

# PROGRAMMA DIDATTICO E FUNZIONAMENTO DEI CORSI AVANZATI PANCAFIT®

Il percorso è strutturato in 10 Corsi Avanzati, ognuno della durata di 1 (UNO) week end.

Per identificare i corsi in modo immediato a ciascuna tematica è stato assegnato un numero progressivo (da 1 a 10), dal momento che dal punto di vista didattico questi corsi sono slegati tra di loro, per cui **è possibile frequentarli nell'ordine che si preferisce** (si può iniziare la formazione con qualsiasi corso avanzato)

**È possibile decidere di frequentare solo alcuni singoli corsi** per proprio interesse, in relazione alla specifica tematica (in questo caso solo su richiesta, viene rilasciata una certificazione di presenza al corso).

**Oppure si può completare l'intero percorso**, ed in relazione a specifiche regole di frequenza (step di verifica e valutazione intermedi da svolgersi con i docenti, tempistiche, ecc) , è possibile sostenere un esame al fine di ottenere l'Attestato di "Formazione Avanzata" ad indirizzo sanitario.

 RACHIDE CERVICALE FUNZIONE VISIVA  TEMATICA 1	 TEMATICA 2 LINGUA E POSTURA	 TEMATICA 3 CATENA TRASVERSA	 TEMATICA 4 COLONNA VERTEBRALE CICATRICI E STP	 TEMATICA 5 ARTI INFERIORI
 SCOLIOSI CRANIO  TEMATICA 6	 TEMATICA 7 DISCOPATIE PROTUSIONI ERNIE AL DISCO	 TEMATICA 8 CINGOLO PELVICO	 TEMATICA 9 I 3 DIAFRAMMI	 TEMATICA 10 ANALISI DELLE STRATEGIE

# **PROGRAMMA DIDATTICO PER OGNI TEMA DEI CORSI AVANZATI PANCAFIT®**

## **1. Interazione tra rachide cervicale, funzione visiva e catene muscolari in un concetto di globalità**

- a. Cenni anatomici, valutazione posturale e analisi della struttura del tratto cervicale.
- b. Tecnica per la palpazione, individuazione e valutazione dello stato delle vertebre cervicali.
- c. Tecniche e manovre per il riequilibrio, riallineamento del tratto cervicale, in modo analitico e in modo globale.
- d. Sviluppo delle strategie di intervento in relazione alle differenti problematiche del paziente.
- e. Tecniche di trattamento dei muscoli superficiali e profondi del tratto cervicale.
- f. Tecniche per la decoaptazione del tratto cervicale attraverso l'Allungamento Muscolare Globale Decompensato su Pancafit® .
- g. Trattamento della "gobba del bisonte" (C7/D1/D2), quale effetto di problematiche respiratorie dirette o indirette (cause da fattori splancnici), attraverso l'uso di tecniche e dello specifico fibrolisore.
- h. Relazioni tra funzione visiva e postura.
- i. Test funzionali dell'occhio: convergenza, occhio dominante, campo visivo, occhiali, test chinesiologici.
- j. Esercizi posturali per i muscoli estrinseci dell'occhio in relazione ai muscoli cervicali e alle catene muscolari in postura decompensata.

Si approfondirà ulteriormente il tema dei compensi attraverso esercitazioni pratiche stimolando la capacità di osservazione e di gestione dei compensi su Pancafit, al fine di una corretta messa in tensione delle catene muscolari.

## **2. Lingua e Catene Muscolari: Relazione tra Disfunzioni Deglutorio, Catene Muscolari, Alterazioni Posturali e Patologie Muscolo-Articolari. Nuova Strategia di Recupero Posturo-Funzionale**

- a. Analisi della forma/struttura e della funzione della lingua all'interno del sistema tonico posturale.
- b. La corretta postura linguale a riposo (lo spot linguale).
- c. Connessioni neurologiche tra spot linguale, aree cerebrali e STP.
- d. Le principali cause della deglutizione scorretta: frenulo corto, allattamento artificiale, conflitti, abitudini viziate.

- e. Conseguenze della disfunzione linguale/deglutitoria su organi, apparati, postura.
- f. Caratteristiche principali della deglutizione corretta e scorretta in base alla spinta linguale.
- g. I test per evidenziare la deglutizione scorretta.
- h. Esercizi di osservazione e "ascolto" della lingua.
- i. Esercizi di osservazione della forma e dei segni del palato.
- j. Relazioni esistenti tra lingua, osso ioide, diaframma, mani e piedi (catena linguale).
- k. Rapporti neuro-muscolari tra lingua, occhi, ATM, muscoli cervico/occipitali.
- l. Trattamento delle tensioni del palato e sutura palatina.
- m. Tecniche di mio-fibrolisi e stretching decompensato della lingua e del frenulo.
- n. Tecniche di mio-fibrolisi e stretching delle labbra e dei muscoli mimici in generale.
- o. Tecniche di autocontrollo e propriocezione della lingua attraverso l'utilizzo di specifici elastici propriocettivi/rieducativi.
- p. Esercizi attivi per il paziente da utilizzare in studio e da ripetere a casa: "postura corretta" della lingua, esercizi per il frenulo, esercizi per le labbra.

Tutti gli esercizi specifici della lingua vengono fatti eseguire in Postura Decompensata su Pancafìt per rispettare il concetto di Globalità ed interessare così l'intero sistema delle catene neuro-muscolari.

Il corso è organizzato per far sperimentare e far scoprire ad ogni studente l'importanza della corretta funzione deglutitoria nella nostra postura. Se per un aspetto, la catena muscolare posteriore è la più antica (nella filogenesi), la catena muscolare linguale è la prima catena che si attiva da dopo il concepimento, strutturandosi a partire dalle primissime settimane di vita intrauterina; per questa ragione e per l'intersecarsi con le altre catene, la lingua assume un'importanza notevole, che si esplica con l'atto deglutorio per almeno 1600-2000 volte al giorno. Una sua disfunzione causa ineluttabilmente una ricaduta sull'intero sistema.

Viene trattato anche il tema del "compito a casa" da assegnare al paziente al fine di memorizzare correttamente e sufficientemente l'informazione (engramma) corretta alla lingua.

### **3. Catena Trasversa: Alterazioni Posturali e Patologie della Spalla, del Gomito, del Polso e della Mano**

- a. Analisi della struttura muscolo-scheletrica dell'arto superiore.
- b. Rapporti anatomo-funzionali dell'arto superiore con il sistema tonico posturale.
- c. Cenni sulle principali patologie dell'arto superiore (periartriti, epicondiliti, tunnel carpale, dito a scatto, rizoartrosi, dupuytren, etc.) e relativi trattamenti.
- d. Valutazione posturale e test funzionali delle articolazioni coinvolte nella catena trasversa.
- e. Tecniche di decontrazione e rilassamento.
- f. Trattamento dei principali muscoli dell'arto superiore.

- g. Esercizi di allungamento muscolare su Pancafìt® e riequilibrio tensivo per la catena brachiale con l'ausilio della parete.
- h. Esercizi propriocettivi per la spalla, per il gomito e per la mano.
- i. Ergonomia delle manovre.
- j. Come affrontare una problematica posturale attraverso il trattamento della catena trasversa, considerando lo stretto rapporto con la catena muscolare posteriore, le catene crociate, la linguale e la diaframmatica.

Verranno analizzate nel dettaglio le relazioni tra i dati emersi dalla “scheda raccolta dati”, gli elementi emersi dall’analisi posturale e quelli emersi dall’analisi delle tensioni delle catene muscolari, per determinare la strategia di approccio e la scelta degli esercizi più consoni a quel paziente.

#### **4. Colonna Vertebrale: Alterazioni del Pilastro Dorso-Lombare e Strategie di Riequilibrio Posturale. Le Cicatrici e loro Influenze sul Sistema Tonico-Posturale**

- a. Analisi della struttura muscolo-scheletrica della colonna vertebrale.
- b. Rapporti anatomo-funzionali e principali disfunzioni a carico del rachide dorsolombare.
- c. Analisi della disposizione delle spinose vertebrali.
- d. Massaggio connettivale superficiale e muscolare profondo.
- e. Apprendimento dell’utilizzo di specifici fibrolisori per il trattamento della zona dorsale.
- f. Esercizi in globalità con Pancafìt® in relazione alle varie alterazioni posturali della colonna vertebrale e patologie: dorso piatto, ipercifosi, iperlordosi, rettificazione o inversione di curva, dorsalgie e lombalgie.
- g. Utilizzo del bastone oscillante per autoallungamento in postura da seduto su Pancafìt®.
- h. Cicatrici, cheloidi, aderenze; cicatrice “madre” e cicatrice “figlia”.
- i. Relazione tra cicatrice, sistema nervoso, metamero, organo, muscolo e postura.
- j. Utilizzo dei test chinesiologici durante il trattamento posturale.
- k. Test di reattività delle cicatrici.
- l. Trattamento delle cicatrici in postura decompensata.
- m. Esercitazioni pratiche per l’utilizzo di test specifici.
- n. La logica causa-effetto: attraverso simulazioni di casi reali si metterà l’accento sulla scelta della corretta strategia di lavoro sulla base degli elementi emersi dalla “scheda raccolta dati”, dall’analisi posturale e dai test funzionali.

#### **5. Arti Inferiori: i Pilastri del Corpo. Dall’Ingegneria del Piede alle Esigenze del Ginocchio. Relative Patologie**

- a. Cenni sulla struttura muscolo-scheletrica del ginocchio e del piede.
- b. Il piede come entrata del STP (organo di moto e di senso); piede adattativo e causativo.
- c. Il piede, mediatore adattatore fra vestibolo, gravità e forze del terreno.

- d. Test di verifica dell'efficacia e della funzione del plantare e delle calzature utilizzate dal paziente.
- e. Trattamento dei muscoli lombrali del piede in postura su Pancafif per recuperare l'interdipendenza e la libertà delle articolazioni del piede.
- f. Come utilizzare la quadrupedia posturale a terra in catena chiusa per i principali paramorfismi e patologie del ginocchio (varo, valgo, flexum, recurvatum, morbo di Osgood Shlatter, condropatie femoro-rotulee, disallineamenti rotulei, gonartrosi, ecc.).
- g. Misurazione dell'entità dei paramorfismi del ginocchio attraverso l'utilizzo del misuratore KRM e relativa comparazione (prima e dopo i trattamenti Posturali per evidenziare immediatamente i cambiamenti); valutazione del vero o falso piede pronato/piatto.
- h. Strategie di intervento sia su Pancafif che con la quadrupedia posturale in catena chiusa per i principali paramorfismi e patologie del piede (piatto, cavo, caduta delle teste metatarsali, Neuroma di Morton, Alluce valgo) ed utilizzo degli accessori (fascette facilitatrici, emisfere, separadita di supporto e assicella).
- i. Esercizio della "quadrupedia capovolta" monolaterale ("gamba singola").
- j. Esercizi propriocettivi per il recupero post-traumatico e la correzione degli schemi motori falsati.
- k. L'importanza dell'analisi posturale nella terapia col Metodo Raggi come strumento di indagine per raccogliere informazioni dal "corpo che parla" e scoprire il "non-detto" del paziente.

## **6. Scoliosi: Intelligente Architettura Antalgica. Strategia e Trattamento in Globalità. Apparato Odontostomatognatico e Cranio: Postura della Bocca, dell'ATM, del Cranio e Sistema Tonico Posturale**

- a. Analisi delle scoliosi e delle possibili cause secondo i concetti del Metodo.
- b. I diversi approcci e le tecniche per affrontare il paziente scoliotico.
- c. Analisi posturale e strategie di intervento attraverso una terapia su paziente scoliotico.
- d. Esercizi di propriocezione del tratto cervico/dorso/lombare per integrazione delle "zone d'ombra".
- e. Utilizzo asimmetrico dei quattro arti per ricreare la simmetria e l'allineamento della postura della colonna e del bacino.
- f. Come impostare un trattamento per la correzione dei gibbi: vari esercizi da eseguire su Pancafif®.
- g. Utilizzo del bastone oscillante nel trattamento delle scoliosi.
- h. Cranio: osservazione della struttura e delle asimmetrie.
- i. Osservazione del palato e relazione con il cranio.
- j. Trattamento fasciale superficiale del cranio.
- k. Cenni di "postura della bocca" ed analisi di base dell'apparato stomatognatico e sue interazioni con il sistema tonico posturale.
- l. Valutazione posturale e funzionale dell'Articolazione Temporo-Mandibolare.
- m. Trattamento dell'ATM attraverso manovre eseguite in postura su Pancafif®.
- n. La postura decompensata su Pancafif® come ulteriore e costante mezzo di indagine: ad ogni azione del terapista deve corrispondere una reazione del

paziente e ad ogni reazione del paziente deve corrispondere un'azione del terapista (principio di azione e reazione nel rapporto paziente – terapista).

## **7. Approccio Globale al Paziente con Discopatie, Protrusioni, Ernie del Disco. Valutazione delle Cause e Relative Strategie di Intervento Posturale**

E' fondamentale in un approccio terapeutico/posturale su paziente con discopatia saper individuare la fonte del danno per evitare recidive nel futuro su metameri sovrastanti o sottostanti. Come indagare la causa che ha prodotto la discopatia come effetto nel tempo.Cosa sono e come valutare le classiche patologie vertebrali.

- a. Descrizione delle discopatie, delle protrusioni, delle ernie del disco contenute, espulse, migrate e delle ernie infraspongiose.
- b. Compressioni radicolari.
- c. Stenosi del canale vertebrale: come intervenire.
- d. Rettificazioni delle curve fisiologiche, loro interpretazione ed impatto patologico.
- e. Analisi di alcune significative indagini per imaging: RX, RMN, TAC.
- f. Metanalisi delle ricerche scientifiche più significative relative all'intervento chirurgico dell'ernia del disco: "l'ernia del disco come questione non chirurgica".
- g. Le recidive post-intervento chirurgico.
- h. La conservativa di carattere Posturale.
- i. Analisi e terapia su paziente con patologia discale ed ernia del disco: test specifici.
- j. Come utilizzare i dati riferiti dal paziente.
- k. La Postura del paziente discopatico, l'esame posturale, le valutazioni cliniche.
- l. La struttura e la funzione.
- m. Quando intervenire, come intervenire, come gestire gli angoli di Pancafif.
- n. Quali manovre utilizzare, quali accessori utilizzare.
- o. Applicazione pratica di un protocollo su paziente discopatico.
- p. Tecniche di approccio viscerale.

## **8. Il Cingolo Pelvico. Patologie e Trattamento di: Bacino, Sacro, Coccige e Articolazione Coxo-Femorale**

- a. Cenni sulla struttura anatomica del bacino e dell'articolazione coxo-femorale.
- b. Test funzionali (R.O.M. dell'anca, test dei pollici montanti) e soggettivi del dolore.
- c. Problematiche relative all'articolazione coxo-femorale (artrosi, displasia, pubalgie, limitazioni funzionali, etc.) e relativo trattamento.
- d. Dismetrie false o reali (la falsa/vera gamba corta); test specifici per individuare la reale differenza o non, della lunghezza degli arti inferiori.
- e. Trattamento dei muscoli periarticolari dell'anca: psoas-iliaco, glutei, piriforme, tensore fascia lata, adduttori, femorali.
- f. Esercizi per la decoaptazione dell'anca in postura decompensata.

- g. Esercizi di quadrupedia posturale con bastone allineatore nelle diverse modalità.
- h. Utilizzo della “fascia per l’anca” per ottenere una maggiore azione decoaptante.
- i. Decoaptazione propriocettiva dell’articolazione coxo-femorale.
- j. Valutazione e trattamento della zona sacrale e coccigea.

Verrà focalizzata l’attenzione in particolare sull’utilizzo dei test funzionali e soggettivi, con l’ausilio dell’analisi posturale, quali guide nella scelta della strategia terapeutica, sia nel corso della singola seduta, sia durante il piano di trattamento.

## **9. Patologie, Alterazioni Funzionali e Strutturali dei Tre Diaframmi: Epigastrico, della Gola e Pelvico**

- a. Nel corso verrà dedicato ampio spazio ad esercitazioni pratiche che permettano al Struttura, rapporti anatomici, interazioni posturali e sinergismi dei tre diaframmi.
- b. Disfunzioni del diaframma epigastrico e relativi trattamenti posturali.
- c. Principali problematiche collegate a disfunzioni del diaframma epigastrico: insufficienza respiratoria, enfisema, deformazioni toraciche (alettoni di Sigaud, depressioni sternali, depressioni sottomammarie, torace carenato, torace a botte, depressione xifoidea, ecc.), ernia jatale, insufficienza circolatoria, ristagni linfatici, ecc.
- d. Disfunzioni del diaframma della gola e relativi trattamenti posturali; “lo stretto della gola”, deficienza vascolare, disfonie, disfagie, etc. Relazione con il tratto cervicale.
- e. Disfunzioni del diaframma pelvico, relazioni con diaframma epigastrico e della gola e relativo trattamento.
- f. Importanza e ripasso della corretta respirazione tecnica nel Metodo Raggi®.
- g. Esercizi di percezione e presa di coscienza della respirazione.
- h. Automassaggio e massaggio superficiale e profondo del diaframma.
- i. Utilizzo del fibrolisore per il diaframma epigastrico e della fascia toracica per i blocchi o le deformazioni del torace.
- j. Respirazione paradossa: individuazione dello schema respiratorio falsato e paradossa terapeutica.
- k. Respirazione energetica e propriocettiva.

Durante il corso corsista potrà sperimentare, come paziente e come terapista, l’importanza della respirazione tecnica, per l’efficacia terapeutica e come ulteriore mezzo di indagine. Verranno inoltre affrontate le possibili reazioni e difficoltà che emergono con i pazienti.

## **10.La Terapia Posturale: l'Arte di Creare Vincenti Strategie per le Numerose Patologie. Analisi delle Cause, degli Effetti e delle Interazioni tra le varie Catene**

- a. Come osservare il paziente anche fuori dalla seduta.
- b. Compilazione della scheda raccolta dati e contemporanea osservazione dei principali “segnali posturali” del paziente.
- c. La cronologia nella raccolta dati anamnestica: l’alternanza tra cause ed effetti.
- d. Analisi posturale dei dettagli: analisi delle linee, delle pieghe cutanee, della forma dell’addome, del colore e dell’odore della pelle, della mappa degli organi, della temperatura del corpo, dei manierismi, dei tic, delle smanie, degli aspetti caratteriali della postura.
- e. La manovra posturale efficace e strategica, nel rispetto del concetto di globalità; come fare a creare strategie funzionali.
- f. Come “terminare” una seduta terapeutico/posturale.

Durante questo corso verrà focalizzata l’attenzione su come interrogare il paziente (la domanda giusta al momento giusto) ricordandosi che: “il paziente mente” perché dimentica, “il corpo nasconde” perché compensa, le zone iper sono solo la conseguenza di zone ipo, le zone ipo sono solo la conseguenza di un disagio. Il corsista avrà modo di vivere su di sé e sperimentare come terapista la rigorosa messa in tensione delle catene secondo il concetto di globalità. Potrà così acquisire maggiori elementi terapeutici per trovare diverse strategie posturali (contemplando uno o più recettori) mirate a scoprire in quale area del corpo si è nascosta, incistata la spina irritativa, ovvero “la causa” (ogni anello delle catene è in grado di occultare traumi e problemi di diversa natura). Sono previsti trattamenti di casi reali ed esercitazioni pratiche a coppie con supervisione e analisi del lavoro svolto da parte del Docente.

## **Orari dei corsi**

Gli orari sono da intendersi inderogabili a beneficio dell’organizzazione e dell’esperienza di ciascun allievo. Leggi le [regole di frequenza](#) per maggiori informazioni.

### **Sabato:**

Registrazione dalle 8.50.

Lavori dalle 9.30 alle 18.30 con 1 ora di pausa.

### **Domenica:**

Registrazione dalle 8.30.

Lavori dalle 9.00 alle 18.00 con 1 ora di pausa.

## **Sedi dei corsi**

- Milano

In relazione al numero dei partecipanti possono essere organizzate più classi di lavoro.

Le sedi dei corso avanzati possono essere:

- Postural Service, Via Giuseppe Cuzzi 2

Oppure

- Hotel Mirage, Viale Certosa 104 (le due sedi sono nella stessa zona e distano tra di loro solo 10 minuti a piedi; l'ufficio di segreteria corsi provvede per tempo a comunicare agli iscritti la sede assegnata)

## **Destinatari corsi**

Possono partecipare ai corsi avanzati i professionisti che hanno completato con successo la formazione base e che possiedono una delle seguenti qualifiche: Medico, Odontoiatra, Fisioterapista, Logopedista, Osteopata, Psicomotricista, Infermiere, Massofisioterapista, Massoterapista MCB, Laureato in Scienze Motorie, Chiropratico, Tecnico di Posturometria, Odontotecnico, Optometrista, Podologo.

## **Attestati**

È possibile decidere di frequentare solo alcuni singoli corsi per proprio interesse, in relazione alla specifica tematica (in questo caso solo su richiesta, viene rilasciata una certificazione di presenza al corso). Oppure si può frequentare l'intero percorso dei 10 temi, ed in relazione a specifiche regole di frequenza (step di verifica e valutazione intermedi da svolgersi con i docenti, tempistiche, ecc) e tempistiche da rispettare, è possibile sostenere un esame al fine di ottenere l'Attestato di "Formazione Avanzata".