

Programma della formazione

« Le Catene Muscolari e articolari GDS »

33 giorni di stage suddivisi in 11 stage di 3 giorni - 231h di formazione

PRIMO CICLO

Stage 1 - Basi fondamentali della metodica GDS

- **Il muscolo come strumento di espressione psico-comportamentale:**
 - Famiglie di muscoli e catene di tensione mio-fasciale - dal linguaggio parlato al linguaggio aggravato.
 - Che cosa induce l'attività nelle catene muscolo-aponevrotiche ?
- **Presentazione delle catene muscolari e articolari secondo G.D.S.**
 - Strutture dell'asse o della personalità:
 - Le catene antero-mediane
 - Le catene postero-mediane
 - Le catene postero-anteriori e antero-posteriori.
 - Strutture dell'asse orizzontale o relazionale:
 - le catene antero-laterali
 - Le catene postero-laterali
- **I meccanismi di azione-reazione tra le catene.**
- **La stella e la pentacoordinazione tra le catene.**
- **Equilibratura dell'uomo in piedi:**
 - Le catene articolari.
 - Le masse e le inter-masse.
 - I fulcri e le leve.
 - Gli archi e i segmenti.
- **Genesi delle tipologie di base durante la crescita del bambino (onda della crescita) e strutturazione della colonna vertebrale (apparizione delle curve nel bambino).**

Stage 2 - Studio delle catene antero-laterali: A.L.

- **Considerazioni generali e caratteristiche psico-comportamentali.**
- **Principi di trattamento.**
- **Le catene antero-laterali agli arti inferiori:** inserzioni muscolari, impronte utili, accettabili e disturbanti: falso piede piatto, falso valgismo del ginocchio, falsa lussazione di rotula, coxartrosi protrusiva.
- **Atelier di apprendimento delle manovre di correzione delle disfunzioni dell'arto inferiore legate all'eccesso di attività delle catene di tensione mio fasciale** (pratica due a due - due gruppi).
- **Le catene antero laterali al bacino e al tronco:** inserzioni muscolari, impronte utili, accettabili e disturbanti: la contro-nutazione e l'apertura iliaca, l'iper-pressione intra-addominale e le specifiche tensioni viscerali, la forma del torace, il blocco toracico in espirazione.
- **Atelier di apprendimento delle manovre di correzione** (pratica due a due - due gruppi).
- **Le catene antero-laterali agli arti superiori:** inserzioni muscolari, impronte utili, accettabili e disturbanti: terreno predisponente a certe forme di "periartrite scapolo-omerale", epicondilita e gomito del tennista, sindrome del tunnel carpale, rizoartrosi del pollice.
- **Atelier di apprendimento delle manovre di correzione** (pratica due a due-due gruppi).
- **Le catene antero-laterali al cranio:** gli sterno-cleido-mastoidei e i problemi di occlusione.
- **Atelier di apprendimento delle manovre di correzione** (pratica due a due-due gruppi).

Stage 3 - Studio delle catene postero-laterali: P.L.

- **Considerazioni generali e caratteristiche psico-comportamentali.**
- **Principi di trattamento.**

- **La coxo-femorale feudo e fulcro primario di PL.**
- **L'anello di congiunzione tra le catene antero-laterali e postero-laterali al cranio:** l'asimmetria temporo-mandibolare.
- **Atelier di apprendimento delle manovre di correzione delle disfunzioni delle articolazioni tempo-mandibolari** (pratica due a due - due gruppi)
- **Le catene postero-laterali a livello della cintura scapolare e degli arti superiori:** inserzioni muscolari, impronte utili, accettabili e disturbanti: terreno predisponente a certe forme di PSO.
- **Atelier di apprendimento delle manovre di correzione** (pratica due a due-due gruppi).
- **Le catene postero-laterali a livello della cerniera cervico-toracica e del tronco:** inserzioni muscolari, impronte utili, accettabili e disturbanti: disfunzioni della regione vertebrale da C7 a T4, ali di Sigaud, ernia discale.
- **Atelier di apprendimento delle manovre di correzione** (pratica due a due-due gruppi).
- **Le catene postero-laterali al bacino:** inserzioni muscolari, impronte utili, accettabili e disturbanti: la nutazione ed il ripiegamento craniale dell'osso iliaco, la distensione trasversale del perineo.
- **Atelier di apprendimento delle manovre di correzione** (pratica due a due-due gruppi).
- **Le catene postero-laterali agli arti inferiori:** inserzioni muscolari, impronte utili, accettabili e disturbanti: la coxartrosi espulsiva, il ginocchio varo e i problemi meniscali, il piede piatto.
- **Atelier di apprendimento delle manovre di correzione** (pratica due a due-due gruppi).

Stage 4 - Studio delle catene antero-mediane: A.M.

- **Considerazioni generali e caratteristiche psico-comportamentali.**
- **Principi di trattamento.**
- **Le catene antero-mediane agli arti inferiori:** inserzioni muscolari, impronte utili, accettabili e disturbanti: alluce valgo, flexum del ginocchio, ginocchio valgo.
- **Atelier di apprendimento delle manovre di correzione delle disfunzioni dell'arto inferiore legate all'eccesso di attività delle catene di tensione mio fasciale AM** (pratica due a due - due gruppi).
- **Le catene antero-mediane al bacino residenza di AM:** inserzioni muscolari, impronte utili, accettabili e disturbanti: contro-nutazione sacrale, rotazione del sacro, tensioni perineali e pubalgie.
- **Atelier di apprendimento delle manovre di correzione** (pratica due a due-due gruppi).
- **Le catene antero-mediane al tronco:** inserzioni muscolari, impronte utili, accettabili e disturbanti: tensioni del plesso solare, infossamento sternale, inversione della curva toraco-lombare.
- **Atelier di apprendimento delle manovre di correzione** (pratica due a due-due gruppi).
- **Le catene antero-mediane al collo e al cranio:** le problematiche degli ioidei, l'inversione di curva cervicale, indietreggiamento della mandibola, le tensioni faringee, la flessione e la torsione della SSB.
- **Atelier di apprendimento delle manovre di correzione** (pratica due a due-due gruppi).

Stage 5 - Studio delle catene postero-mediane: P. M.

- **Considerazioni generali e caratteristiche psico-comportamentali.**
- **Principi di trattamento.**
- **Residenza, fulcro primario e feudo.**
- **Le catene postero-mediane agli arti inferiori:** inserzioni muscolari, impronte utili, accettabili e disturbanti: piede cavo, falso varismo del ginocchio, recurvatum del ginocchio (tibia), inversione della torsione fisiologica del ginocchio, sindrome rotulea e Osgood schlatler.
- **Atelier di apprendimento delle manovre di correzione per le disfunzioni dell'arto inferiore legate a eccesso di attività delle catene mio fasciali PM** (pratica due a due-due gruppi).
- **Le catene postero-mediane al tronco:** inserzioni muscolari, impronte utili, accettabili e disturbanti: dorso piatto e orizzontalizzazione dello sterno, sub-lussazioni costo-vertebrali, destabilizzazione del tripode vertebrale e terreno predisponente alla scoliosi, nutazione e disincastro del sacro, distensione sagittale del perineo.
- **Atelier di apprendimento delle manovre di correzione** (pratica due a due-due gruppi).
- **Le catene postero-mediane al collo ed al cranio:** la bozza del bisonte nelle competizioni PM-AM, cefalee di Arnold, sinusiti frontali.
- **Atelier di apprendimento delle manovre di correzione** (pratica due a due-due gruppi).

Stage 6 - Studio delle catene postero-anteriori e antero-posteriori: P.A-A.P.

- **Considerazioni generali e caratteristiche psico-comportamentali.**
- **Principi di trattamento.**
- **I diversi gruppi funzionali di PA e di AP.**
- **Il gruppo delle sentinelle dell'asse verticale:** inserzioni muscolari, impronte utili, accettabili e disturbanti. Il controllo della testa, l'auto-accrescimento riflesso, i meccanismi del blocco osteopatico secondo GDS, l'estensione della Sincondrosi Sfenobasilare, le linee di Littlejohn.
- **Atelier di apprendimento delle manovre di correzione** (pratica due a due-due gruppi).
- **Il gruppo dei muscoli respiratori e pressori:** inserzioni muscolari, impronte utili, accettabili e disturbanti. I diversi tipi di respirazione riflessa, l'alternanza della pressione tra le due cavità toracica e addominale, le "tipologie" respiratorie, i problemi circolatori.
- **Atelier di apprendimento delle manovre di correzione** (pratica due a due-due gruppi).
- **Il gruppo dei muscoli aggiustatori e regolatori del centro di gravità di AP:** inserzioni muscolari, impronte utili, accettabili e disturbanti. Gli splenii e i quadrati dei lombi sul piano frontale. Gli scaleni sartie della colonna cervicale, I quadrati dei lombi e gli psoas sartie della colonna lombare. La respirazione vertebrale. Le linee di forza anti-gravitare, i triangoli e le piramidi.
- **Atelier di apprendimento delle manovre di correzione** (pratica due a due-due gruppi).
- **Le catene antero-posteriori agli arti inferiori:** inserzioni muscolari, impronte utili, accettabili e disturbanti. La sagittalizzazione dell'ala iliaca, e la pubalgia. Il recurvatum del ginocchio (femore).
- **Atelier di apprendimento delle manovre di correzione** (pratica due a due-due gruppi).
- **Le catene antero-posteriori agli arti superiori:** inserzioni muscolari, impronte utili, accettabili e disturbanti. Il capo breve del bicipite e del coraco-brachiale nella PSO. Il piccolo pettorale ed il blocco della terza costa.
- **PA-AL al cranio e dal viso.**

Stage 7 - Test e analisi:

- **La strategie della metodica GDS: l'onda per la ristrutturazione psico-motrice.**
 - La stella per una rifunzionalizzazione della penta-coordinazione tra le catene.
 - L'uomo ruota per una visione più chiara della globalità del corpo.
 - La lemniscata per gli allungamenti in circuito.
- **Analisi morfologica:**
 - Globale: il flash per la pulsione.
 - Osservazione e analisi di pulsioni diverse.
 - Segmentaria: le impronte.
 - Osservazione ed analisi delle impronte regione per regione.
- **Test di elasticità tra le catene.**
- **I triangoli:** i dati che conducono alla scelta di un triangolo. Caratteristiche dei diversi triangoli: precauzioni specifiche, scelta delle manovre e zone di accesso al corpo, principi di trattamento adottato.
- **Messa in situazione professionale** (pratica in piccoli gruppi).

SECONDO CICLO

Stage 1 - Il bacino

- **I triangoli corrispondenti:**
 - Il triangolo apice PL.
 - Il triangolo apice AM.
- **Terreni predisponenti alla destrutturazione della massa pelvica.**
- **Schema della destrutturazione a partire dalla massa pelvica.**
- **Il ruolo del bacino nell'architettura corporea.**
- **La coxo-femorale:**
 - La rotazione laterale della coxo-femorale nella flessione.
 - I pelvi-trocanterici legamenti attivi della coxo-femorale:

- **Analisi del flettersi in avanti.**
- **I reperi del bacino:**
 - Le SIPS In piedi poi in decubito.
 - Test della sollecitazione sacro-iliaca.
 - Le SIAS in piedi poi in decubito.
- **Possiamo parlare di mobilità sacro-iliaca?**
 - Bacino statico e bacino dinamico.
 - I movimenti della sacro-iliaca.
- **I legamenti della sacro-iliaca.**
 - Bacino statico e bacino dinamico.
- **Equilibrio pelvico sul piano sagittale.**
- **La fisiologia del perineo è molto dipendente dalla statica pelvica.**
- **Il muscolo piriforme.**
- **Gli effetti della nutazione sacro-iliaca.**
- **Gli effetti della contro-nutazione sacro-iliaca.**
- **Le pubalgie.**
- **Il bacino è asimmetrico.**
- **Esame clinico del bacino.**
- **Protocollo di ristrutturazione pelvica.**
- **Le differenze di lunghezza degli arti inferiori.**

Stage 2 - Gli arti inferiori

- **Presa di coscienza delle torsioni negli arti inferiori: pratica poi teoria.**
 - Torsione del femore.
 - Torsione dello scheletro della gamba.
 - Torsione nel ginocchio.
- **Reperi che permettono di apprezzare i disallineamenti del ginocchio.**
- **Terreni predisponenti ai disallineamenti del ginocchio.**
 - Eccesso di attività nelle catene antero-laterali.
 - Eccesso di attività nelle catene postero-laterali.
 - Competizione tra AL e PL.
 - Competizione tra AM e PL.
 - Eccesso di attività nelle catene postero-mediane.
 - Eccesso di attività nelle catene antero-posteriori e postero-anteriori.
- **Esame clinico dettagliato:**
 - **Test della mobilità coxo-femorale.**
 - Test delle tensioni delle catene antero-laterali.
 - Test delle tensioni nelle catene postero-laterali.
 - Test delle tensioni nelle catene antero-mediale.
 - Test delle tensioni nelle catene postero-mediane.
 - **Test della mobilità della tibia, del perone e del piede**
 - Test nella mobilità del piede in prono-supinazione.
 - Test della libertà rotatoria di tibia in flessione.
 - Test della libertà del perone.
- **Correzione di un recurvatum di ginocchio:**
 - Test di un recurvatum di tibia.
 - Test di un recurvatum di femore.
- **Contrassegno sul piede dei differenti attori, dopo la ricerca dei reperi ossei.**
- **Ripasso della fisiologia del piede.**
- **Lavoro sintetico del piede.**
- **Accordages dell'arto inferiore.**

Stage 3 - Il tronco e la respirazione

- **I triangoli corrispondenti:** il triangolo apice PM.
- **Presa di coscienza della propria colonna vertebrale** (pratica poi teoria).
- **Reperi e contrassegni ossei e muscolari sulla colonna vertebrale.**
- **Il massaggio ristrutturante del dorso** (G.D.S.):
 - Manovre specifiche PL-AL e PM.
 - Manovre profonde: accordages PA-PM.
- **Accordages della faccia anteriore del tronco:**
- **La respirazione**
 - La respirazione vertebrale.
 - Terreni predisponenti la spondilo-listesi.
- **Test che permettono di apprezzare la modalità respiratoria**
- **Pratica in funzione dei casi clinici:**
 - Liberazione di un torace bloccato in inspirazione.
 - Liberazione di un torace a grande diametro sagittale.
 - Liberazione di un torace bloccato in espirazione.
 - Modellamento toracico.
- **Riprogrammazione della sinergia del trasverso dell'addome nella respirazione.**

Stage 4 - La colonna cervico-toracica e l'arto superiore

- **Il triangolo corrispondente:** Il triangolo apice PA
- **Nozioni preliminari di fisiologia della colonna cervicale.**
- **Le tipologie cervicali** (teoria e tecniche di correzione in pratica):
 - Rigidità in rettilineità PA-AP
 - Inversione di curva AM.
 - Schiacciamento sotto occipitale PM
 - Esagerazione della curva per competizione PM-AM
 - Anteproiezione del collo e della testa AP-AL
- **Le diverse tappe funzionali della colonna cervico-toracica:**
 - Il cranio e la mandibola
 - La regione sub-occipitale
 - C3 vertebra di transizione
 - La colonna cervicale media da C3 a C6
 - La cerniera cervico-toracica e la colonna cervico-toracica fino a T4
- **L'asimmetria a livello cervicale**
- **Manovre di correzione:**
 - Liberazione della prima costa.
 - Correzione della colonna cervicale media sul piano frontale.
 - Correzione della colonna cervicale media sul piano delle rotazioni.
 - Isometrica dei mm. complessi.
 - Isometrica degli SCOM.
 - Isometrica in traslazione dei sub-occipitali (liberazione di C1).
 - Sblocco della cerniera cervico-toracica e della colonna cervico-toracica fino a T4.
- **Lavoro della cintura scapolare e delle aponeurosi dell'arto superiore:**
- **Il triangolo corrispondente:** il triangolo apice AL con porta d'ingresso alla mano.
- **Nozioni preliminari.**
- **Test e tecniche di correzione:**
 - Test della prono-supinazione e correzione.
 - Test di AL, PM e AP al polso e messa in tensione.
 - Disimpegno subacromiale.
 - Test e liberazione delle possibilità rotatorie dell'omero.

- Test di indipendenza dell'arto superiore rispetto alla colonna cervicale e al torace.
- Tecniche di correzione di una sub-lussazione dell'omero.
- **Tipologie scapolari e terreni predisponenti alla “periartrite scapolo-omerale”.**
- **Riprogrammazione della torsione dell'arto superiore.**
- **Gli accordages dell'arto superiore.**