

CORSO DI FORMAZIONE DESTINATO A  
FISIOTERAPISTI, TNPEE, TERAPISTI OCCUPAZIONALI, MEDICI CHIRURGHI  
SPECIALISTI IN: MEDICINA FISICA E RIABILITAZIONE, MEDICINA DELLO SPORT,  
ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA, REUMATOLOGIA

**L'ESPERIENZA MEZIERES: BIOMECCANICA E INTEGRITÀ FUNZIONALE**

HC Training - Codice ID. 704

Ore 56 – Crediti 50 - Partecipanti 25

Sede: Ambulatorio Fisioterapico Sicurmedical Center - Via dei Castani, 183 - Roma

Responsabile scientifico dell'evento e docente: Dr. Andrea Trappolini

**AREA OBIETTIVI FORMATIVI ECM: Obiettivi Formativi Tecnico-professionali**

**OBIETTIVO FORMATIVO ECM:** MEDICINE NON CONVENZIONALI: VALUTAZIONE DELL'EFFICACIA IN RAGIONE DEGLI ESITI E DEGLI AMBITI DI COMPLEMENTARIETA' (19)

**OBIETTIVO DEL CORSO:**

Acquisire conoscenze teorico-pratiche necessarie alla comprensione della rieducazione morfologica/funzionale al fine di poter utilizzare questo approccio specifico nelle patologie derivanti da alterazioni funzionali e dalla statica.

**PROGRAMMA**

**PRIMO GIORNO 6 ore 16 FEBBRAIO 2019**

13.30-14.00

Registrazione dei partecipanti / Compilazione scheda con dati personali richiesti dall'ECM / Ricognizione delle competenze in ingresso

14.00-18.00

- Presentazione del metodo
- Concetti di base
- Leggi e principi
- Definizione del lavoro Mézières
- Definizione di postura
- Struttura/ Funzione e loro interazione
- Concetto di assemblaggio
- Le belle linee:
  - Valutazione della postura nei diversi piani dello spazio;
  - Valutazione della postura a terra;

- Valutazione funzionale della colonna nei diversi piani dello spazio  
(Lezione Magistrale)

18.00-20.00

- Concetto di ipo e iper mobilità
- Concetto di agonista e antagonista
- La componente propriocettiva ( vera e falsa)
- Il pensiero Mezieres i sei aforismi
- Il concetto predominante della lordosi
- Il concetto del riflesso antalgico a priori
- Il riflesso antalgico a posteriori
- Il dolore e i suoi effetti sull'assemblaggio
- Il significato di compenso
- Il concetto del disfare
- Concetto dei crediti
- Come condurre una anamnesi
- Le reazioni durante e dopo il trattamento

*(Lezione Magistrale)*

20.00 Chiusura dei lavori.

**SECONDO GIORNO 8 ore 17 FEBBRAIO 2019**

9.00-10.00

- Test di Fukuda (valutazione delle diverse tensioni muscolari a livello dell'assemblaggio)
- Test articolari del bacino

*(Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti)*

10.00-11.00

Esercitazione sulle tecniche descritte.

*(Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o Tecniche)*

11.00-12.00

Valutazione delle varie posture, i dismorfismi "struttura / Funzione" (il numero d'oro); il diaframma, l'importanza del muscolo respiratorio; Importanza delle tecniche articolari.

*(Lezione Magistrale)*

12.00-13.00

- Valutazione della postura,

- La respirazione: “le coeur du travail Mezieres”
- Come lavorare sul diaframma,
- Il lavoro respiratorio: un messaggio importante,
- Correlazione spalle/diaframma; correlazione lombare/ diaframma.....
- Valutazione dei gruppi muscolari accessori alla respirazione;  
*(Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti)*

**13.00-14.00 Pausa Pranzo**

14.00-15.00

Esercitazione sulle tecniche descritte.

*(Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o Tecniche)*

15.00-16.00

- Tecniche articolari:
  - Valutazioni articolari dell'arto inferiore,
  - Lavoro sul lettino arto inferiore: piede, gamba, anca.

*(Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti)*

16.00-17.00

- Tecniche articolari:
  - Tecnica per l'articolazione coxofemorale “Manovella”
  - Lavoro per il muscolo Psoas;
  - Lavoro per il Piriforme
  - Massaggio dello Psoas;
  - Massaggio del muscolo Piriforme
  - Quando lavorare sul muscolo Piriforme
  - Rapporto Psoas – Piriforme
  -

Quando si consiglia l'uso dei plantari

*(Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti)*

17.00-18.00

Esercitazione sulle tecniche descritte.

*(Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o Tecniche)*

18.00 Chiusura dei lavori.

**TERZO GIORNO 6 ore 16 MARZO 2019**

14.00-15.00

Descrizione delle manovre articolari, loro importanza nell'analisi globale del paziente. Valutazione della fisiologica articularità dei segmenti analizzati. Illustrazione di tecniche articolari specifiche.

*(Lezione Magistrale)*

15.00-18.00

- Tecniche articolari: valutazioni articolari
- Lavoro sul lettino arto superiore:
  - Lavoro sulla spalla
  - Valutazione funzionale del cingolo scapolo-toracico- scapolo-omeroale
  - Valutazione funzionale della prono supinazione
  - Manovra di Charline
  - Lavoro sul lettino sulla cervicale

*(Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti)*

18.00-19.00

Esercitazione sulle posture effettuate e di tutte le manovre articolari , sia dell'arto inferiore che dell'arto superiore.

*(Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o Tecniche)*

19.00-20.00

Lavoro sui piedi ( propriocezione)

*(Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti)*

20.00 Chiusura dei lavori.

### **QUARTO GIORNO 8 ore 17 MARZO 2019**

9.00-10.00

Passaggio dalla postura seduta alla postura eretta con il controllo delle belle linee e dell'appoggio

*(Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti)*

10.00-11.00

Esercitazione sulle tecniche descritte.

*(Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o Tecniche)*

11.00-12.00

Lavoro sul tappeto, vera "riprogrammazione", correzione dei dismorfismi e dei compensi. L'importanza di saper osservare il paziente durante le posture. Il fattore "manualità", accompagnare il paziente lungo il percorso della riprogrammazione posturale.

*(Lezione Magistrale)*

12.00-14.00

- Lavoro sul tratto cervicale al tappeto:
- Presa di contatto con il segmento cervicale:
  - Totò
  - Tire bouchon

- Acceleratore / frizione
  - Mignolo
  - La Respirazione, relazioni funzionali con il tratto cervicale e con il cingolo scapolo-omerale:
  - Lavoro sull'arto superiore sul tappeto:
    - Lavoro della manica (spinta, allungamento)
    - La Respirazione, relazioni funzionali con l'arto superiore
- (Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti)*

14.00-15.00 **Pausa Pranzo**

15.00-16.00

Manovre liberatorie dei tre distretti (Disfare)

*(Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti)*

16.00-18.00

Esercitazione sulle tecniche descritte.

*(Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o Tecniche)*

18.00 Chiusura dei lavori.

### **QUINTO GIORNO\_6 ore 13 APRILE 2019**

14.00-15.00

Non esistono ricette scritte per le patologie dei nostri pazienti, nell'effettuare le posture che affronteremo sarà fondamentale analizzare le condizioni del paziente e la sua sintomatologia, le posture andranno sempre calzate in modo specifico per il nostro paziente che in quel momento abbiamo di fronte.

*(Lezione Magistrale)*

15.00-17.00

- Lavoro sul tappeto per l'arto inferiore:
  - Allungamento della catena posteriore (aforisma di Mezieres)
  - Postura di base per il trattamento dell'arto inferiore
  - Postura in adduzione, lavoro sul Piriforme, sul Tensore fascia lata, glutei, ischio crurali
  - Postura per gli arti inferiori, quando metterla in pratica e a quali rischi si potrebbe andare in contro.
  -
- Diagonali:
  - Postura in posizione supina per la rotazione del tratto dorsale associato all'arto inferiore
  - Postura per la rotazioni del tratto dorsale sul fianco

*(Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti)*

17.00-18.00

Esercitazione sulle tecniche descritte.

*(Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o Tecniche)*

18.00-19.00

- Postura della scimmia;
- Postura seduta:
  - lavoro da seduto sullo sgabello “les modelages”

*(Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti)*

19.00-20.00

- Lavoro antigravitario (occipite-scapole; sacro-bacino)
- Uso dei crediti per avere una buona postura antigravitaria
- Uso degli arti superiori e degli arti inferiori per avvicinarsi il più possibile alle belle linee

*(Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti)*

20.00 Chiusura dei lavori.

### **SESTO GIORNO 8 ore 14 APRILE 2019**

9.00-11.00

Esercitazione sulle tecniche descritte nella giornata precedente.

*(Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o Tecniche)*

11.00-12.00

Tecniche specifiche per il trattamento delle patologie osteoarticolari secondo i concetti della condotta terapeutica Mezieres.

*(Lezione Magistrale)*

12.00-13.00

- Lavoro sul tappeto postura della “Rana”
- Correzione del ginocchio valgo
- Correzione del ginocchio varo
- Sindrome rotulea, sindrome meniscale
- Tendinite del quadricipite, della zampa d’oca
- Coxalgia, trocanterite, pubalgia Coxartrosi, Osgood Schlatter

*(Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti)*

13.00-14.00 **Pausa Pranzo**

14.00-16.00

- Colonna Lombare: come inquadrare una lombosciatalgia di origine muscolare articolare, viscerale, discale.
- Test per la vera o falsa gamba corta/lunga

- Posture a catena chiusa (lavoro in quadrupedica):
  - Il trattamento degli atteggiamenti scoliotici
  - Lavoro in allungamento della catena posteriore , controllo dei compensi e lavoro per annullare le pieghe
  - Lavoro in allungamento della catena posteriore: correzione delle rotazioni della colonna e delle convessità, lavoro in allungamento degli arti superiori
  - Lavoro da seduti sul tappeto con spinta verso l'alto mantenendo le belle linee della colonna
  - Lavoro da seduti sul tappeto davanti al muro per sollecitare le rotazioni della colonna in correzione

*(Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti)*

16.00-18.00

Esercitazione sulle tecniche descritte.

*(Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o Tecniche)*

18.00 Chiusura dei lavori.

### **SETTIMO GIORNO 6 ore 15 GIUGNO 2019**

14.00-15.00

L'importanza della propiocezione, i diversi propriocettori e le loro diverse informazioni, l'importanza di prendere coscienza del proprio corpo, riconoscere un nostro segmento e saperlo muovere dissociandolo da movimenti globali. L'importanza della propiocezione nella rieducazione delle scoliosi (come faccio a correggere se non riconosco?)

*(Lezione Magistrale)*

15.00-16.00

Lavoro sulla propiocezione (uso delle palline sui tratti muscolari, tecnica per rilasciare il muscolo Psoas, propiocezione colonna)

*(Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti)*

16.00-17.00

Lavoro propriocettivo con le spugne di diversa consistenza

*(Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti)*

17.00-18.00

Esercitazione sulle tecniche descritte.

*(Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o Tecniche)*

18.00-19.00

Lavoro propriocettivo da seduti con spinta antigravitazionale .

*(Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti)*

19.00-20.00

Lavoro di dissociazione della colonna in posizione seduta.

*(Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti)*

20.00 Chiusura dei lavori.

### **OTTAVO GIORNO 8 ore 16 GIUGNO 2019**

9.00-11.00

Esercitazione: riepilogo delle posture eseguite.

*(Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o Tecniche)*

11.00-12.00

L'importanza del lavoro in catena chiusa, test.

*(Lezione Magistrale)*

12.00-13.00

- Lavoro in postura quadrupedica
- Lavoro contro il muro per enfatizzare i movimenti della colonna

*(Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti)*

13.00-14.00 **Pausa Pranzo**

14.00-15.00

LA DIAGNOSTICA PER IMMAGINI: Come leggere le radiografie, le TAC, le RMN e come interpretare le ecografie articolari.

*(Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti)*

15.00-16.00

- La rieducazione vestibolare:
  - Anatomia e fisiologia dell'orecchio interno
  - Le vertigini parossistiche benigne, come fare una diagnosi differenziale
  - Cenni sul trattamento

*(Dimostrazioni tecniche senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti)*

16.00-18.00

Esercitazione sulle tecniche descritte.

*(Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o Tecniche)*

18.00-18.30

Prova pratica/ Scheda ECM di valutazione dell'evento formativo da parte dei partecipanti / Questionario Customer Satisfaction

18.30 Chiusura del corso