







Postura e Fascia

(Raggi Method®)

Prof. Daniele Raggi Dott. Francesco Spagnolo



Buongiorno a tutti e grazie per la vostra partecipazione.

Un doveroso e sentito ringraziamento anche al Dott. S. Colonna e a tutto lo Staff di Spine Center per l'invito a questo straordinario evento.

Vorrei iniziare con il presentarmi e quanto meno, dirvi di cosa mi occupo.

(Premetto che questo intervento doveva esser condiviso con il Prof. Daniele Raggi che, per motivi professionali, oggi non potrà esser qui con noi) Sono Francesco Spagnolo, terapista e docente del Raggi Method®; mi occupo di posturologia.

In mio intento oggi è quello di condividere con voi quella che è la nostra "clinica quotidiana" in materia di postura e fascia.

(Raggi Method®)





Per rispondere a questa domanda è necessario prima chiarire che cosa intendiamo con il termine "postura"



Postura è

... un insieme di **informazioni e di memorie*** che organizzandosi tra loro costituiscono un agglomerato cellulare detto: "corpo".

*(Pembrey, Boncinelli, I. Mansuy, Hannon, Zannas , Kellermann, Ali B. Rodgers, Balerci e Pierantoni, Miller WB Jr, B. Bordoni)





Ci sono informazioni antecedenti al concepimento (memorie transgenerazionali, memorie comportamentali, DNA...),

altre derivanti dal concepimento

(volontà e/o desiderio di sostenere o meno una gravidanza, etc..),

dalla gravidanza (a termine o no, con compli

J Bodyw Mov Ther. 2015 Jul;19(3):526-43. doi: 10.1016/j.jbmt.2015.03.002. Epub 2015 Mar 14.

A unifying neuro-fasciagenic model of somatic dysfunction - Underlying mechanisms and

treatment - Part II. caucazione e di cultura ricevuta... Tozzi P1.

dal tipo di alimentazione... dai diversi traumatismi dalla tipologia di

* Effectiveness of communicative and educative strategies in chronic low back pain patients: A

Author links open overlay panelValerioBarbari®LorenzoStorari®AldoCiuro®MarcoTesta® 2s://doi.org/10.1016/j.pec.2019.11.031Get rights and content

The Sensory Neurons of Touch

VICTORIA E. Abraira: and David D. Ginty:

The Solomon H. Snyder Department of Neuroscience, Howard Hughes Medical Institute, The Johns Hopkins University School of Medicine, Baltimore, MD 21205, USA

*Correspondence: dgirtly@jhmi.edu http://dx.doi.org/10.1016/j.neuron.2013.07.051





Tutte queste posture, difatti, sono il risultato di *informazioni* che ne hanno determinato tanto la *forma* quanto *le funzioni*

creando l'eterno gioco fra

FORMA

FUNZIONE

Una "buona funzione" è quasi sempre espressione di struttura integra, ma è anche vero che tutto ciò che ne modifica (informatizzando) la struttura, ha il potere di alterarne le funzioni.

(creando disfunzioni)

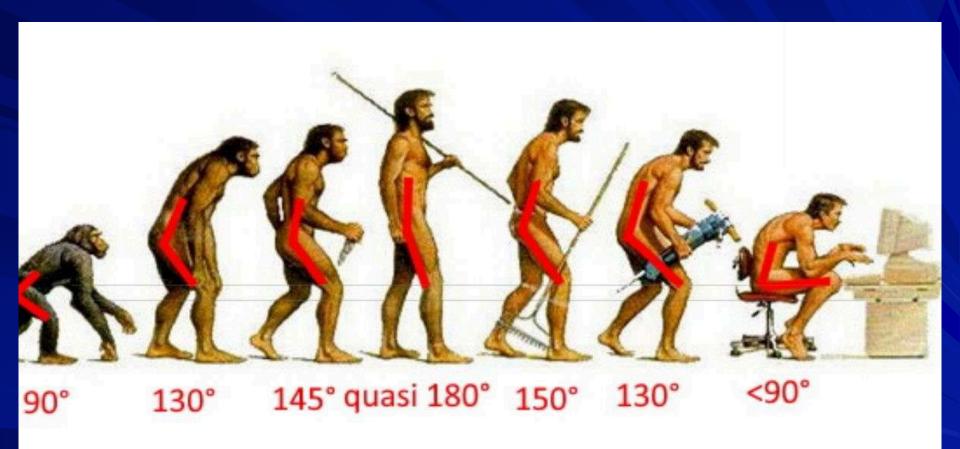
Ad sempio, la perdita della fisiologica lordosi lombare (forma) è associata alla probabilità di una minor tolleranza ai carichi interni/esterni (riduzione di funzione) e quindi ad una maggior incidenza di sovraccarichi funzionali, protrusioni, ernie al disco, radicolopatie, etc...



... ma allora, queste stesse informazioni, ci **formano** (*informatizzandoci*) e ci deformano al tempo stesso, dando cosi vita a molte delle nostre **POSTURE COMPENSATE**



"La vita ci forma ed al tempo stesso, ci deforma" (D. Raggi)



EVOLUZIONE POSTURALE

La variabile *tempo* è l'elemento che permette la formazione di *adattamenti compensativi* per sopravvivere..., nel tempo.

Il tempo plasma ogni forma





"La nostra postura odierna diventa quindi l'ombra della vita vissuta" (D. Raggi)



La nostra postura è rappresentata anche dal mantello emozionale che incarna tutti i nostri conflitti.





La nostra postura, è anche il frutto del fragile e delicato equilibrio..., fra ciò che siamo dentro e ciò che siamo fuori...

Oggi, quindi, la nostra postura é tutto ciò che rimane dopo aver esperito ogni tentativo per poter evitare dolori" (D.R.).



Infatti, per il STP,
il dolore ha la priorità,
perché il sistema biologico
interpreta questo segnale
come una
"minaccia alla sopravvivenza"!

Il dolore è il peggior nemico della Postura

Pain Ther (2013) 2;21-36 DOI 10.1007/s40122-013-0006-y

REVIEW

Myofascial Pain Syndrome: A Treatment Review

A Comprehensive Review of the Treatment and Management of Myofascial Pain Syndrome

Annemarie Galasso ¹ · Ivan Urits ² · Daniel An ¹ · Diep Nguyen ³ · Matthew Borchart ⁴ · Cyrus Yazdi ² · Laxmaiah Manchikanti ⁵ · Rachel J. Kaye ⁶ · Alan D. Kaye ⁷ · Ken F. Mancuso ⁶ · Omar Viswanath ^{7,8,9,10}

© Springer Science+Business Media, LLC, part of Springer Nature 2020

Ma, la peggior minaccia, è la "spina irritativa silente"

(disagio non cosciente...)

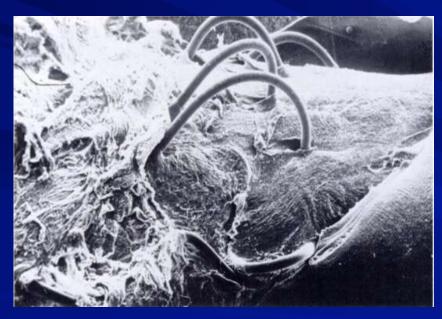
Questo tipo di perturbazione è peggio del dolore manifesto... perché subdolo.

(galvanismi endo/eso-orali, cicatrici, disbiosi, conflitti, problematiche visive, deglutitorie, malocclusioni, etc..)

Ecco un esempio di spina irritativa silente: galvanismo, retiner...

MISURAZIONE DI GALVANISMI CAUSATI DA METALLI (RETINER, CORONE, ORECCHINI, PIERCING, ETC.) Cicatrice Irene. Interrogare "dolcemente" il sistema delle caente..., ciò che fa la differenza è la globalità

Evidence Based Scar Adesion



No Mobilization on Tendon



Mobilization on Tendon



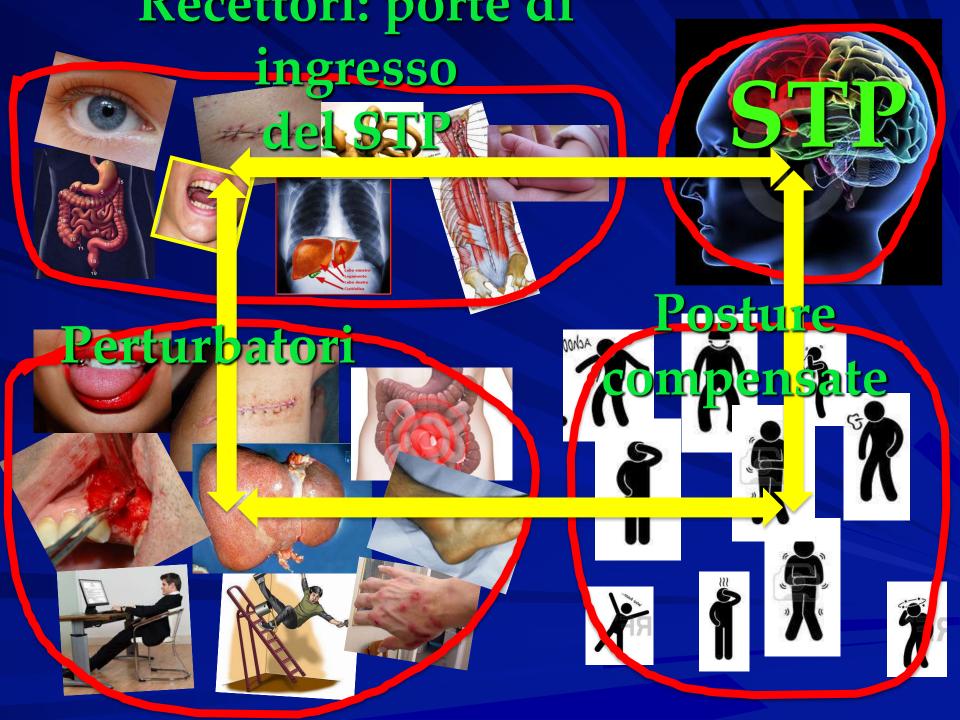
Anche la più piccola "perturbazione recettoriale" è in grado di provocare grandi alterazioni posturali...
...una logica "non lineare " (D. Raggi).

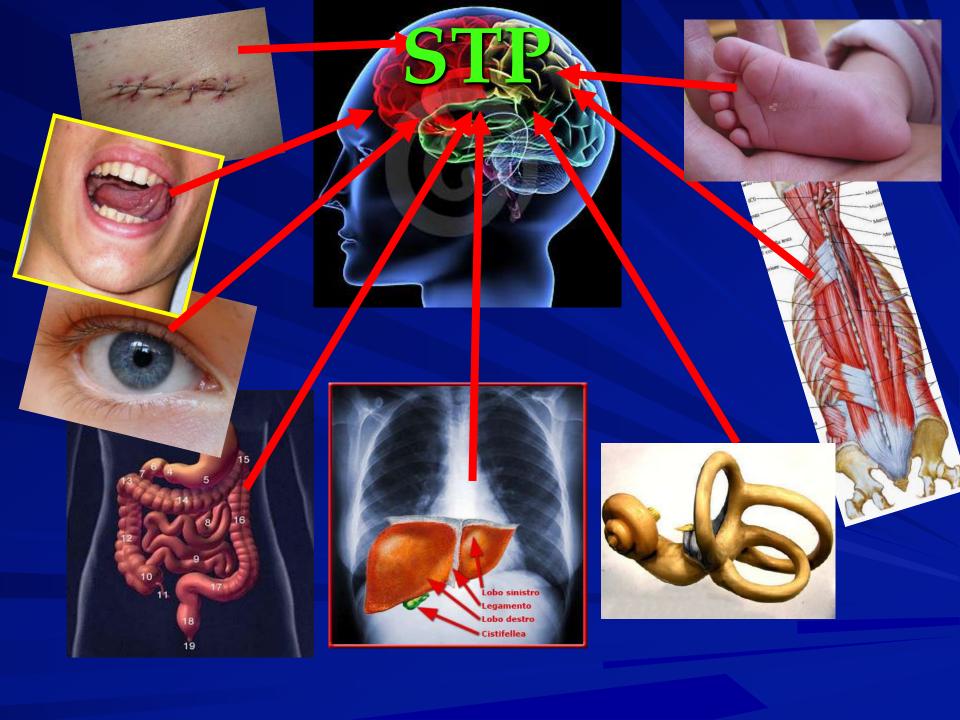
La postura si adegua a perturbazioni sia interne che esterne al corpo... (insulti interni ed esterni),



Ecco alcuni perturbatori della Postura



















E il DIAFRAMM grande "regista" di tutte le catene, è sempre ed inevitabilmente coinvolto.

(Funzione di sentinella)

(PE Souchard, L. Bousquet, D. Raggi)



Christina Zelano, Heidi Jiang, Guangyu Zhou, Nikita Arora, Stephan Schuele, Joshua Rosenow, and Jay A. Gottfried of Navigraphies 7 December 2018, 35 (49) 12445-12467; DOI: https://doi.org/10.1520/JNEUROSCI.2565.15.2016.

Video diaframma – catena glossopodalica

... ma anche la lingua può essere effetto (LINGUA TORSIONALE), ad esempio di una cicatrice... (bidirezionalità dei fenomeni)



La Postura è un sistema complesso perché multifattoriale...

- 1) emozioni/conflitti (nato desiderato o non, etc.)
- 2) fattori ereditari, abitudini, sport, stile di vita...
- 3) stifness/viscoelasticità/densificazione della fascia
- 4) biochimica, disbiosi, parassitosi...
- 5) patologie organi interni...
- 6) traumi, estrazioni, cicatrici, disfunzioni deglutitorie, masticatorie, disfunzioni visive, galvanismi...
- 7) impatti ambientali, (elettro smog, geopatie, etc.)...
- 8)

Tutto ciò che ha il potere di influenzare la postura del corpo...

... imfluenzerà inevitabilmente, anche il sistema fasciale.

(come veilremo aventi la stessa matrice)

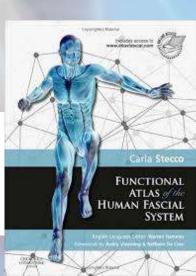
Journal of Multidisciplinary Healthcare

Dovepress



COMMENTARY

Clinical and symptomatological reflections: the fascial system



Non a caso le ultime revisioni scientifiche definiscono la fascia:

"un organo funzionale di stabilità e mobilità, innervato e continuo, formato da una matrice collagenica tridimensionale."

(R. Schleip 2007, C. Stecco 2016, B. Bordoni 2022)

DOI: 10.7759/cureus.25904

Fascial Nomenclature: Update 2022

Bruno Bordoni 1 , Allan R. Escher 2 , Filippo Tobbi 3 , Luigi Pianese 4 , Antonio Ciardo 5 , Jay Yamahata 6 , Saul Hernandez 7 , Oscar Sanchez 8

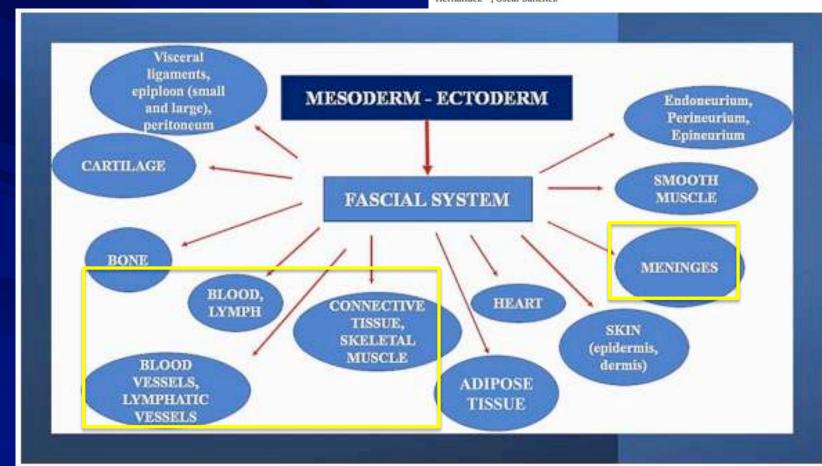
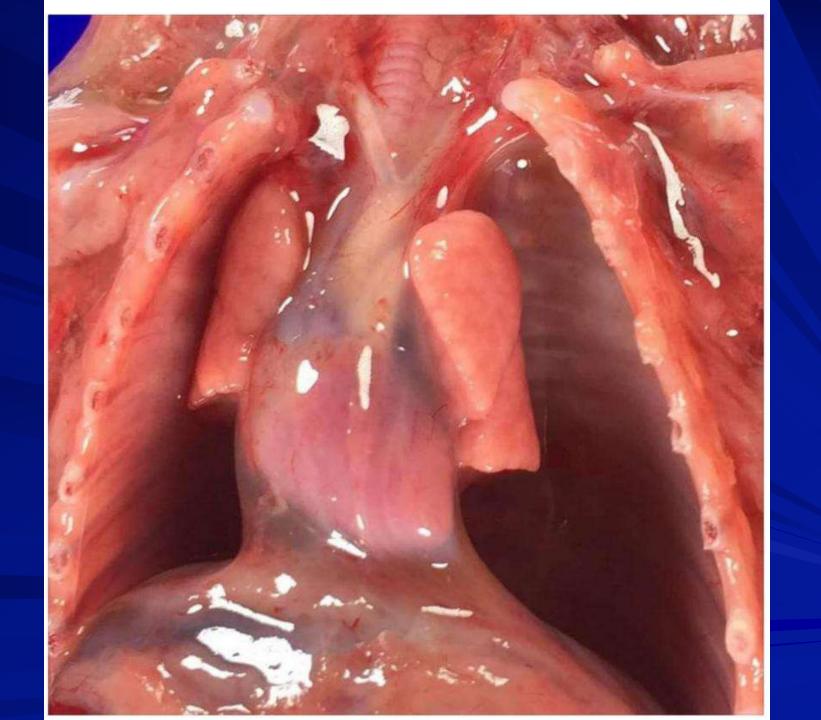


FIGURE 1: The figure illustrates the tissues that could be considered as fascial tissue, originating from the mesodermal and ectodermal sheets

Reprinted with permission from the authors' earlier article; Bordoni et al. [32]



L'attuale revisione scientifica del concetto di fascia, ancora non completamente esaustivo, data la sua complessità, vuol comunque spingerci a riflettere sulle potenzialità cliniche un trattamento della fascia.

DOI: 10.7759/cureus.25904

Fascial Nomenclature: Update 2022

Bruno Bordoni 1 , Allan R. Escher 2 , Filippo Tobbi 3 , Luigi Pianese 4 , Antonio Ciardo 5 , Jay Yamahata 6 , Saul Hernandez 7 , Oscar Sanchez 8

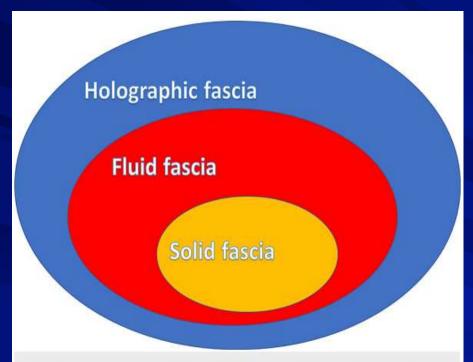


FIGURE 2: Schematic diagram illustrating the greater influence of the oscillations (holographic fascia), compared to the fluid fascia and the solid fascia. It is the nano-movements of biophotons and biophonons that determine behavior at the macroscopic level

Figure Source: Bruno Bordoni

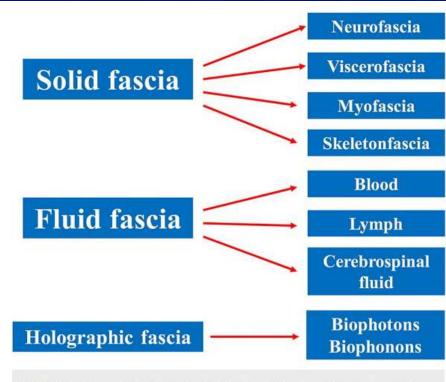


FIGURE 3: The subdivision highlights the existence of the holographic fascia, compared to the classic fascial subdivisions; in addition, the list recalls the existence of different tissues, such as bone and fluid fascia

Figure Source: Bruno Bordoni

Il sistema fasciale, per sua natura si configura quindi come il sistema "cibernetico"informatore-connettore-conduttoretrasduttore-metabolico per eccellenza del sistema delle catene neuromiofasciali. (postura)

(med. quantistica)

Catene neuromiofasciali: percorsi codificati, ma solo sul cadavere



Le catene sul vivo, hanno percorsi logici ma non lineari, non codificabili, non prevedibili.



Review

> PM R. 2016 Feb;8(2):161-8. doi: 10.1016/j.pmrj.2015.06.006. Epub 2015 Jun 14.

Fascial Disorders: Implications for Treatment

Antonio Stecco ¹, Robert Stern ², Ilaria Fantoni ³, Raffaele De Caro ⁴, Carla Stecco ⁵

Affiliations + expand

PMID: 26079868 DOI: 10.1016/j.pmrj.2015.06.006

Questo perché, ciascuno di noi, modella e plasma le proprie catene, sulla base delle proprie esperienze creando e ricreando strategie funzionaliposturali, atte a garantire la miglior forma di sopravvivenza possibile:

I COMPENSI POSTURALI

Compenso Antalgico:

"soluzione intelligente"

per sfuggire a

disagi o dolori.

(massimo grado di funzionalità possibile, con la minima spesa energetica possibile, per soddisfare i bisogni primari)

Ma ogni compenso, di fatto, non è una soluzione!

E' un tampone momentaneo che ha un costo in termini di energia e causerà nel tempo: ulteriori compensi...disfunzioni... stanchezza... stati flogistici... alterazione della MEC a più livelli... dolori o più limiti nel futuro per essere stati "tesi e storti" tutto il tempo.

..ogni tentativo di compenso attuato per risolvere un problema nel presente, sarà responsabile di alterazioni posturali e problemi nel futuro, anche in punti diversi dalla causa iniziale.

(fenomeno migratorio delle tensioni)

"Laddove si manifesta l'effetto non vi è la causa" (F. Mézières)

In conclusione

Ogni volta che il corpo si scontra con una perturbazione, Compensa.

Il sistema fasciale è il mediatore di ogni adattamento*.

Ogni compenso si attua inevitabilmente nel rispetto delle leggi della postura

(Non dolore, Economia, Bisogni)

A fronte di un compenso, si crea un nuovo "schema di movimento" (adattativo)

Ogni nuovo schema di movimento, diventa una "nuova catena neuro-mio-fasciale"

Esistono tante catene quanti sono stati i compensi che il corpo ha vissuto...

(... il sistema fasciale ne palesa gli adattamenti...)

Ogni compenso, nella misura in cui altera la fisiologia fasciale-vascolarearticolare (etc..), creerà nel tempo nuovi limiti... Possibili algie...

The Prevalence of Postural Asymmetry in People With and Without Chronic Low Back Pain

Per ripristinare la libertà originale, bisogna agire attraverso adeguati stimoli, in globalità, con posture decompensate® il cui compito è quello di far "parlare" le catene

Le posture decompensate®, liberando dai vecchi engrammi patogeni, sono in grado di restituire funzioni, libertà e benessere!

Meta-Analysis > Am J Phys Med Rehabil. 2017 Feb;96(2):124-130. doi: 10.1097/PHM.000000000000575.

Effectiveness of Global Postural Re-education for Treatment of Spinal Disorders: A Meta-analysis

Rafael Lomas-Vega ¹, María Victoria Garrido-Jaut, Alma Rus, Rafael Del-Pino-Casado

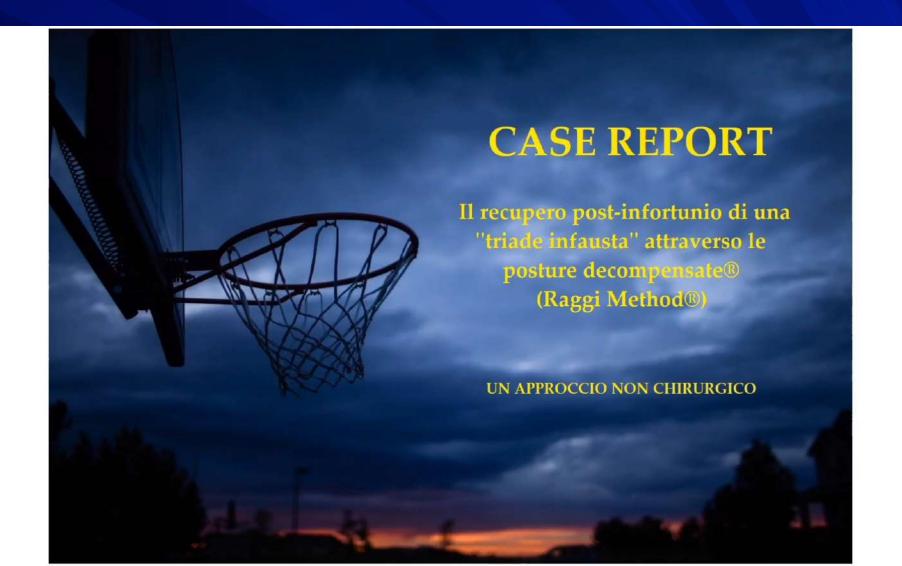
Grazie a tutti per l'attenzione

Prof. D. Raggi
Dott. Fl. Spagnolo
(spagnolofranc@gmail.com)

Vorrei concludere con una personalissima e sentita testimonianza a riprova della stretta efficacia e sinergia di lavoro tra l'ambito posturale e quello prettamente fasciale.

Case Report Spagnolo (2020)

(LCA + MM + LCM + Infrazione Rotula)



Grazie a tutti per l'attenzione

Prof. D. Raggi
Dott. Fl. Spagnolo
(spagnolofranc@gmail.com)

Titolo Rivista/Libro: American journal of physical medicine & rehabilitation

Titolo articolo/sezione: **Effectiveness of G**lobal Postural Re-education for Treatment of Spinal Disorders: A Meta-analysis

Autore: Lomas-Vega R

Altri autori: Garrido-Jaut MV, Rus A, Del-Pino-Casado R

Anno: 2017 Volume: 96 Fascicolo: 2 Pag. iniziale: 124 Pag. finale: 130

Abstract; OBJECTIVE. The aim of this study was to investigate the effects of global postural re-education (GPR) on the treatment of spinal disorders by performing asystematic review and a meta-analysis. DESIGN: MEDLINE, Scopus, and PEDrodatabases were searched without language or publication date restrictions. Dataon pain and function were used to evaluate the effectiveness of GPR. Randomized controlled trials and controlled clinical trials analyzing the effectiveness of GPR on spinal disorders were selected. The standardized mean difference (SMD) and the corresponding 95% confidence interval (95% CI) were calculated. Themeta-analysis was performed using the Comprehensive Meta-analysis 3.3 software.RESULTS: Seven randomized controlled trials and 4 controlled clinical trials wereincluded in the meta-analysis. The results showed a medium improvement on pain (SMD = -0.63; 95% CI, -0.43 to -0.83) and function (SMD = -0.48; 95% CI, -0.25 to-0.72) after GPR treatment. The positive effect, which was greater in patients with ankylosing spondylitis followed by low back pain and neck pain, was more significant during the intermediate follow-up than immediately after treatment. CONCLUSIONS: This meta-analysis provides reliable evidence that GPR may be an effective method for treating spinal disorders by decreasing pain and improving function.

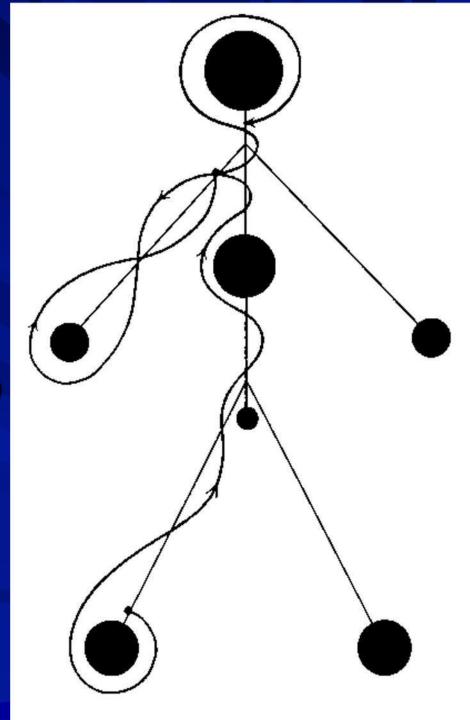
DOI: 10.1097/PHM.0000000000000575

ISSN: 0894-9115

Luogo di edizione: United States

SID: Entrez:PubMed PMID: 27386815

I dolori, i problemi, le informazioni migrano, spostandosi lungo le *catene* in un percorso tortuoso, non lineare..., ..."quasi senza fine"



Ma la provocazione in globalità può essere anche molto incisiva



Dopo *provocazione* di C2 in postura globale decompensata





Densificazione del connettivo in presenza di dolore alla schiena (lombalgia)

