

INDICE

Introduzione	1
C. LUNGHİ	
CON LA COLLABORAZIONE DI F. BARONI E M. ALÒ	

SEZIONE I RAGIONAMENTO CLINICO IN AMBITO OSTEOPATICO

Introduzione	11
---------------------------	----

Capitolo 1 Approccio osteopatico salutogenico basato sui modelli	13
---	----

C. LUNGHİ
CONTRIBUTO DI F. BARONI E M. ALÒ

- **Focus 1.1** “Tre volte anatomia”: la variante anatomica e la visione osteopatica delle strutture di un sistema complesso come base per la palpazione percettiva e per il linguaggio osteopatico 32
- **Focus 1.2** Gergo osteopatico: comunicazione e linguaggio metaforico di una medicina tradizionale occidentale 40
- **Focus 1.3** Reti biologiche complesse: utilizzo in medicina e frontiera di ricerca in ambito osteopatico 43
- **Focus 1.4** Cynefin framework: approccio osteopatico alla persona, un sistema adattativo complesso 45

Capitolo 2 Schema di compenso fasciale e sindrome di adattamento generale	51
---	----

C. LUNGHİ
CONTRIBUTO DI F. BARONI E M. ALÒ

- L'organizzazione elicoidale: una soluzione tissutale per l'economia dei sistemi biologici 55
- Organizzazione elicoidale corporea, schema di compenso fasciale e dinamica dei fluidi biologici: considerazioni osteopatiche 57
 - **Focus 2.1** Fenomeni palpatori e rapporto tra l'angolo degli incroci di fibre collagene e l'aumento del volume relativo alla dinamica dei fluidi 62

Capitolo 3 Disfunzione somatica. Strutture e processi disfunzionali di adattamento locale: la lesione osteopatica oggi..... 63

C. LUNGHİ

CONTRIBUTO DI F. BARONI E M. ALÒ

Capitolo 4 Processo decisionale in ambito osteopatico..... 73

C. LUNGHİ

CONTRIBUTO DI F. BARONI E M. ALÒ

La relazione empatica per un trattamento centrato sulla persona 73

La valutazione della capacità adattativa e la pianificazione di un approccio di trattamento salutogenico..... 77

Anamnesi e valutazione della capacità adattativa 79

Esame fisico osteopatico e valutazione della capacità adattativa 80

Valutazione dell'adattamento generale..... 81

- Test dello schema di compenso fasciale (SCF) e della dinamica dei fluidi e dei ritmi involontari (DiFRI) 81
- Valutazione dell'istanza autoregolatoria in sovraccarico: la selezione del modello..... 82

Valutazione dell'adattamento locale 88

- Test regionali/locali e della severità della/e DS..... 88

Valutazione dell'interdipendenza struttura-funzione 91

- Verifica dell'eventuale variazione dei livelli di funzionalità corporea, dello SCF scompensato, dei CF. Selezione dell'approccio minimalista-massimalista e delle relative tecniche (dirette, indirette, adattogene) 91

Approcci progressivi individuali e gestione continuativa del caso..... 93

- **Focus 4.1** Differenti approcci di trattamento osteopatico: massimalista, minimalista, sintomatico 96
- **Focus 4.2** Esecuzione del test dello SCF 102
- **Focus 4.3** Test dei compartimenti fasciali 105
- **Focus 4.4** Test del passo..... 114
- **Focus 4.5** Valutazione della disfunzione somatica e severità disfunzionale 116
- **Focus 4.6** Test di inibizione per la valutazione della gerarchia disfunzionale..... 118
- **Focus 4.7** Attivazione muscolare..... 119

SEZIONE II APPROCCI PROGRESSIVI INDIVIDUALIZZATI PER LA GESTIONE CONTINUATIVA DELLA PERSONA

Introduzione 123

C. LUNGHİ

CONTRIBUTO DI F. BARONI E M. ALÒ

Capitolo 5 L'esercizio fisico come approccio progressivo individuale all'interno di un piano di trattamento osteopatico 133

F. BARONI

CONTRIBUTO DI M. ALÒ E C. LUNGHİ

Introduzione 133

Storia dell'esercizio 134

- Promozione della salute 135
- Esercizio e promozione della salute 136

Esercizio in ambito osteopatico 138

- Sicurezza nell'esecuzione dell'esercizio 139
- Motivazione rispetto agli approcci progressivi individualizzati 139
- Suggerimenti pratici per un efficace insegnamento 140

Esercizi per la gestione della persona e della sindrome di adattamento locale, all'interno di un piano di trattamento osteopatico minimalista 143

- Esercizi utili per la gestione continuativa della disfunzione somatica muscolo-scheletrica 146
- Esercizi utili per la gestione continuativa della disfunzione somatica viscerale 164
- Automobilizzazione oculare 178

Esercizi per la gestione della persona e della sindrome di adattamento generale, all'interno di un piano di trattamento osteopatico massimalista 182

- Gestione continuativa dell'energia individuale 186

Capitolo 6 Consigli nutrizionali in ambito osteopatico 205

M. ALÒ

CONTRIBUTO DI F. BARONI E C. LUNGHİ

Introduzione 205

Rischi e benefici degli approcci dietetici in uso dagli osteopati italiani: revisione della letteratura 205

- Diete ad alto contenuto di grassi: alto contenuto di grassi, alto contenuto di proteine, contenuto di carboidrati molto ridotto 206
- Diete a ridotto/moderato contenuto di carboidrati: quota variabile di CHO da ridotta a moderata, di solito a ridotto IG, enfatizzano i grassi insaturi 209
- Diete a ridotto contenuto di grassi/ad alto contenuto di carboidrati: alto contenuto di carboidrati ricchi di fibre, enfatizzano alimenti a basso IG, quota ridotta di proteine 212
- Altri approcci dietetici 216

Indicazioni ed evidenze nutrizionali per la gestione continuativa della persona all'interno di un piano di trattamento osteopatico 219

- Omega-3 221
- Omega-6 222
- Frutta e verdura 222

Indice

• Spezie, erbe aromatiche e altri alimenti.....	228
Consigli nutrizionali per la gestione continuativa della persona all'interno di un piano di trattamento osteopatico.....	231
• Introduzione.....	231

SEZIONE III CASI CLINICI

Introduzione	251
---------------------------	-----

Capitolo 7 Casi studio: un modello di osservazione della relazione con il paziente	253
---	-----

C. LUNGHİ

CONTRIBUTO DI F. BARONI E M. ALÒ

Caso clinico 1.....	253
• Focus 7.1 <i>Torque unwinding</i>	260
• Focus 7.2 Trattamento osteopatico generale metabolico integrato (GOTM).....	263
• Focus 7.3 Le tecniche di Still.....	269
• Focus 7.4 Tecniche di bilanciamento delle tensioni legamentose o di tensione legamentosa articolare.....	273
Caso clinico 2.....	276
• Focus 7.5 Tecniche di compressione-srotolamento. Approccio globale ai nervi cranici.....	286
• Focus 7.6 Tecnica di inibizione dinamica neuromiofasciale.....	294
• Focus 7.7 Rilascio posizionale dinamico.....	303
• Focus 7.8 Tecniche di bilanciamento delle tensioni membranose del globo oculare.....	309
Caso clinico 3.....	311
• Focus 7.9 Trattamento dello schema di compenso fasciale.....	319
• Focus 7.10 Approccio osteopatico a impatto vascolare.....	322
• Focus 7.11 Approccio massimalista a impatto respiratorio.....	327
• Focus 7.12 Approccio osteopatico a impatto linfatico.....	329
Postfazione.....	337
Indice analitico.....	341

ABBREVIAZIONI

AHP: *Adaptive Health Practice*; approcci adattativi per la salute

API: approcci progressivi individuali

B: biomeccanico

BART: *Brachial Artery Reactivity Testing*; test di reattività dell'arteria brachiale

BLT: *Balanced Ligamentous tension Technique*; bilanciamento delle tensioni legamentose

BMI: *Body Mass Index*; indice di massa corporea

BPS: biopsicosociale

C/R: circolatorio-respiratorio

CHO: carboidrati

CoC: consapevolezza corporea

COL: colesterolo

DiFRI: dinamica dei fluidi e dei ritmi involontari

DS: disfunzione somatica

E: espirazione

E/M: energetico-metabolico

EI: esercizi ideomotori

EM: esercizi motori

LAS: *Ligamentous Articular Strain*; tensione legamentosa articolare

Hb: emoglobina

HDL: *High-Density Lipoproteins*; proteine ad alta densità

HPA: asse ipotalamo ipofisi corticosurrenalico

HRMT: *Human Resting Myofascial Tone*; tono miofasciale umano a riposo

I: inspirazione

IG: indice glicemico

IR: interdipendenza regionale

L: lipidi

LARN: livelli di assunzione di riferimento di nutrienti ed energia per la popolazione italiana

Abbreviazioni

LDL: *Low-Density Lipoproteins*; lipoproteine a bassa densità

LEARN: *Lifestyles, Exercise, Attitudes, Relationships, Nutrition*

LOV: latte-ovo-vegetariano

MLP: *Mediterranean Lifestyle Program*

N: neurologico

OMN: onnivori

OMT: trattamento osteopatico manipolativo

P: proteine

PA: posture archetipali

RDA: *Recommended Dietary Allowance*; quantità dietetiche raccomandate

RTMI: recettori tissutali miofasciali interstiziali

S/F: struttura/funzione

SAG: sindrome di adattamento

SAL: sindrome di adattamento locale

SAS: sistema simpato-adrenergico

SCF: schema di compenso fasciale

SM: sindrome metabolica

TART: *Tissue Texture Abnormality, asymmetry, Restriction of motion, Tenderness*; alterazione della trama tissutale, asimmetria, limitazione del movimento, dolorabilità

TCF: test dei compartimenti fasciali

TG: trigliceridi

VEG: vegano

WHO: *World Health Organization*; Organizzazione Mondiale della Salute