

# LIBERTAÇÃO MIOFASCIAL INTEGRATIVA – MÉTODO DE ROLF

Com M<sup>ª</sup> Eugénia Ortiz, fisioterapeuta selecção masculina ginástica artística (Brasil) e membro da Int. Association of Structural Integrators. Fásia. Reeducação postural. Protocolos regenerativos pós treino e prevenção de lesões. Manipulação integrativa. Raciocínio clínico. Resultados imediatos. Auto-libertação miofascial. Homologação IPDJ (5 UC)



## DATAS, LOCAIS E DESTINATÁRIOS

### DATAS

30, 31 de Março + 1 de Abril de 2018

## DATA LIMITE DE INSCRIÇÃO

26 de Fevereiro de 2018

## LOCAL

Hotel Holiday Inn Lisboa

Av. António José Almeida, 28-A, 1000-044 Lisboa

GPS Latitude: 38.738185 | Longitude: -9.140716

## CARGA HORÁRIA

25 horas

## HORÁRIOS

9h00 – 18h00

## DESTINATÁRIOS

Profissionais da área da saúde e do desporto (tb. estudantes)

## IDIOMA

Português

## PROGRAMA

- ? Introdução ao Rolf (conceito, história, princípios e receita)
- ? Postura x Estrutura
- ? Verticalidade humana
- ? Fasciologia (os estudos sobre as fascias no mundo científico, anatomia fascial e as suas propriedades)
- ? A globalidade em 3D.
- ? Parâmetros de avaliação (foto-avaliação dos formandos para verificar os resultados do antes e depois)
- ? Conceito da técnica de L.M.I (definição e raciocínio clínico baseado no método de Integração Estrutural)
- ? Treino de manobras e prática da técnica de L.M.I
- ? L.M.I no desporto (como aplicar as manobras de L.M.I em atletas)
- ? Treino sensório motor e as suas implicações na integração das fascias
- ? Propriedades das fascias (piezoelectricidade, plasticidade, viscoelasticidade e tensegridade)
- ? Casos clínicos (abordagem da situação em clínica e nas áreas de prática desportiva)
- ? Auto liberação Miofascial e o seu papel na manutenção da viscoelasticidade (vivência com rollers, bolinhas e bastões)

## CERTIFICADO

**Certificado Internacional\*** pela [Escola de Rolf ISSIBRASIL](#) (em parceria com a Fisiotrat de São Caetano do Sul)

**Certificado de Formação Profissional**, emitido através do Sistema de Informação e Gestão da Oferta Educativa e Formativa (SIGO), coordenado pelo Ministério da Educação e pelo Ministério do Trabalho e da Solidariedade Social, conforme previsto na Portaria nº 474/2010.

**Formação homologada pelo Instituto do Desporto e Juventude (IDP, I. P)** para efeitos da renovação de cédula (PROCAFD/TEF e DT) com 5 Unidades de Crédito Presenciais.

\* Necessária a frequência em pelo menos 80% do curso

## PORQUÊ FREQUENTAR ESTE CURSO?

- Investimento baixo e com rápido retorno.
- O uso desta técnica proporciona ao formando um trabalho clínico diferenciado.
- Após o término do curso o formando estará habilitado a aplicar o método na sua prática clínica diária e a obter resultados a curto-prazo.

## DESCRIÇÃO

### O USO DA LIBERTAÇÃO MIOFASCIAL NO CENÁRIO CIENTÍFICO E CLÍNICO TEM AUMENTADO DE MODO VERTIGINOSO

*“Alguns sujeitos podem perceber que estão a perder a luta contra a gravidade porque sentem dor nas costas, outros pelo contorno desajeitado do seu corpo, outros por fadiga constante e outros por sentirem o ambiente externo como sendo muito ameaçador. Aqueles com mais de 40 anos podem pensar que é da idade, mas todos estes sinais podem estar a indicar a existência de um problema constante na estrutura do indivíduo: um corpo desequilibrado e em guerra com a gravidade”* **Ida P. Rolf – criadora do Método de Rolfing® de Integração Estrutural**

[Aqui](#) veja o trabalho da nossa formadora com o campeão olímpico brasileiro de ginástica artística com argolas. Método ROLF = tratamento especial.

Muito se tem falado de **fáscia** e da importância que esta assume na actualidade no campo da saúde e bem-estar. **O uso da libertação miofascial no cenário científico e clínico tem aumentado de modo vertiginoso.**

Mas sabe quem é um dos precursores do estudo e tratamento da fáscia? Talvez já tenha ouvido falar. Chama-se **Ida Rolf** (1896-1979) e foi classificada como um génio na sua altura. Tirou um doutoramento em bioquímica em 1920 e trabalhou como cientista durante 13 anos no Rockfeller Institute. Combinou o seu background científico com a sua experiência profissional para desenvolver um método de trabalho corporal, que denominou de Integração Estrutural.

Os últimos 30 anos da sua vida foram dedicados ao desenvolvimento e ensino do método que criou, culminando na elaboração de uma série inicial de dez sessões de manipulação, **movimento e educação sensorial**, conhecida

como a “receita”, que vai muito além da aprendizagem de técnicas por passos. Integra obrigatoriamente uma série de **objectivos e intenções que geram benefícios mais amplos do que apenas o ganho de mobilidade física**. Os utentes de modo persistente relatam também benefícios emocionais associado a esta prática. Na realidade os benefícios psicológicos do trabalho da Dra. Ida Rolf foram já há muito reconhecidos como auxiliares na evolução da nossa consciência.

**A técnica pretende tornar o corpo mais eficiente, coordenado, organizado e estar em sintonia com a gravidade.**

[Aqui](#) não perca a oportunidade e veja a 1.ª parte de uma entrevista com a Dra. Ida Rolf nos anos 70. Ideias brilhantes (legendado em português).

[Aqui](#) está a 2.ª parte da entrevista.