliografia	267	Conclusioni	307
		Bibliografia	309
CAPITOLO 15		CAPITOLO 18	
Tecniche di rilascio posizionale		Trattamento di cicatrici	
(inclusa counterstrain)		e aderenze	
269		311	
<i>Leon Chaitow</i>		<i>Willem Fourie</i>	
Introduzione	269	Introduzione	311
<i>Strain-counterstrain</i>	270	Panoramica generale.....	312
Rilascio posizionale facilitato	272	Qual è il problema?	312
I probabili meccanismi alla base		Strategia per cicatrici e aderenze.....	313
degli effetti dello <i>strain-counterstrain</i>	274	Anatomia degli strati tessutali	313
Rilascio posizionale funzionale.....	277	Come valutare e trattare?	315
Conclusioni	280	Circostanze cliniche particolari.....	323
Bibliografia	281	Precauzioni	327
		Bibliografia	328
CAPITOLO 16		CAPITOLO 19	
Integrazione strutturale Rolwing®		Rimodellamento manuale	
283		della matrice nelle lesioni miofasciali:	
<i>Jonathan Martine</i>		tecnica di modellamento	
Introduzione	283	della cicatrice	
Obiettivi dell'integrazione		329	
strutturale Rolwing®.....	284	<i>Raúl Martínez Rodríguez,</i>	
Ricerca: meccanismi e ipotesi	285	<i>Fernando Galán del Río</i>	
Il contesto	290	Introduzione	329
Il ciclo delle dieci sedute.....	290	Relazioni fisiologiche tra muscolo	
RISI, una ricerca continua.....	293	e tessuto connettivo muscolare	330
Bibliografia	294	Riparazione delle lesioni miofasciali	331
		Fase di distruzione e infiammazione	332
CAPITOLO 17		Fase di rigenerazione e fibrosi	335
Rieducazione Posturale Globale®:		Sintesi dei meccanismi proposti.....	339
metodo Souchard		Bibliografia	340
295			
<i>Emiliano Grossi</i>			
Introduzione	295		

CAPITOLO 20			
Massoterapia e fascia	341		
<i>Sandy Fritz</i>			
Introduzione: massoterapia.....	341		
Principi	342		
Tecniche di massaggio	344		
Che cosa può non funzionare? Che cosa potrebbe fare il massaggio?.....	349		
Valutazione.....	351		
Precauzioni: bandiere giallo-rosse.....	352		
Trattamento durante il massaggio	353		
Modalità di trattamento	353		
Tecniche di mobilizzazione tessutale	354		
Bibliografia	357		
		CAPITOLO 21	
		Tecniche di rilascio dei trigger point e dry needling	359
		<i>César Fernández-de-las-Peñas</i>	
		Introduzione	359
		Obiettivi	360
		Valutazione.....	360
		Meccanismi	361
		Protocollo	363
		Bibliografia	367
		INDICE ANALITICO	369