Programma del Corso: Metodo Mézières

1° Seminario

I FONDAMENTI EL METODO

- Presentazione, storia
- Cos'è il metodo Mézières: Concetti base
- La forma determina la funzione -Nozione di forma armoniosa
- Regole fondamentali enunciate da F. Mézières - Le leggi e i principi
- Le diverse modalità di lavoro in Mézières
- Esame del soggetto - lettura del corpo:
- frontale, dorsale, sagittale, in flessione anteriore, supino
- Esame della modalità respiratoria del paziente
- Anatomia palpatoria a livello del torace
- La postura: definizione
- Le 4 Catene Muscolari di Mézières
- La Catena Muscolare Posteriore: descrizione
- Il Diaframma, muscolo della respirazione e della statica
- Lavoro sul Diaframma
- La postura supina
- Azione delle rotazioni e delle inclinazioni del capo sul torace
- La Postura supina A. I. alla verticale
- Regole e modalità: principali compensi e correzioni
- Manovre preparatorie
- Indicazioni e Controindicazioni
- Postura supina semi-globale (esame)
- Postura in piedi in affondo anteriore (dimostrazione)
- caso clinico - trattamento su paziente

2° Seminario

GLI ARTI INFERIORI E IL BACINO

- Ripasso del seminario precedente
- La Catena Muscolare Posteriore a livello degli arti inferiori
- Esame arto inferiore "lettura del corpo"
- Manovre preparatorie
- Anatomia palpatoria del piede
- Postura da seduti: modalità e correz. dei compensi
- Le autoposture
- Ginocchio: anatomo-fisiologia
- I Dismorfismi dell'arto inferiore:
- ginocchio varo – valgo – lavoro pratico
- Le sindromi rotulee
- Il piede: anatomo-fisiologia
- Piede cavo – piatto – lavoro pratico
- Alluce valgo – lavoro pratico
- Azione delle rotazioni e delle inclinazioni del capo sul torace: approfondimento
- L'anca e il bacino: anatomo-fisiologia
- L'osso sacro
- Lo Psoas – lavoro pratico
- Il Piriforme – lavoro pratico
- Il quadrato dei lombi – lavoro pratico
- I muscoli glutei "catena mio-fasciale esterna"

- Postura supini un A.I. verticale alla volta
- caso clinico - trattamento su paziente

3° Seminario

LA COLONNA - CINGOLO SCAPOLARE

- Ripasso del seminario precedente
- La colonna lombare
- Le lombalgie
- Le diverse patologie
- La scoliosi
- Lavoro in postura Mézières per la scoliosi : postura seduta - supina
- Lavoro sulla lordosi interscapolare
- Esame distretto superiore “lettura del corpo”
- Anatomia palpatoria della colonna vertebrale dorso-lombare e del cingolo scapolare
- Postura di riarmonizzazione globale del torace (postura del fazzoletto)
- Sterno e dismorfismi
- L’anello toracico superiore: anatomo fisiologia
- Le diverse patologie a livello del cingolo scapolare: interpretazione e approccio Mézières
- Anatomia palpatoria del cingolo scapolare
- Lavoro sulla lordosi interscapolare
- Lavoro fasciale con spinta centrifuga arti superiori
- Lavoro sugli scaleni – trapezi – angolare della scapola – romboidi
- Lavoro sui muscoli rotatori interni della spalla
- Postura seduti : lavori specifici (arti inferiori - quadricipiti)
- Postura quadrupedica con allineamento
- Atelier di lavoro a gruppi con trattamento tra gli allievi
- Casi clinici – trattamenti su pazienti

4° Seminario

LA COLONNA CERVICALE-ARTI SUPERIORI

- Ripasso del seminario precedente
- La colonna cervicale: anatomo-fisiologia
- Anatomia palpatoria della colonna cervico-dorsale
- Lavoro sul torcicollo
- Ponçage sotto occipitali - Pompage fasciale
- Pompage articolari cervicali
- Micro lavoro in postura Mézières per le vertebre cervicali
- Le sindromi dell'arto superiore
- Anatomia palpatoria
- Analisi dei comportamenti adattativi dell’arto superiore
- Correzioni distali a livello di gomito, avambraccio , mani e dita
- Postura in piedi: in appoggio dorsale
  Postura in affondo anteriore: globare - semiglobale
- Postura in piedi: senza appoggio
- **Sintesi di tutto il corso**
- Elementi di posturologia
- Elementi di Terapia manuale (teoria e pratica)
- Le posture di lavoro Mézières secondarie
- Le dermalgie riflesse
- Revisione di tutte le posture
- Revisione delle autoposture
- Atelier di lavoro a gruppi con trattamento tra gli allievi

- casi clinici - trattamenti su pazienti

CONSEGNA DEI DIPLOMI