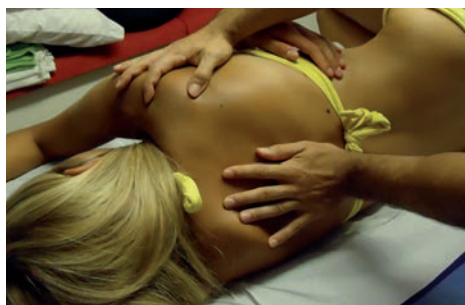


STRETCH & SPRAY - FMT AVANZATO

Il trattamento delle fasce attraverso l'utilizzo dello **Stretch and Spray** è una tecnica terapeutica estremamente efficace che trova applicazione prevalentemente in campo ortopedico e sportivo per il trattamento di patologie muscolo-articolari legate a **situazioni infiammatorie** e stati di marcata contrattura.

Il principio terapeutico su cui si basa la **terapia miofasciale** crioanalgesica dello Stretch & Spray è la possibilità di effettuare una modificazione plastica dei tessuti attraverso l'applicazione combinata di crioterapia (*freddo spray*), lavoro sui Thicken Point (noti anche come **Trigger Point**) e manovre di stretching passivo. Lo Stretch and Spray è una delle pochissime tecniche, se non l'unica, che permette un trattamento locale efficace anche in situazioni di trauma acuto o iperestesia locale. Il corso integra e completa la formazione delle tecniche di Fascia Manual Treatment come modulo avanzato.



PROGRAMMA

>> Fascia Manual Treatment - Stretch & Spray

1° giorno

Mattina

9,00 - 9,30

Registrazione partecipanti

9,30 - 11,00

Introduzione

Il percorso formativo in FMT

Basi di anatomia miofasciale

La fascia: struttura, fisiologia e funzioni

Pool Neuromotori, Thicken Areas e Trigger Point

Dolore locale e dolore riferito

11,00 - 11,30 Break

11,30 - 13,00

Elasticità e plasticità tissutale

Deformazione plastica e fluage

Effetto della temperatura

13,00 - 14,00 Pausa Pranzo

Pomeriggio

14,00 - 16,00

Stretch and Spray: principi generali e funzionamento

Indicazioni terapeutiche e controindicazioni

Varianti della metodica

Zone interdette

Applicazioni pratiche:

Trapezio superiore, medio e inferiore

Prova pratica

16,00 - 16,30 Break

16,30 - 18,00

Muscoli della spalla:

Deltoido anteriore, medio e posteriore

Piccolo pettorale

Gran pettorale

Prova pratica

• Muscoli del braccio:

• Bicipite

• Tricipite

• Brachioradiale

Prova pratica



2° giorno

Mattina

9,00 - 11,00

Discussione sulla 1° giornata e ripetizione

Muscoli dell'avambraccio:

Estensori e Flessori di carpo

Prova pratica

Schiena e tronco:

• Paravertebrali dorsali e lombari

• Quadrato dei lombi, Obliqui dell'addome

• Gran dorsale

Prova pratica

11,00 - 11,30 Break

11,30 - 13,00

Arto Inferiore:

Glutei

Muscoli della coscia:

• Ischiocrurali, Quadricipite, Adduttori

Prova pratica

Muscoli della gamba:

• Tricipite surale, Peronei

• Tibiale posteriore e anteriore

Prova pratica

13,00 - 14,00 Pausa Pranzo

Pomeriggio

14,00 - 16,00

Applicazioni nelle principali patologie muscolari:

Pubalgia

Gomito tennista e del golfista

Lombalgia e sciatalgia

Fascite plantare

Periartrite scapolo omerale

Rigidità/crampi dei polpacci

16,00 - 16,30 Break

16,30 - 17,30

La borsa medica: guida ai materiali da utilizzare

Integrazione con altre tecniche

17,30 - 18,00

Verifica d'apprendimento e consegna attestati