

## CADEIAS MUSCULARES

C/ membro fundador associação espanhola terapia manual neuro-músculo-esquelética. Cadeias musculares, viscerais e cranianas. Postura. SNP. Técnicas analíticas e globais. Crânio. Abdomén. Swiss Protocol. Muscle Energy Techniques.



### DATAS, LOCAIS E DESTINATÁRIOS

#### DATAS

18, 19 e 20 de Maio de 2018

#### DATA LIMITE DE INSCRIÇÃO

16 de Abril de 2018

#### LOCAL

Hotel Black Tulip

Avenida da República, nº 2038  
4430-195 Vila Nova de Gaia  
Latitud: 41.12043 | Longitud: -8.60644

Transportes públicos:

Metro: Linha D (amarela) - Estação D. João II - 150m (2min a pé)

Comboio: Estação General Torres - 1,4km (16min a pé)

## CARGA HORÁRIA

25 horas

## HORÁRIOS

Sexta: e Sábado: 9h00-19h00 | Domingo: 9h00-17h00

## DESTINATÁRIOS

Fisioterapeutas e osteopatas (tb. estudantes)

## IDIOMA

Espanhol

## PROGRAMA

1. Conceito Cadeia Muscular. Autores e métodos. Denominador comum das diferentes disciplinas.
2. Descrição das Cadeias Musculares clássicas: cadeia de flexão, cadeia de extensão, cadeia em abertura e cadeia em fechamento. Cadeias viscerais. Cadeias cranianas.
3. Região abdominal e as suas diferentes cadeias musculares.
4. Região craniana e as suas diferentes cadeias musculares.
5. Sistema nervoso periférico e cadeias musculares.
6. Avaliação postural
7. Formas de tratamento:
  - MET (Muscle Energy Technique)
  - Swiss Protocol para pontos gatilho
  - Conceito Barral de terapia manual visceral
  - Auto-alongamento / posturas no domicílio
8. Tratamento da Síndrome Cruzado Superior/Inferior, Cifose/Lordose, Pubalgia, Condromalácia e outras disfunções comuns na prática clínica.

## CERTIFICADO

**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.

\* Necessária a frequência em pelo menos 90% do curso

## PORQUÊ FREQUENTAR ESTE CURSO?

- Aprenderás uma metodologia de tratamento simples, concreto e global com a finalidade de:
  - Libertar as zonas de tensão que são a base das disfunções, deformações e dores.
  - Reencontrar uma boa mobilidade muscular, articular e tendinosa das diferentes cadeias (musculares, articulares, viscerais, cranianas)
  - Reencontrar o melhor equilíbrio postural
  - Normalizar a função
- Aprenderás a realizar uma avaliação e observação rigorosas que colocará em evidência os pontos de tensão de diferentes partes do corpo do paciente, ao nível de cada uma das cadeias, de forma a aplicar, de seguida, um método de tratamento manual.
- Aprenderás técnicas baseadas em posturas de relaxamento com o objectivo de reprogramar o bom funcionamento das cadeias fisiológicas.
- Terás acesso a uma ferramenta clínica que respeita a fisiologia de cada idade: do bebé ao adulto, do atleta ao sedentário e do idoso.

## DESCRIÇÃO

### CADEIAS MUSCULARES: REPROGRAMAÇÃO DO EQUILÍBRIO FISIOLÓGICO

As **cadeias musculares** representam **circuitos anatómicos** através dos quais se propagam **forças organizadas do corpo**.

As **disfunções** surgem quando o **equilíbrio fisiológico é perturbado por tensões** que se exprimem ao nível de **uma ou de várias cadeias** e perturbam o funcionamento harmonioso do corpo.

Deste modo, a **disfunção de um músculo** pode ser responsável pela impossibilidade em realizar correctamente um gesto, uma acção ou uma postura. No entanto, **a esfera craniana e a esfera visceral** podem ser fontes de stress transmitidas através de diferentes **canais fasciais ou tecido conjuntivo**, sendo essas esferas locais que geram **tensão**.

A metodologia a abordar na formação de **Cadeias Musculares** permitirá então compreender melhor a **lógica das disfunções e a origem das dores e deformidades**. O tratamento baseado no conceito de **Cadeia Muscular** visará **libertar bloqueios articulares, aderências, contracturas musculares e encurtamentos neurais**, bem como **reequilibrar as tensões internas através de manobras viscerais**.

Serão utilizadas **manipulações, técnicas de estiramento, mobilização neural e técnicas reflexas do tecido conjuntivo** para reequilibrar o local afectado. Por fim, serão empregadas **posturas globais para harmonizar a fisiologia muscular**.

A finalidade sobre o **plano muscular, articular, visceral e craniano** será unicamente recriar um **equilíbrio de tensões para que a fisiologia seja respeitada**.

Uma vez que este tratamento **respeita a fisiologia de cada idade, poderá aplicar-se em:**

- **Atletas** para prevenção e tratamento de lesões desportivas com o objectivo de melhorar a performance;
- **Crianças e jovens** com alterações a diversos níveis: pés, joelhos, bacia, coluna vertebral (cifoses, lordoses, escolioses, dores de crescimento);
- **Adultos** com alterações posturais, dores crónicas e disfunções físicas, nomeadamente: artroses, alterações da ATM e coluna vertebral (alterações discais, artroses).