# Educazione Posturale

## La tecnica Mézières applicata al gruppo in un'ottica preventiva

**10-11-12 Marzo 2023**
**19-20-21 Maggio 2023**

**ROMA**
**DOCENTE: DOTT. FT. MAURO LASTRICO**

GRUPPO EDITORIALE S.R.L.
FORMAZIONE MEDICO-SCIENTIFICA UNIVERSITARIA

# Obiettivi specifici

## Acquisire la capacità di eseguire:

- osservazione delle modificazioni posturali
- esame obiettivo statico e dinamico
- esecuzione di 10 sedute "tipo"
- programmazione dell'iter terapeutico

## Argomenti trattati:

- obiettivi generali del Metodo
- postura: il modello neurofisiologico, psicosomatico, biomeccanico
- meccanica muscolare
- elementi di fisica: vettori e momenti di forza
- elementi di fisica: equilibrio statico e dinamico
- elementi di fisica: analisi dei sistemi semplici e complessi
- elementi di fisica: caratteristiche dei sistemi complessi
- elementi di fisica: variazione delle linee di forza muscolari in relazione alla postura
- la perdita della simmetria corporea: cause fisiologiche e funzionali
- fisiologia dei centri corticali e di quelli sottocorticali
- il modello biomeccanico
- biomeccanica muscolo-scheletrica: cranio, articolazione temporo-mandibolare, rachide, arti superiori e inferiori
- obiettivi specifici del Metodo
- contrazione isometrica e isotonica
- l'azione muscolare, la coppia agonista-antagonista
- azione sul sistema neurovegetativo
- il confronto morfologico e la forma morfologica di riferimento
- la divisione anatomo-fisiologica in due blocchi (superiore e inferiore)
- le catene muscolari: definizione e fisiologia
- struttura della seduta di gruppo
- la conduzione del gruppo

# Metodi e strumenti

- analisi e discussione didattica sulla struttura delle sedute
- la parte teorica sarà esposta con l'ausilio di materiale visivo e cartaceo
- la parte pratica prevede un coinvolgimento diretto degli allievi nelle esercitazioni: osservazione diretta delle modificazioni posturali su di sé e partecipazione a 10 sedute "tipo"
- è necessario un abbigliamento comodo per le esercitazioni
- è necessario munirsi di un tappetino da palestra
- è necessario munirsi di una sciarpa o foulard

# Programma

## Giorno 1

| | |
|---|---|
| 9:00 - 13:00 | Obiettivi generali del metodo, perdita della simmetria corporea: cause fisiologiche e funzionali, esame obiettivo statico e dinamico; |
| 13:00 – 14:00 | Pausa pranzo |
| 14:00 – 17:00 | 1° seduta: osservazione diretta delle modificazioni posturali su di sé e sugli altri partecipanti, esame obiettivo statico e dinamico, la rappresentazione dello schema corporeo; |
| 17:00 – 18:00 | Discussione didattica sulla seduta: obiettivi terapeutici e mezzi utilizzati. |

## Giorno 2

| | |
|---|---|
| 9:00 - 13:00 | Elementi di fisica: equilibrio statico e dinamico, analisi dei sistemi semplici e complessi; caratteristiche dei sistemi complessi; matematica lineare e non lineare; biomeccanica muscolo scheletrica; |
| 13:00 – 14:00 | Pausa pranzo; |
| 14:00 – 17:00 | 2° seduta: lavoro specifico sui muscoli del dorso; |
| 17:00 – 18:00 | Discussione didattica sulla seduta: obiettivi terapeutici e mezzi utilizzati. |

## Giorno 3

| | |
|---|---|
| 9:00 - 12:00 | 3° seduta: lavori aspecifici di rilassamento e rottura sinergica; |
| 12:00 – 13:00 | Discussione didattica sulla seduta: obiettivi terapeutici e mezzi utilizzati; |
| 13:00 – 14:00 | Pausa pranzo; |
| 14:00 – 17:00 | 4° seduta: impostazione della respirazione terapeutica; |
| 17:00 – 18:00 | Discussione didattica sulla seduta: obiettivi terapeutici e mezzi utilizzati. |

## Giorno 4

| | |
|---|---|
| 9:00 - 12:00 | 5°seduta: lavoro specifico sull'osso ioide e sui disturbi cranio mandibolari; |
| 12:00 – 13:00 | Discussione didattica sulla seduta: obiettivi terapeutici e mezzi utilizzati; |
| 13:00 – 14:00 | Pausa pranzo; |
| 14:00 – 17:00 | 6° seduta: lavoro specifico sul distretto cervicale; |
| 17:00 – 18:00 | Discussione didattica sulla seduta: obiettivi terapeutici e mezzi utilizzati. |

## Giorno 5

| | |
|---|---|
| 9:00 - 12:00 | 7° seduta: lavoro specifico sulla zona infrascapolare; |
| 12:00 – 13:00 | Discussione didattica sulla seduta: obiettivi terapeutici e mezzi utilizzati; |
| 13:00 – 14:00 | Pausa pranzo; |
| 14:00 – 17:00 | 8° seduta: lavoro specifico per bacino ed articolazione del ginocchio; |
| 17:00 – 18:00 | Discussione didattica sulla seduta: obiettivi terapeutici e mezzi utilizzati. |

## Giorno 6

| | |
|---|---|
| 9:00 - 12:00 | 9° seduta: lavoro specifico arti inferiori e piedi |
| 12:00 – 13:00 | Discussione didattica sulla seduta: obiettivi terapeutici e mezzi utilizzati; |
| 13:00 – 14:00 | Pausa pranzo; |
| 14:00 – 17:00 | 10° seduta: lavoro rivolto alla globalità del corpo nelle varie posture; |
| 17:00 – 18:00 | Discussione didattica sulla seduta: obiettivi terapeutici e mezzi utilizzati esame ecm. |

# Informazioni generali

Docente: Dott. Ft. Mauro Lastrico

Sede del Corso: Hotel dei Congressi, Viale Shakespeare, 29 – 00144 Roma (RM)
Tel.: 06.5926021
La struttura è convenzionata per il pernotto dei partecipanti

Il Corso è aperto e accreditato ECM per i professionisti in possesso del titolo di Laurea in:

- Podologia;
- Medicina e Chirurgia (fisiatria, pediatria, oculistica, ortopedia e tutte le specializzazioni);
- Professioni Sanitarie (fisioterapia, tecniche ortopediche);
- Odontoiatria.

Il metodo di verifica prevede un questionario a risposta multipla.
Verranno rilasciati 50 crediti ECM.

E.C.M.
Educazione Continua in Medicina

# Costo e Modalità di iscrizione

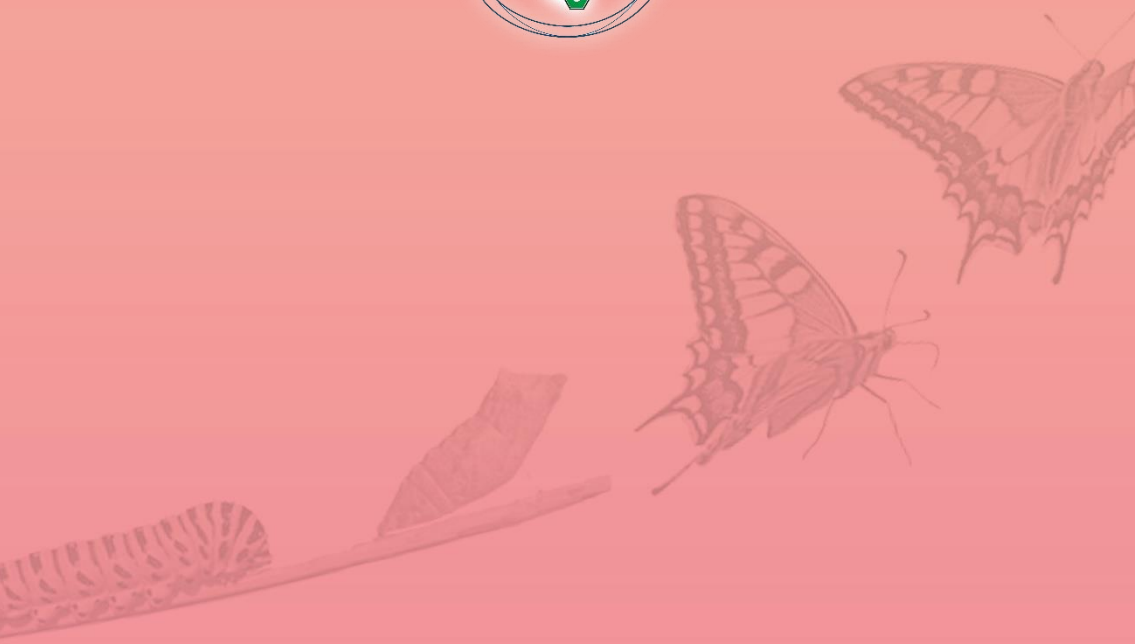
La quota di iscrizione è pari a € 900,00 + IVA 22%, da versare nelle seguenti modalità:

- Acconto pari a € 450,00 + IVA al momento dell'iscrizione;
- Saldo pari a € 450,00 + IVA entro il 01 Marzo 2023

**Coordinate bancarie:**
Gruppo Editoriale Srl
Banca Popolare di Bari
IBAN: IT54S0542475043000001002196
Causale: Iscrizione Corso Educazione Posturale

L'iscrizione si effettua inviando la scheda allegata, compilata in tutti i suoi campi, all'indirizzo email gruppoeditori@gmail.com, e si intende perfezionata alla ricezione della scheda congiuntamente alla ricevuta di pagamento dell'acconto.

---

In caso di mancata attivazione del Corso causa non raggiungimento del numero minimo di iscritti, la quota versata sarà restituita. La quota di iscrizione non è rimborsabile in caso di rinuncia alla frequenza del Corso per motivi personali o cause di forza maggiore e comunque non imputabili alla Gruppo Editoriale Srl. Gli scioperi, le elezioni, le sospensioni per avverse condizioni atmosferiche, i disordini civili e militari, le calamità naturali, gli atti di terrorismo, le epidemie e le pandemie costituiscono cause di forza maggiore e non sono pertanto imputabili alla Gruppo Editoriale Srl, che è sollevata da qualsiasi responsabilità in caso di spostamento delle date e/o della sede del Corso. In tale eventualità, la Gruppo Editoriale Srl provvederà a comunicare tempestivamente ai corsisti le nuove date, in accordo e secondo la disponibilità del docente. Per qualsiasi controversia sarà competente il Foro di Roma

GRUPPO EDITORIALE S.R.L.
FORMAZIONE MEDICO-SCIENTIFICA UNIVERSITARIA