



# Postural Recovery

## VALUTAZIONE – RACHIDE – ARTI INFERIORI E SUPERIORI

L'ASC Academy e la 3M Training Lab organizza un corso altamente qualificante in "Postural Recovery". Il corso ha l'obiettivo di dare gli strumenti **pratici** per una corretta Valutazione, Strutturazione ed Esecuzione di sedute di attività motoria relativa alle alterazioni paradismorfiche della colonna vertebrale e degli arti superiori ed inferiori. Durante il corso verranno trattati alcuni temi sulla nutrizione associata alla postura.

## PROGRAMMA

### SEMINARIO 1

#### SABATO

Saluti e presentazione, l'ASC e i suoi intenti, introduzione al corso

Valutazione posturale, funzionale, nutrizionale.

- Punti di repere e applicazione dei marcatori
- Analisi in statica e dinamica anche attraverso tecniche di videoanalisi
- Analisi funzionale (misurazione del ROM articolare anche attraverso strumentazione Microgate)
- Test di carattere antalgico

#### DOMENICA

## Valutazione posturale e funzionale.

- Test di Posturologia clinica generale
- Lettura lastra radiografica
- Stabilometria monopodalica e bipodalica
- Composizione di un questionario conoscitivo (algie, lavoro, sonno, dieta, impiego cellulare, computer, sport, abbigliamento consueto, allenamento invisibile ecc.)
- Composizione di una cartella informativa dei vari esami svolti

## **SEMINARIO 2**

### **SABATO**

- Introduzione sui principali Paramorfismi e Dismorfismi del Rachide

#### Mobilizzazione Elasticizzante/ Verticalizzante/Trofizzante del rachide

- Tecniche chinesiolgiche
- Tecniche di mobilizzazione manuale

#### Mobilizzazione Respiratoria toracica ed emitoracica

- Le varie influenze sul rachide
- Tecniche chinesiolgiche
- Tecniche manuali

#### Iperlordosi cervicale

- Introduzione al Paramorfismo
- Mobilizzazione chinesiolgica
- Tecniche manuali
- Conoscenza delle principali ortesi ortopediche
- Rachialgie: mobilizzazione preventiva e compensativa

## Rettificazione del tratto cervicale

- Introduzione al Paramorfismo
- Mobilizzazione chinesiológica
- Tecniche manuali
- Conoscenza delle principali ortesi ortopediche
- Rachialgie: mobilizzazione preventiva e compensativa

## Dorso curvo paramorfico e cifosi dismorfica

- Introduzione al Paramorfismo
- Mobilizzazione chinesiológica
- Tecniche manuali
- Conoscenza dei principali busti ortopedici
- Rachialgie: mobilizzazione preventiva e compensativa

## Para-dismorfismi della gabbia toracica

- Introduzione al Paramorfismo
- Mobilizzazione chinesiológica
- Tecniche manuali

## **DOMENICA**

## Lordosi lombare paramorfica e Iperlordosi

- Introduzione al Paramorfismo
- Mobilizzazione chinesiológica
- Tecniche manuali
- Conoscenza dei principali busti ortopedici
- Rachialgie: mobilizzazione preventiva e compensativa

## Dorso piatto: diminuzione e inversione delle curve del rachide

- Introduzione al Paramorfismo
- Dorsale: mobilizzazione chinesiológica, tecniche manuali
- Lombare: mobilizzazione chinesiológica, tecniche manuali
- Cervico-Dorsale: mobilizzazione chinesiológica, tecniche manuali
- Dorso-Lombare: mobilizzazione chinesiológica, tecniche manuali

## Atteggiamento scoliótico paramorfico e scoliosi dismorfica

- Introduzione al Paramorfismo
- Curva dorsale: Mobilizzazione chinesiológica, tecniche manuali
- Curva lombare: Mobilizzazione chinesiológica, tecniche manuali
- Curva unica totale: Mobilizzazione chinesiológica, tecniche manuali
- Doppia curva lombo-dorsale: Mobilizzazione chinesiológica, tecniche manuali
- Conoscenza dei principali busti ortopedici.

## Adiposità paramorfica

- Introduzione al Paramorfismo
- Mobilizzazione chinesiológica
- Tecniche manuali

## Habitus Astenicus Constituzionalis, Soggetto Ipotonotrofico

- Introduzione al Paramorfismo
- Protocollo Chisionologico

## **SEMINARIO 3**

### **SABATO**

#### Introduzione Paradismorfismi arto superiore

#### Valutazione Funzionale Arto superiore

- Range of Motion (ROM)
- Test di carattere antalgico generale

#### Paramorfismi del Cingolo Scapolo Omerale (CSO)

- Tecniche Mobilizzazione chinesiológica
- Tecniche manuali

#### Disfunzioni dell'arto superiore

- Mobilizzazione chinesiológica
- Tecniche manuali

### **DOMENICA**

#### Introduzione Paradismorfismi arto inferiore

#### Valutazione Funzionale Arto inferiore

- Range of Motion (ROM)
- Test di carattere antalgico generale
- Podoscopia del piede

- Baropodometria

### Articolazione coxo-femorale

- Mobilizzazione chinesiológica
- Tecniche manuali

### Articolazione Ginocchio (valgo, varo, recurvato, flessio, lasso)

- Mobilizzazione chinesiológica
- Tecniche manuali

### Piede (valgo, varo, cavo, piatto)

- Mobilizzazione chinesiológica
- Tecniche manuali

## ESAME PRATICO FINALE

Compilazione di un protocollo chinesiológico sui vari argomenti trattati.