

Gian Marco Trovarelli

# TERAPIA MANUALE IN PERINEOLOGIA



*Edizione italiana a cura di*  
**Enrico Spagnolo**

***edi-ermes***



# **TERAPIA MANUALE IN PERINEOLOGIA**



Gian Marco Trovarelli

# TERAPIA MANUALE IN PERINEOLOGIA

Edizione italiana a cura di  
Enrico Spagnolo

***edi-ermes***

**Responsabile Redazione Libri:** Arianna Ribichesu

**Editor:** Giulia Barollo

**Project Manager:** Giuliana Saviano

**Redazione:** Elena Di Toma

**Impaginazione:** Stefania Calefato

**Foto:** Filippo Toddi

**Disegni:** Raffaella Stilo e Archivio Edi.Ermes

**Responsabile Produzione Libri:** Paolo Ficicchia

© 2024 Edi.Ermes s.r.l.\* – Tutti i diritti riservati

ISBN 978-88-7051-819-1  
eISBN 978-88-7051-820-7

I diritti di traduzione, di memorizzazione elettronica, di riproduzione e adattamento totale o parziale con qualsiasi mezzo (compresi i microfilm e le copie fotostatiche), sono riservati per tutti i Paesi. Le fotocopie per uso personale del lettore possono essere effettuate nei limiti del 15% di ciascun volume dietro pagamento alla SIAE del compenso previsto dall'art. 68, commi 4 e 5, della legge 22 aprile 1941 n. 633.

Le fotocopie effettuate per finalità di carattere professionale, economico o commerciale o comunque per uso diverso da quello personale possono essere effettuate a seguito di specifica autorizzazione rilasciata da CLEARedi, Centro Licenze e Autorizzazioni per le Riproduzioni Editoriali, Corso di Porta Romana 108, 20122 Milano, e-mail [autorizzazioni@clearedi.org](mailto:autorizzazioni@clearedi.org) e sito web [www.clearedi.org](http://www.clearedi.org).

L'Editore ha compiuto ogni sforzo per ottenere e citare le fonti esatte delle illustrazioni. Qualora in qualche caso non fosse riuscito a reperire gli aventi diritto è a disposizione per rimediare a eventuali involontarie omissioni o errori nei riferimenti citati.

La medicina è una scienza in continua evoluzione. La ricerca e l'esperienza clinica ampliano costantemente le nostre conoscenze, soprattutto in relazione alle modalità terapeutiche e alla farmacologia. Qualora il testo faccia riferimento al dosaggio o alla posologia di farmaci, il lettore può essere certo che autori, curatori ed editore hanno fatto il possibile per garantire che tali riferimenti siano conformi allo stato delle conoscenze al momento della pubblicazione del libro. Tuttavia, si consiglia al lettore di leggere attentamente i foglietti illustrativi dei farmaci per verificare personalmente se i dosaggi raccomandati o le controindicazioni specificate differiscano da quanto indicato nel testo. Ciò è particolarmente importante nel caso di farmaci usati raramente o immessi di recente sul mercato.

**Edi.Ermes s.r.l.**

Via G. Spadolini, 7  
20141 Milano  
[www.ediermes.it](http://www.ediermes.it)

Printed in Italy

Finito di stampare nel mese di febbraio 2024 presso LOGO Spa

(\*) Edi.Ermes s.r.l. fa parte di LSWR GROUP

# Presentazione

È stato con piacere che ho accettato di scrivere la Presentazione del libro di Gian Marco Trovarelli.

Infatti è stato lui che, a modo suo, è riuscito a forgiare l'“anello mancante” tra pelvi, perineologia, osteopatia e terapia manuale.

Gian Marco ci trasmette le sue conoscenze con passione e con una pedagogia fuori dal comune.

Questo approccio globale e olistico nell'affrontare i problemi in perineologia ci permette di essere più effi-

cienti e quindi più efficaci nella nostra pratica quotidiana al servizio dei pazienti.

Questo approccio costituisce quindi un importante passo avanti nel modo in cui trattiamo le patologie funzionali addominopelviche.

Uno dei nostri primi studenti, ha percorso veramente un bel cammino a partire dai suoi inizi nel campo dell'“uro-ginecologia”, come si diceva all'epoca.

Che buon vento ti porti Gian Marco!

*Pol Dumont*

È stato un vero piacere conoscere Gian Marco e collaborare con lui all'edizione italiana di questo prezioso libro che arricchirà le conoscenze di tutti i professionisti sanitari che si occupano di riabilitazione perineale, di maternità o di algie pelviperineali.

È un libro ampio e profondo che riassume molti anni di lavoro e spiega con grande efficacia l'importanza del concetto di globalità e come reintegrare il perineo in questo concetto per ottenere risultati stabili nel tempo.

Rappresenta un'efficacissima sintesi tra terapia manuale e riabilitazione, con un approccio semplice e rapidamente

utilizzabile nella pratica, come ampiamente illustrato dalle numerose schede con descrizione dettagliata delle diverse tecniche e come mostrato nei corsi tenuti dall'Autore che ho avuto il privilegio di seguire e dai quali ho appreso molto.

Un libro unico di formazione continua orientata alla pratica, che non può mancare nella libreria di chiunque si occupi di terapia manuale in un campo così complesso e delicato.

I vostri pazienti vi ringrazieranno.

Buona lettura e buona applicazione pratica.

*Enrico Spagnolo*

## Autore



### **Gian Marco Trovarelli**

L'autore, Gian Marco Trovarelli, fisioterapista, posturologo e osteopata, professore di Biomeccanica, esame clinico e perineologia presso Edi.Ermes (Milano) e BÉLSO (Scuola Belga di Osteopatia), insegna in prestigiosi corsi di formazione come quelli di Bernadette De Gasquet (Parigi), Guy Valencogne (Lione), Gianfranco Lamberti (Fossano), Pol Dumont (Mons), ASPUG (Ginevra), Philippe Maréchal (Tolosa).

Oratore e formatore internazionale, è noto per il suo lavoro sulla sintesi struttura-funzione del perineo e per aver integrato il perineo nella postura.

Riconosciuto come un grande specialista in algie perineali, rimane comunque ogni giorno al servizio dei suoi pazienti.

## Curatore



### **Enrico Spagnolo**

Il curatore di questa edizione italiana, Enrico Spagnolo, nella sua "vita precedente" ha conseguito una laurea in Fisica all'Università La Sapienza di Roma e un master in General management all'Università Bocconi di Milano ed è stato dirigente in due multinazionali dell'informatica soggiornando a lungo all'estero.

Nella sua "vita attuale" si è specializzato in diverse terapie manuali ed esercita come osteopata. Ha un master in posturologia clinica ed è stato per alcuni anni presidente di OSTEOPRO (Associazione Italiana Osteopati Professionisti).

Collabora da molti anni con Edi.Ermes come docente, coordinatore di corsi, interprete per docenti stranieri e come traduttore e curatore di libri di terapia manuale e osteopatia.



# Prefazione

Questo libro è destinato a tutti i professionisti, fisioterapisti, ostetriche e osteopati, che si occupano di riabilitazione perineale, di maternità o di algie pelviperineali.

Il primo capitolo si concentra sul trattamento delle comuni disfunzioni perineali: incontinenza urinaria da sforzo, instabilità uretrale e vescicale.

Il secondo capitolo è dedicato alla maternità: le specificità e i disturbi della gravidanza.

Il terzo capitolo tratta delle algie del perineo e cerca di chiarire al lettore la complessità del suo trattamento.

L'opera si colloca al crocevia tra terapia manuale e riabilitazione, presentando tecniche semplici e rapidamente utilizzabili nella pratica.

Il libro riunisce conoscenze di anatomia, biomeccanica e posturologia.

Gli obiettivi sono spiegare con parole semplici il concetto di globalità e reintegrare il perineo in questo concetto.

Un'opera unica, che riflette molti anni di lavoro e di formazione continua, sgravato da teorie superflue e orientato alla pratica affinché **le mani prendano il potere**.

## Ringraziamenti

A tutti i professionisti medici, fisioterapisti, ostetriche, posturologi e osteopati che un giorno hanno incrociato il mio cammino e mi hanno trasmesso le loro immense conoscenze. Si riconosceranno.

A tutte quelle letture, libri e articoli, che un giorno mi hanno fatto uscire dal labirinto in cui mi ero perso.

A tutte quelle persone semplici, provenienti da contesti

svantaggiati, che non potevano permettersi di andare da questo o quel professionista dall'altra parte del Paese, che sono arrivate senza etichette e che mi hanno costretto a riflettere, e ancora riflettere.

A Sandra, Gloria e Victoria.

Da soli, siamo insignificanti.

Grazie  
*Gian Marco Trovarelli*

# Indice

<b>1 Generalità</b> .....	1		
<b>1.1 INTRODUZIONE</b> .....	2		
<b>PARTE I - Disfunzioni posturali</b>			
<b>1.2 DEFINIZIONE DI DISFUNZIONE</b> .....	3		
<b>1.3 PRINCIPALI SQUILIBRI POSTURALI</b> .....	4		
.1 Squilibrio anteriore.....	4		
.2 Squilibrio posteriore .....	5		
.3 Squilibrio laterale .....	5		
<b>1.4 VALUTAZIONE DEGLI SQUILIBRI</b> .....	6		
.1 Verticale di Barré .....	6		
.2 Recettori posturali .....	7		
<i>Recettore oculare</i> .....	7		
<i>Recettore masticatorio</i> .....	7		
<i>Recettore podalico</i> .....	7		
<b>1.5 PRINCIPALI CATENE LESIONALI</b> .....	8		
.1 Catena podoilica ascendente.....	8		
.2 Catena sacrolombare ascendente .....	8		
.3 Catena oculare discendente .....	9		
.4 Catena masticatoria discendente .....	9		
.5 Catena scapolotoracica discendente .....	9		
.6 Catena mista.....	9		
.7 Trattamento delle catene lesionali .....	10		
<b>1.6 ZONE CHIAVE</b> .....	10		
.1 Piede.....	10		
.2 Bacino .....	11		
.3 Cerniera dorsolombare .....	11		
.4 Complesso occipite-atlante-asse.....	11		
<b>1.7 PATOMECCANICA PERINEALE</b> .....	12		
<b>PARTE II - Protocollo di presa in carico</b>			
<b>1.8 CINTURA PELVICA</b> .....	14		
.1 Ossa iliache.....	14		
<i>Ricerca di elementi parassiti</i> .....	14		
Pube .....	14		
<b>S1.1</b> Pube .....	16		
.1 Test del pube .....	16		
.2 Normalizzazione della sinfisi pubica .....	16		
<i>Tecnica globale</i> .....	16		
		Muscolo psoas .....	18
	<b>S1.2</b>	Muscolo psoas .....	18
		.1 Test del muscolo psoas.....	18
		.2 Normalizzazione del muscolo psoas ..	19
		Muscolo otturatore interno .....	20
	<b>S1.3</b>	Muscolo otturatore interno .....	21
		.1 Protocollo di trattamento del muscolo otturatore interno .....	21
		<i>Fase 1 - Test dei muscoli otturatori             interni</i> .....	21
		<i>Fase 2 - Trattamento dei trigger point..</i>	21
		<i>Fase 3 - Stiramento postisometrico             con braccio di leva lungo</i> .....	23
		<i>Fase 4 - Stiramento postisometrico             con braccio di leva corto</i> .....	23
		<i>Fase 5 - Liberazione             del grande trocantere</i> .....	24
		<i>Fase 6 - Rilascio miofasciale</i> .....	25
		<i>Fase 7 - Tecnica neuromuscolare</i> .....	25
		<i>Trattamento per via interna</i> .....	26
		Muscolo retto femorale .....	26
	<b>S1.4</b>	Muscolo retto femorale .....	27
		.1 Test dei muscoli retti femorali .....	27
		.2 Trattamento del muscolo retto femorale .....	27
		<i>Fase 1 - Trattamento dei trigger point..</i>	27
		<i>Fase 2 - Stiramento postisometrico</i> .....	28
		<i>Fase 3 - Tecnica neuromuscolare</i> .....	28
		<i>Trattamento delle ossa iliache</i> .....	29
		Richiami anatomici e biomeccanici.....	29
		Disfunzioni iliache .....	29
		Patomeccanica .....	30
	<b>S1.5</b>	Ossa iliache .....	31
		.1 Test di Rücklauf .....	31
		.2 Test dell'altezza delle spine iliache anteriori superiori.....	32
		.3 Test della distanza ombelico-spina iliaca anteriore superiore.....	32
		.4 Test di posizionamento e mobilità iliaca .....	33
		.5 Test di Downing.....	33
		<i>Protocollo di accorciamento: anca             in abduzione e rotazione interna</i> .....	33

	<i>Protocollo di allungamento: anca in flessione, adduzione e rotazione esterna</i> .....	35		<i>Inibizione dei muscoli paravertebrali</i> ....	53	
	<i>Risultati del test</i> .....	35		<i>Inibizione del muscolo medio gluteo</i> .....	54	
.6	Normalizzazione delle ossa iliache in rotazione anteriore .....	36		<i>Inibizione del muscolo grande gluteo</i> ....	54	
.7	Normalizzazione delle ossa iliache in rotazione posteriore .....	36	.3	Coccige.....	55	
.8	Trattamento generale osteopatico (TGO) per le ossa iliache.....	37		<i>Richiami anatomici e biomeccanici</i> .....	55	
	<i>TGO per outflare e inflare</i> .....	37		Superfici articolari .....	55	
	<i>TGO per anteriorità e posteriorità iliaca</i>	37		Legamenti.....	55	
	Disuguaglianza degli arti inferiori.....	38		<i>Disfunzioni del coccige</i> .....	55	
.2	Osso sacro.....	41		<i>Ricerca degli elementi parassiti e trattamento del coccige</i> .....	56	
	<i>Ricerca di elementi parassiti</i> .....	41	S1.9	Trattamento riflesso del coccige .....	56	
	Lamine pubovesicouterosacrali ....	41		Perineo e cupola pelvica .....	57	
	Muscolo piriforme .....	42	S1.10	Perineo e cupola pelvica .....	58	
S1.6	Muscolo piriforme.....	43	.1	Test globale del perineo.....	58	
.1	Test del muscolo piriforme .....	43	.2	Tecnica dei quadranti .....	58	
.2	Normalizzazione del muscolo piriforme	44		<i>Test di mobilità e densità del diaframma pelvico</i> .....	59	
	<i>Fase 1 - Trattamento del trigger point</i> ..	44		<i>Normalizzazione del diaframma pelvico</i> .....	60	
	<i>Fase 2 - Stretching postisometrico</i> .....	44		<i>Trattamento dei muscoli trasversi del perineo</i> .....	60	
	<i>Fase 3 - Rilascio del legamento ileofemorale</i> .....	45		<i>Reset del centro tendineo del perineo</i> ....	61	
	<i>Fase 4 - Tecnica Step Out Turn Out (SOTO)</i> .....	45	S1.11	Muscolo grande gluteo .....	62	
	<i>Fase 5 - Riequilibrio miofasciale</i> .....	46	.1	Test del muscolo grande gluteo .....	62	
	<i>Fase 6 - Tecnica neuromuscolare</i> .....	46	.2	Normalizzazione del muscolo grande gluteo .....	62	
	<i>Fase 7 - Ipsollecitazione</i> .....	47		<i>Fase 1 - Inibizione dei trigger point</i> ....	62	
	Occipite e colonna cervicale .....	47		<i>Fase 2 - Stiramento postisometrico</i> .....	63	
S1.7	Occipite e colonna cervicale .....	48		<i>Fase 3 - Tecnica neuromuscolare</i> .....	63	
.1	Rilassamento della muscolatura suboccipitale.....	48		Fascia pelvica e aponeurosi perineali .....	64	
.2	Occipite in disfunzione anteriore bilaterale.....	48	S1.12	Fascia pelvica e aponeurosi perineali .....	64	
.3	Occipite in disfunzione posteriore bilaterale .....	49	.1	Normalizzazione di fasce e aponeurosi	64	
.4	Disfunzioni cervicali: test dei gradini delle scale (stair steps test) .....	49		<i>Tecnica della montagna</i> .....	64	
	<i>Trattamento dell'osso sacro</i> .....	50		<i>Sollevamento del bacino (pelvic lift)</i> .....	65	
	Disfunzioni dell'osso sacro.....	50	S1.13	Coccige.....	66	
S1.8	Osso sacro .....	50	.1	Test di flessione del coccige (TFC) ...	66	
.1	Test globale dell'osso sacro: test di posizione.....	50	.2	Test di posizione del coccige .....	66	
.2	Test di Rücklauf .....	51	.3	Normalizzazione del coccige .....	67	
.3	Test del rimbalzo .....	52		<i>Tecnica di correzione spontanea</i> .....	67	
.4	Normalizzazione globale sacrale in posizione prona .....	52		<i>Correzione senza thrust (spinta)</i> .....	67	
.5	Normalizzazione globale sacrale in decubito laterale .....	53		<i>Tecnica del pollice</i> .....	68	
.6	Normalizzazione muscolare della catena sacrale .....	53		<i>Thrust di deflessione</i> .....	68	
				<i>Deviazione laterale del coccige</i> .....	69	
				<i>Mobilizzazione per via interna</i> .....	70	
				<i>Percorso rettale</i> .....	71	
				.4	Tecnica della perla .....	72
					<i>Postura e sistema neurovegetativo</i> .....	72
			1.9	LEGAMENTI E FASCE		
				DEL BACINO.....	73	
			.1	Legamenti .....	73	
				<i>Legamenti ileolombari</i> .....	73	

<i>Legamenti sacroischiatici</i> .....	73	.2 Diminuzione della curvatura lombare .....	89
<b>S1.14</b> Legamenti sacroischiatici .....	74	.3 Squilibri laterali della colonna vertebrale....	89
.1 Tecnica diretta per i legamenti sacroischiatici .....	74		
<i>Lamine</i> .....	75		
<i>Legamenti uterosacrali</i> .....	75		
<b>S1.15</b> Legamenti uterosacrali .....	75		
.1 Tecnica intravaginale .....	75		
.2 Catena fasciale anteriore.....	75		
<i>Richiami anatomici</i> .....	75		
<i>Legamento falciforme</i> .....	76		
<i>Legamento rotondo</i> .....	76		
<i>Anello fibroso dell'ombelico</i> .....	76		
<b>S1.16</b> Catena fasciale anteriore: area sopraombelicale.....	77		
.1 Controllo dell'anello fibroso dell'ombelico: test dell'ombelico.....	77		
.2 Test del diaframma toracico .....	77		
.3 Normalizzazione del diaframma toracico.....	78		
<i>Tecnica di Tredaniel per rilassare le aree subcostali del diaframma toracico</i> .....	78		
<i>Trattamento eccentrico per il rilascio del diaframma toracico</i> .....	78		
.4 Rilascio del legamento falciforme.....	79		
.5 Rilascio del legamento rotondo .....	79		
.6 Rilascio dell'ombelico .....	80		
.7 Rilascio del legamento ombelicale mediale .....	80		
<i>Legamenti pubovesicali e pubouretrali</i> .....	81		
Richiami anatomici e biomeccanici.....	81		
Patomeccanica .....	81		
<b>S1.17</b> Catena fasciale anteriore: legamenti pubouretrali e legamenti pubovesicali .....	83		
.1 Normalizzazione dei legamenti pubouretrali.....	83		
.2 Tecnica dell'oliva.....	83		
<i>Fascia ombelicoprevescicale</i> .....	84		
<b>S1.18</b> Catena fasciale anteriore: fascia ombelicoprevescicale.....	84		
.1 Normalizzazione della fascia ombelicoprevescicale .....	84		
<b>1.10</b> MUSCOLI DEL BACINO .....	85		
<b>1.11</b> COMPONENTE VASCOLARE DEL BACINO.....	85		
<b>S1.19</b> Componente vascolare del bacino .....	86		
.1 Grande manovra addominale .....	86		
.2 Ginnastica decongestionante.....	87		
<b>1.12</b> PERINEO E POSTUROLOGIA .....	87		
.1 Aumento della curvatura lombare .....	89		
		<b>2</b> Perinatalità .....	93
		<b>2.1</b> INTRODUZIONE .....	94
		<b>PARTE I - Disciplinare</b>	
		<b>2.2</b> DISCIPLINARE DELLA PERINATALITÀ ....	95
		.1 Controllo dei compartimenti .....	95
		<i>Stretto superiore</i> .....	95
		<i>Stretto intermedio</i> .....	95
		<i>Stretto inferiore</i> .....	95
		<i>Comparto osseo</i> .....	96
		Ossa iliache .....	96
		<b>S2.1</b> Ossa iliache in gravidanza .....	99
		.1 Esame delle ossa iliache.....	99
		<i>Test di Rücklauf</i> .....	99
		<i>Test di Downing</i> .....	100
		.2 Normalizzazione delle ossa iliache ...	100
		<i>Normalizzazione dell'osso iliaco in anteriorità</i> .....	100
		<i>Normalizzazione dell'osso iliaco in posteriorità</i> .....	101
		<i>Normalizzazione delle ossa iliache in outflare e inflare</i> .....	101
		<i>Trattamento osteopatico generale</i> .....	102
		Osso sacro .....	104
		<b>S2.2</b> Osso sacro depresso.....	104
		.1 Tecnica per l'osso sacro depresso.....	104
		Fase 1 .....	105
		Fase 2 .....	106
		Fase 3 .....	107
		Coccige.....	108
		<b>S2.3</b> Coccige in gravidanza .....	109
		.1 Esame del coccige.....	109
		.2 Normalizzazione del coccige .....	110
		.3 Tecnica della perla in gravidanza.....	110
		<i>Comparto legamentoso</i> .....	110
		Legamenti ileolombari .....	110
		Legamenti sacroischiatici .....	110
		<b>S2.4</b> Legamenti ileolombari in gravidanza .....	111
		.1 Test del legamento ileolombare .....	111
		<b>S2.5</b> Legamenti sacroischiatici in gravidanza .....	112
		.1 Test dei legamenti sacrospinosi.....	112
		.2 Test dei legamenti sacrotuberosi.....	113
		<i>Lamine pubovesicouteroretosacrali</i> .....	113
		Legamenti cardinali di Mackenrodt .....	113
		Legamento largo .....	114

S2.6	Legamento largo in gravidanza .....	115	S2.12	Tendine centrale .....	134
.1	Normalizzazione del legamento largo .....	115	.1	Normalizzazione del tendine centrale	134
	Legamento rotondo .....	115	.2	Normalizzazione delle aponeurosi cervicali .....	135
S2.7	Legamento rotondo in gravidanza .....	116		<i>Trattamento dell'aponeurosi cervicale superficiale .....</i>	135
.1	Normalizzazione del legamento rotondo .....	116		<i>Trattamento dell'aponeurosi cervicale media .....</i>	135
	Movimenti dell'utero intorno ai legamenti .....	116		<i>Rilascio dello stretto toracico superiore...</i>	136
S2.8	Utero in gravidanza .....	117	<b>PARTE III - Sistema neurovegetativo</b>		
.1	Tecnica di mobilizzazione dell'utero..	117	<b>2.6 SISTEMA NEUROVEGETATIVO DELLA DONNA INCINTA.....</b>		137
.2	Tecnica di mobilizzazione dell'utero in decubito laterale .....	117	<b>2.7 DODICESIMA VERTEBRA TORACICA .....</b>		139
	<i>Comparto muscolare .....</i>	118	S2.13	Dodicesima vertebra toracica .....	139
	Muscolo psoas .....	118	.1	Test dei punti prossimali di Bardot...	139
	Perineo .....	118	.2	Normalizzazione della dodicesima vertebra toracica .....	140
	Muscolo grande dentato.....	118	<b>3 Algie perineali .....</b>		141
S2.9	Muscolo grande dentato in gravidanza...	118	<b>3.1 INTRODUZIONE .....</b>		142
.1	Rilascio dell'articolazione scapolotoracica .....	118	<b>PARTE I - Posturoterapia</b>		
.2	Rinforzo muscolare del muscolo grande dentato .....	119	<b>3.2 SISTEMA POSTURALE.....</b>		143
.3	Riequilibrio della zona dorsale .....	119	<b>3.3 BLOCCHI FUORI SISTEMA .....</b>		144
.2	Controllo della cavità addominale .....	120	S3.1	Testa del perone .....	145
	<i>Impatto delle posizioni intrauterine .....</i>	120	.1	Test di mobilità della testa del perone.....	145
	<i>Spazio manometrico addominale .....</i>	120	.2	Normalizzazione della testa del perone.....	145
	Stretto toracico superiore, diaframma toracico e coste inferiori .....	121	S3.2	Prima costa.....	146
S2.10	Stretto toracico superiore, diaframma toracico e coste inferiori .....	123	.1	Test della prima costa .....	146
.1	Test delle coste inferiori.....	123	.2	Normalizzazione della prima costa con tecnica respiratoria.....	147
.2	Tecnica per le coste in chiusura - blocco in espirazione ....	123	.3	Tecnica di autonormalizzazione .....	147
.3	Tecnica per le coste in apertura - blocco in inspirazione...	124	.4	Tecnica di riposizionamento delle coste .....	147
.4	Normalizzazione del centro frenico...	124	<b>3.4 ANALISI DELLA POSTURA .....</b>		149
.5	Rilascio dello stretto toracico superiore.....	125	.1	Esame posturodinamico .....	149
.6	Tecnica per il sollevamento dell'utero	126		<i>Posizione .....</i>	149
.3	Disturbi della gravidanza.....	127		<i>Manovra .....</i>	149
				<i>Interpretazione clinica .....</i>	150
<b>PARTE II - Presa in carico globale</b>			.2	Esame posturostatico.....	151
<b>2.3 PIEDI.....</b>		130		<i>Catena podoilica ascendente .....</i>	152
<b>2.4 TRATTAMENTO GENERALE OSTEOPATICO.....</b>		130		<i>Catena sacrolombare ascendente .....</i>	152
S2.11	Trattamento generale osteopatico.....	132		<i>Catena oculare discendente .....</i>	152
.1	Trattamento generale osteopatico (TGO) degli arti inferiori .....	132		<i>Catena masticatoria discendente .....</i>	153
.2	Trattamento generale osteopatico (TGO) della spalla .....	133			
<b>2.5 TENDINE CENTRALE.....</b>		134			



<i>Catena scapolotoracica discendente</i> .....	153	Segni e sintomi.....	169
<i>Catena mista</i> .....	153	Disordini oculari .....	169
.3 Test di rotazione della testa .....	153	Segnali di attenzione	
.4 Test di Romberg sensibilizzato .....	154	del recettore oculare.....	169
S3.3 Esame della postura.....	154	Osservazione della posizione della testa..	169
.1 Test di rotazione della testa .....	154	Test di convergenza .....	170
.2 Test di Romberg sensibilizzato .....	155	Test di convergenza riflessa .....	170
.3 Normalizzazione del nervo		Covertest .....	170
vestibolococleare (VII nervo cranico)	155	<i>Trattamento del recettore oculare</i> .....	170
.4 Test delle catene stabilizzatrici .....	156	S3.6 Trattamento del recettore oculare.....	171
.5 Test del quadrilatero pelvipodalico ....	157	.1 Normalizzazioni neurali .....	171
3.5 TRATTAMENTO		<i>Normalizzazione del nervo ottico</i>	
DEI RECETTORI POSTURALI .....	158	( <i>II nervo cranico</i> ) .....	171
.1 Recettore podalico .....	158	<i>Normalizzazione del nervo oftalmico</i>	
<i>Esame del recettore podalico</i> .....	158	( <i>VI nervo cranico</i> ).....	171
Segni e sintomi.....	158	<i>Normalizzazione del nervo di Arnold</i>	
Segnali di attenzione		( <i>ramo meningeo ricorrente</i> ).....	172
del recettore podalico .....	158	.2 Normalizzazione del muscolo starter ..	173
S3.4 Esame del recettore podalico.....	158	<i>Normalizzazione del bulbo oculare</i> .....	173
.1 Esame del retro piede .....	158	<i>Inibizione dei muscoli rotatori cervicali</i>	174
.2 Test della matita .....	159	<i>Inibizione del muscolo lungo del collo</i> ....	174
.3 Test di appoggio monopodalico.....	159	.3 Recettore masticatorio.....	175
<i>Trattamento del recettore podalico</i> .....	160	<i>Fisiologia</i> .....	175
S3.5 Trattamento del recettore podalico.....	160	<i>Esame del recettore masticatorio</i> .....	176
.1 Silenziamento dei muscoli starter		Disfunzioni biomeccaniche	
del piede .....	160	dell'articolazione	
<i>Silenziamento del muscolo flessore</i>		temporomandibolare .....	176
<i>breve dell'alluce</i> .....	160	Segni e sintomi.....	177
<i>Silenziamento del muscolo adduttore</i>		Segnali di attenzione	
<i>dell'alluce</i> .....	161	del recettore masticatorio .....	177
<i>Silenziamento del muscolo abduttore</i>		Test dell'osso ioide.....	177
<i>dell'alluce</i> .....	161	Esame dinamico dell'articolazione	
<i>Silenziamento del muscolo abduttore</i>		temporomandibolare .....	177
<i>del mignolo</i> .....	161	Test del recettore masticatorio .....	178
.2 Inibizione del muscolo associato .....	162	Palpazione statica e dinamica	
.3 Normalizzazione articolare		dei muscoli e dell'articolazione	
del recettore podalico .....	163	temporomandibolare .....	178
<i>Normalizzazione dell'osso cuboide</i>		Test di Krogh-Poulsen .....	178
<i>e dell'osso scafoide</i> .....	163	Trattamento del recettore masticatorio ..	178
<i>Normalizzazione</i>		S3.7 Trattamento del recettore masticatorio ..	179
<i>dell'articolazione tibiotarsica</i>		.1 Normalizzazione neurale del nervo	
<i>per trazione-decoattazione</i> .....	164	mascellare (V <sub>2</sub> ) .....	179
<i>Normalizzazione delle ossa cuneiformi</i>		.2 Inibizione della mandibola .....	179
<i>in blocco plantare</i> .....	164	.3 Silenziamento dei muscoli starter	
<i>Test del collo dell'astragalo</i> .....	165	dell'articolazione	
<i>Normalizzazione dell'astragalo</i> .....	165	temporomandibolare .....	180
.2 Recettore oculare .....	168	<i>Silenziamento e stiramento</i>	
<i>Fisiologia</i> .....	168	<i>postisometrico dei muscoli</i>	
<i>Patologie funzionali oftalmiche</i> .....	169	<i>pteroidei</i> .....	180
Disturbi della convergenza .....	169	<i>Normalizzazione dell'osso ioide</i> .....	180
Disturbi del parallelismo degli assi visivi..	169	<i>Normalizzazione dell'articolazione</i>	
<i>Esame del recettore oculare</i> .....	169	temporomandibolare .....	181

<b>3.6 REINIZIALIZZAZIONE DEI PROPRIOCETTORI MUSCOLARI.....</b>	182	<b>3.9 ALGIE DI ORIGINE NEURALE .....</b>	197
<b>S3.8</b> Reinizializzazione dei propriocettori muscolari .....	182	.1 Irritazione dei nervi ileoipogastrico e ileoinguinale .....	197
.1 Trattamento dell'arto inferiore .....	182	<i>Nervo ileoipogastrico</i> .....	198
<i>Normalizzazione della catena       anteriore</i> .....	182	<i>Nervo ileoinguinale</i> .....	198
<i>Normalizzazione della catena interna</i> ..	183	<i>Sintomi</i> .....	198
<i>Normalizzazione della catena       posteriore</i> .....	183	<i>Eziologia</i> .....	199
<i>Normalizzazione della catena esterna</i> ..	184	<i>Esame e trattamento</i> .....	199
.2 Trattamento dell'arto superiore .....	184	<b>S3.10</b> Normalizzazione della cerniera dorsolombare .....	200
<i>Normalizzazione della catena anteriore</i>	184	.1 Tecnica a cavallo .....	200
<i>Normalizzazione della catena interna</i> ..	185	.2 Tecnica in piedi .....	201
<i>Normalizzazione della catena posteriore</i>	185	.3 Tecnica in decubito ventrale .....	202
<i>Normalizzazione della catena esterna</i> ..	186	.2 Irritazione del nervo dorsale del clitoride .....	203
		<i>Trattamento del nervo dorsale del clitoride</i> .....	203
		.3 Irritazione dei nervi anococcigei e del ganglio impari .....	204
		<i>Trattamento della sindrome anococcigea</i> .....	204
		.4 Irritazione cluneale .....	204
		<i>Localizzazione dei nervi cluneali</i> .....	205
		<i>Zone di conflitto dei nervi cluneali</i> .....	205
		<i>Trattamento     della sindrome cluneale</i> .....	205
		.5 Irritazione del nervo pudendo .....	205
		<i>Percorso del nervo pudendo     e zone di irritazione</i> .....	206
		Zona di irritazione 1: il muscolo piriforme .....	206
		Zona di irritazione 2: pinza legamentosa .....	206
		Zona di irritazione 3: prolungamento falciforme .....	206
		Zona di irritazione 4: canale di Alcock .....	206
		<i>Topografia del dolore causato     da una nevralgia del nervo pudendo</i> .....	207
		<i>Trattamento della sindrome     del nervo pudendo</i> .....	207
		<b>3.10 TECNICHE NEURALI .....</b>	208
		<b>S3.11</b> Normalizzazione neurale dei recettori posturali .....	208
		.1 Normalizzazione neurale del recettore podalico .....	208
		.2 Trattamento neurale del nervo trigemino per la normalizzazione del recettore oculare .....	208
		.3 Trattamento neurale del nervo trigemino per la normalizzazione del recettore masticatorio .....	209
		<i>Punto di contatto suborbitale</i> .....	209
		<i>Punto di contatto sul mento</i> .....	209
<b>3.7 ALGIE DI ORIGINE MIOFASCIALE .....</b>	187		
.1 Tono e ipertonìa .....	187		
.2 Dolore pelvico miofasciale .....	188		
.3 Ricerca dei trigger point .....	189		
4. Trattamento delle algie di origine miofasciale .....	189		
<i>Compressione ischemica</i> .....	189		
<b>S3.9</b> Trattamento delle algie di origine miofasciale .....	189		
.1 Trigger point del muscolo grande gluteo .....	189		
.2 Trigger point del muscolo grande adduttore .....	190		
<i>Localizzazione del trigger point</i> .....	190		
<i>Rilascio del punto fisso coxofemorale</i> ..	190		
.3 Trigger point del muscolo obliquo esterno dell'addome .....	191		
.4 Trigger point del muscolo sfintere anale .....	192		
.5 Sindrome del muscolo piriforme .....	193		
.6 Sindrome del muscolo otturatore interno .....	194		
.7 Sindrome del muscolo psoas .....	194		
.8 Sindrome del muscolo elevatore dell'ano .....	194		
.9 Sindrome del muscolo trasverso profondo .....	195		
<i>Normalizzazione del muscolo trasverso       profondo</i> .....	196		
<b>3.8 ALGIE DI ORIGINE OSSEA.....</b>	196		
.1 Coccige .....	196		
<i>Algie legate al ganglio impari</i> .....	196		

## PARTE II - Algie pelviperineali

<b>S3.12</b> Normalizzazione nelle sindromi neurali.....	210	.4	Normalizzazione del nervo dorsale del clitoride.....	211	
.1	Normalizzazione dei nervi clunali inferiori .....	210	.5	Normalizzazione del nervo anococcigeo .....	211
.2	Normalizzazione del nervo ileoinguinale .....	210	.6	Normalizzazione del nervo pudendo.....	212
.3	Normalizzazione del nervo ileoipogastrico.....	211	<b>Bibliografia</b> .....	213	