

# TECNICHE DI RESPIRAZIONE ED ESERCIZI MIO-FASCIALI NELLA TERAPIA DEL DOLORE

## METODOLOGIA DI RIEQUILIBRIO POSTURALE BIOENERGETICO

MILANO 29 giugno 2024

NEW

### DOCENTE

**Stefania TRONCONI** Massofisioterapista e ideatrice della metodologia Bioginnastica®, Faenza

8 ECM

Fisioterapisti (titolo equipollente DM 27/7/00), Osteopati, Massofisioterapisti iscritti all'elenco speciale, Massofisioterapisti, Ostetriche, MCB, Laureati in Scienze motorie, Studenti dell'ultimo anno del CdL

€ 250 IVA inclusa



**RISPARMIA - consulta le OFFERTE**



La relazione tra respiro e benessere è molto stretta, incide sulla concentrazione del momento e favorisce lo stato di calma alleviando disturbi psicologici come ansia e stress. Abbinando tecniche di respirazione a protocolli di esercizi e leggere manipolazioni mio fasciali (anche in auto trattamento con piccoli attrezzi) è possibile intervenire sul dolore strutturale e/o posturale donando fin da subito un beneficio generale al paziente.

Questo corso è fortemente consigliato ai Fisioterapisti, Osteopati e Massofisioterapisti che vogliono integrare i loro protocolli di intervento riabilitativo con l'utilizzo di pratiche respiratorie favorendo, migliorando e velocizzando il risultato della loro terapia. Durante il corso di una giornata in presenza, totalmente esperienziale, anticipato da una parte teorica erogata online in modalità asincrona, si conosceranno le **tecniche di respirazione** che, abbinate a protocolli di **esercizio mio fasciale**, aiutano a ridurre la tensione e a ricreare le basi fisiologiche dell'omeostasi e del processo di guarigione. Fornendo sempre strumenti pratici di intervento, le tematiche del corso prendono in considerazione il paziente e la persona nella sua totalità attraverso un lavoro corporeo sensoriale percettivo e neuro-mio-osteo-fasciale.

### Obiettivo

Questo corso ha come obiettivo generale il miglioramento della salute ed il benessere psicofisico del paziente e dell'individuo che prende consapevolezza e coscienza del sé.

## PROGRAMMA

Giornata pratica - h. 9.00-18.00

### ESERCITAZIONI PRATICHE

- La respirazione globale:
  - respirazione e diaframmi
  - catena profonda viscerale
- Tecnica di assistenza miofasciale attiva e passiva
- La respirazione miofasciale:
  - catena anteriore
  - catena posteriore
- La respirazione triangolare-psicoenergetica.(
  - tecnica di de-amplificazione e riequilibrio psicofisico
- Respirazione e riequilibrio posturale bioenergetico

Valutazione ECM

**I CONCETTI TEORICI SARANNO DISPONIBILI IN FAD ASINCRONA dal 1 gennaio 2024**

### Teoria

- La respirazione:
  - aspetti biologici, biofisici e biochimici per il mantenimento e il ripristino dello stato di salute e benessere
- Biologia del respiro ed infiammazione connettivale
- Le catene mio-fasciali e i meridiani del corpo:
  - relazione e connessione al riequilibrio psicofisico-bioenergetico
- La respirazione:
  - tecniche per il riequilibrio psico-emozionale
  - gestione del paziente/cliente nella fase acuta del dolore



**Il corso FAD di teoria è propedeutico alla giornata di esercitazioni pratiche.**

**Si consiglia abbigliamento idoneo alle parti pratiche**



**IN OMAGGIO**  
**Accesso gratuito**  
**al Videocorso**  
**Bioginnastica®**