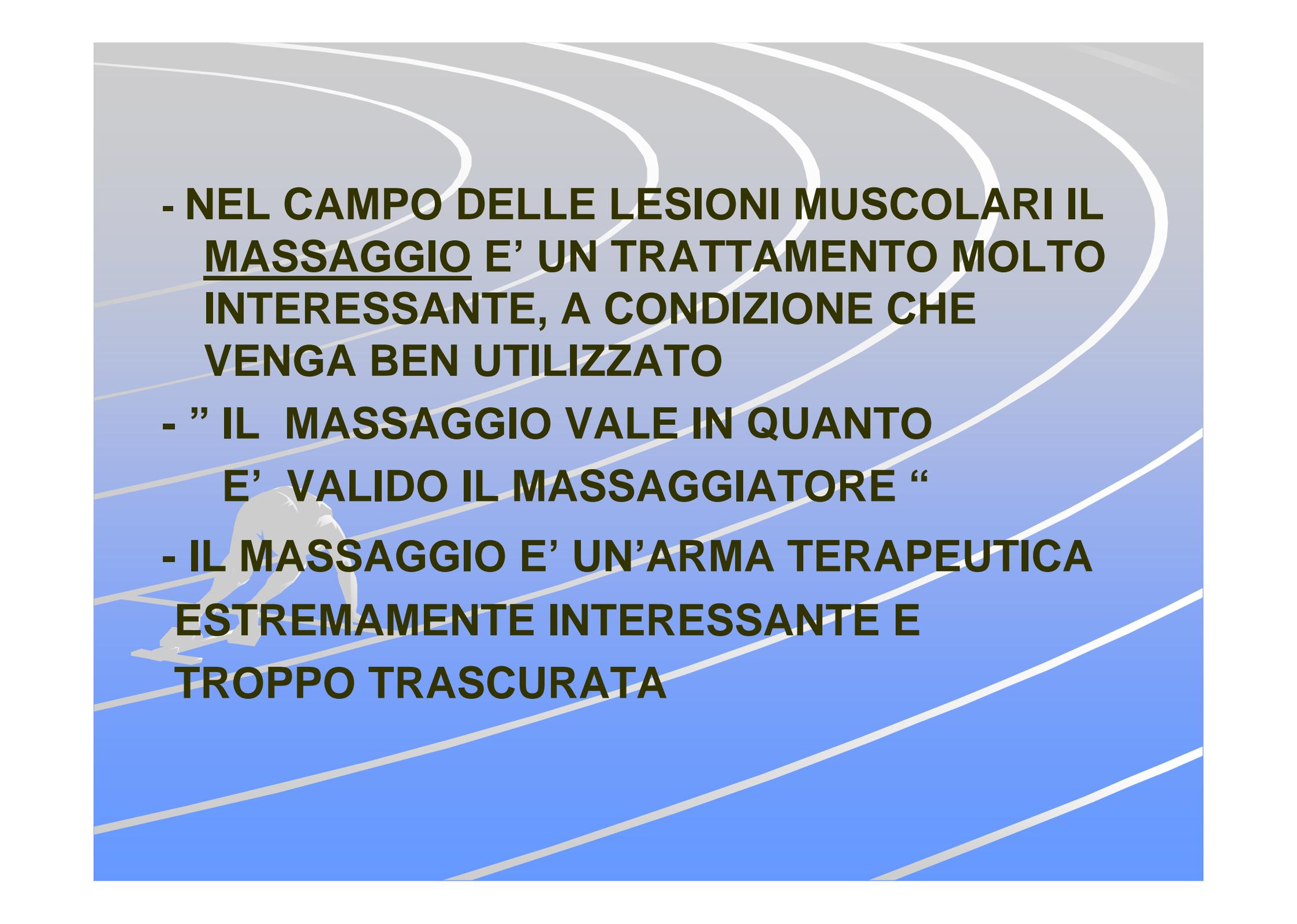


# **IL TRATTAMENTO MANUALE DELLE LESIONI MUSCOLARI**

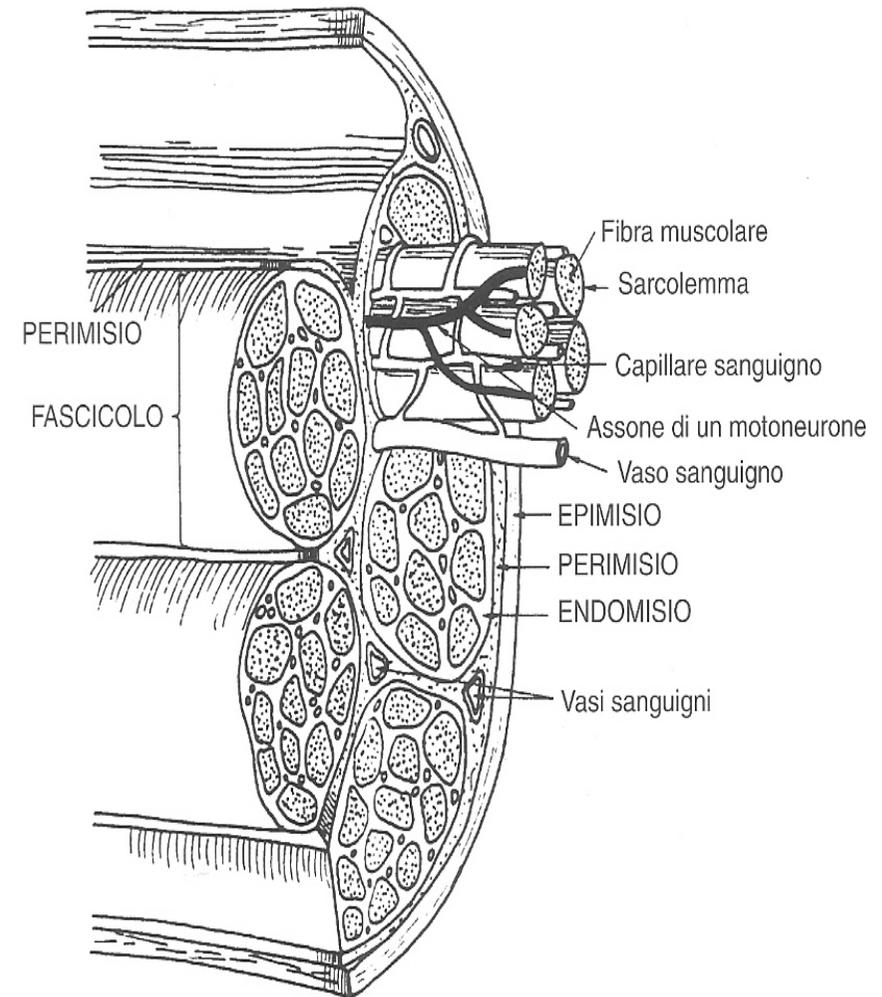
**IL MASSAGGIO QUANDO  
E COME?**



[www.fisiokinesiterapia.biz](http://www.fisiokinesiterapia.biz)

- 
- NEL CAMPO DELLE LESIONI MUSCOLARI IL MASSAGGIO E' UN TRATTAMENTO MOLTO INTERESSANTE, A CONDIZIONE CHE VENGA BEN UTILIZZATO
  - " IL MASSAGGIO VALE IN QUANTO E' VALIDO IL MASSAGGIATORE "
  - IL MASSAGGIO E' UN'ARMA TERAPEUTICA ESTREMAMENTE INTERESSANTE E TROPPO TRASCURATA

- IL TESSUTO MUSCOLARE E' COSTITUITO DA CELLULE CONOSCIUTE CON LA DENOMINAZIONE DI FIBRE MUSCOLARI A CAUSA DELLA LORO CONFORMAZIONE STRETTA E PIUTTOSTO ALLUNGATA
- IL TESSUTO MUSCOLARE POSSIEDE UNA COMPONENTE COSPICUA DI TESSUTO CONNETTIVO.
- QUESTA RIFORNISCE LE CELLULE MUSCOLARI DEI COMPOSTI NUTRITIVI NECESSARI PER IL LORO METABOLISMO E NE FACILITA LA CONTRAZIONE COSTITUENDO UNA IMBRIGLIATURA ININTERROTTA DI TESSUTO CONNETTIVO



**- SEBBENE I MUSCOLI SCHELETRICI SIANO DOTATI DI UNA CERTA CAPACITA' DI RIGENERARSI, LA GUARIGIONE DI LESIONI COSPICUE DEI VENTRI MUSCOLARI AVVIENE IN GRAN PARTE PER LA FORMAZIONE DI TESSUTO CICATRIZIALE. UN TESSUTO CICATRIZIALE DISORGANIZZATO ALTERA LA CAPACITA' FUNZIONALE ED OPERA COME UNA BARRIERA FISICA CHE SI OPPONE ALLA RIGENERAZIONE DELLE FIBRE MUSCOLARI.(THRELKELD, 1992)**

- UN DANNO CAUSA LA ROTTURA DELL'UNITA' STRUTTURALE DEL TESSUTO CONNETTIVO.
- LE DIVERSE FASI DI GUARIGIONE DEL TESSUTO CONNETTIVO NON SONO SEPARATE ED OGNUNA SI CONCATENA ALL'ALTRA CON UNA RISPOSTA CHE INNESCA LA SUCCESSIVA FINO A CHE LA LESIONE E' SOSTITUITA DA TESSUTO CICATRIZIALE.

PERTANTO 1) LA FASE INFIAMMATORIA PREPARA LA SEDE DI LESIONE ALLA 2) FASE DI RIPARAZIONE E 3) LA FASE DI RIMODELLAMENTO PROVVEDE ALLA FORMA DEFINITIVA DEL TESSUTO. (HARDY, 1989)

# **LA FASE INFIAMMATORIA**

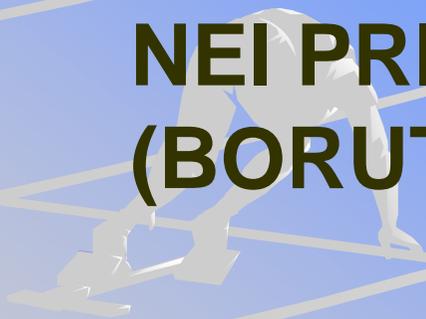
- LA REAZIONE INFIAMMATORIA INIZIALE INDUCE MODIFICAZIONI VASCOLARI E CELLULARI
- TUTTI I FENOMENI VASCOLARI SONO RESPONSABILI DEI SEGNI CLASSICI DELLA INFIAMMAZIONE: CALOR, RUBOR, TUMOR, DOLOR E LAESA FUNCTIO(PEERY E MILLER, 1971)
- NELLE MODIFICAZIONI CELLULARI SI HA CHE I MACROFAGI AUMENTANO DI MOLTO DURANTE I PRIMI 3-4 GIORNI E FAGOCITANO QUALSIASI SOSTANZA CON CUI ENTRANO IN CONTATTO, PULENDO LA FERITA E PREPARANDOLA ALLA SUCCESSIVA FASE DI RIPARAZIONE (ARBOR, 1973)
- I PRINCIPI DI TRATTAMENTO CHIAMATI RICE (REST, ICE, COMPRESSION AND ELEVATION) CHE UTILIZZANO IL RIPOSO, IL GHIACCIO, LA COMPRESSIONE E LA POSTURA DECLIVE NEI PRIMI 2-3 GIORNI DAL DANNO POSSONO CONTRIBUIRE A CONTROLLARE IL CALORE, IL GONFIORE E IL DOLORE MA NON AD ABOLIRE IL PROCESSO INFIAMMATORIO (EVANS, 1980)

# FASE INFIAMMATORIA

- I FARMACI ANTINFIAMMATORI NON STEROIDEI (FANS) MODIFICANO LA RISPOSTA ANTINFIAMMATORIA, RIDUCONO IL DOLORE E LA TEMPERATURA INIBENDO LA PRODUZIONE DI PROSTAGLANDINE RITARDANDO COSI' LA GUARIGIONE (BORUTA, 1990)
- E' PIU' APPROPRIATO PERMETTERE ALLA NATURALE RISPOSTA INFIAMMATORIA DI PROCEDERE UTILIZZANDO PER IL CONTROLLO DEL DOLORE ANALGESICI COME IL PARACETAMOLO.
- INOLTRE UN MASSAGGIO DI FRIZIONE BLANDO ASSOCIATO AD UNA MOBILIZZAZIONE CAUTA SPOSTA IL LIQUIDO TISSUTALE ED AUMENTA LA POSSIBILITA' DI CONTATTO DEI MACROFAGI CON I DETRITI CELLULARI PROMUOVENDO LA GUARIGIONE (EVANS, 1980)

# **FASE INFIAMMATORIA**

- METODI FISICI O ELETTROTERTAPICI CHE HANNO QUESTO EFFETTO, COME IL GHIACCIO E GLI ULTRASUONI SONO UNA AGGIUNTA APPROPRIATA NEI PRIMI GIORNI DAL TRAUMA (BORUTA, 1990)**



# **FASE DI RIPARAZIONE**

- **COME IL PROCESSO INFIAMMATORIO DIMINUISCE DI INTENSITA', IL FIBROBLASTO DIVENTA LA CELLULA DOMINANTE NELLA RIPARAZIONE PRODUCENDO LA SOSTANZA BASALE AMORFA E IL COLLAGENE (CHAMBERLAIN, 1982)**
- **UNA VOLTA CHE I FIBROBLASTI SONO STIMOLATI A PRODURRE COLLAGENE, SI VERIFICA UNA RAPIDA CONTRAZIONE DELLA FERITA (STEARNS, 1940)**
- **INIZIALMENTE LA FORMAZIONE DELLE FIBRE COLLAGENE E' CASUALE. IL NUMERO DELLE FIBRE COLLAGENE E LA FORZA TENSILE DELLA FERITA AUMENTANO SOSTANZIALMENTE DURANTE LE PRIME SETTIMANE DOPO IL DANNO (HARDY, 1989)**

# **FASE DI RIMODELLAMENTO**

- **E' IL PROCESSO DI SINTESI E DEGRADAZIONE DEL COLLAGENE E L' ORIENTAMENTO DELLE FIBRE CHE ASSICURA LA STRUTTURA FINALE DEL TESSUTO CICATRIZIALE**
- **NELLA FASE DI RIMODELLAMENTO LE NUOVE FIBRE COLLAGENE TENTANO DI ASSUMERE LE CARATTERISTICHE FISICHE DEL TESSUTO CHE STANNO RIMPIAZZANDO E INIZIA EFFETTIVAMENTE CIRCA 21 GIORNI DOPO IL TRAUMA. (HARDY, 1989)**
- **IL TESSUTO CICATRIZIALE INIZIALE E' IMMATURO E DEBOLE E LE FIBRE SONO ORIENTATE IN TUTTE LE DIREZIONI SU DIVERSI PIANI. IL RIMODELLAMENTO PERMETTE A QUESTE FIBRE DISPOSTE CASUALMENTE DI RIARRANGIARSI SECONDO UN ORIENTAMENTO SIA LINEARE CHE LATERALE. (HARDY, 1989)**
- **DURANTE QUESTA FASE UN MASSAGGIO DI FRIZIONE ED UNA MOBILIZZAZIONE ENTRO IL LIMITE DEL DOLORE SONO ADATTI A MANTENERE LO SCORRIMENTO DEL TESSUTO CICATRIZIALE IMMATURO E A PROMUOVERE L'ALLINEAMENTO DELLE FIBRE (PRICE, 1990)**

# **FASE DI RIMODELLAMENTO**

- **UN' ANORMALE ED ECCESSIVA FORMAZIONE DI TESSUTO CICATRIZIALE PUO' RISULTARE IN UNA CICATRICE IPERTROFICA O CHELOIDEA (PRICE, 1990)**
- **LA CICATRICE IPERTROFICA SI SVILUPPA QUANDO SI DEPOSITA UN' ECCESSIVA QUANTITA' DI COLLAGENE ALL' INTERNO DELL' ORIGINALE SEDE DI FERITA**
- **LA CICATRICE CHELOIDEA COMPORTA UN DEPOSITO ECCESSIVO DI COLLAGENE NEL TESSUTO CIRCOSTANTE LA CICATRICE**
- **L' ECCESSIVA PRODUZIONE DI TESSUTO CICATRIZIALE NELLE STRUTTURE CONNETTIVALI PUO' DAR LUOGO ALLA FORMAZIONE DI ADERENZE SIA ALL' INTERNO DELLA STRUTTURA IN GUARIGIONE SIA NEL TESSUTO CIRCOSTANTE.**

# **FASE DI RIMODELLAMENTO**

- **IN UNA LESIONE MUSCOLARE DOVE SI E' FORMATO UN ECCESSIVO TESSUTO CICATRIZIALE, IL MASSAGGIO FRIZIONE TRASVERSO PROFONDO E' APPLICATO PER MOBILIZZARE IL TESSUTO CICATRIZIALE ESISTENTE**
- **NEL CASO DI PERSISTENZA ESUBERANTE DELLA CICATRICE SI CONSIGLIA DI EFFETTUARE UN' ALTRA TECNICA MANUALE: LA FIBROLISI (MANUALE O TRAMITE FIBROLISORI) IN GENERE 3- 4 SEDUTE UNA LA SETTIMANA**

# SOMMARIO

## **FASE INFIAMMATORIA ACUTA PRECOCE**

- RIPOSO RELATIVO.
- RICE.
- CAUTO MASSAGGIO DI FRIZIONE TRASVERSALE.
- MOBILIZZAZIONE CAUTA ALL' INTERNO DEL RANGE CONSENTITO DAL DOLORE.

## **RIPARAZIONE**

- GRADUALE AUMENTO DEL MOVIMENTO FUNZIONALE (QUANDO NELLA FERITA CI SIA UNA SUFFICIENTE FORZA TENSILE AL MOVIMENTO OPPOSTO).
- GRADUALE AUMENTO NELLA PROFONDITA' DEL MASSAGGIO DI FRIZIONE TRASVERSALE.
- GRADUALE AUMENTO DEL RANGE DI MOBILIZZAZIONE.

## **RIMODELLAMENTO**

- UN RITORNO A STRESS MECCANICI NORMALI PER GENERARE L' EFFETTO PIEZOELETTRICO, CHE INCORAGGIA L' ALLINEAMENTO DELLE FIBRE.
- UN PIU ' PROFONDO MASSAGGIO DI FRIZIONE TRASVERSALE PER PREVENIRE GLI ECCESSIVI LEGAMI CROCIATI.

# **MASSAGGIO FRIZIONE TRASVERSO**

- IL MASSAGGIO FRIZIONE TRASVERSO E' UN TIPO PARTICOLARE DI MASSAGGIO DEL TESSUTO CONNETTIVO CHE VIENE IMPIEGATO PER IL TRATTAMENTO DEI MUSCOLI MA ANCHE DEI TENDINI E LEGAMENTI**
- LA TECNICA CONSISTE NELLA MANIPOLAZIONE DEI TESSUTI MOLLI USANDO VARI GRADI DI FORZA (CARRECK, 1994)**
- PURTOPPO IL MASSAGGIO FRIZIONE PROFONDO E' UNA TECNICA CHE E' STATA INSEGNATA A MOLTI TERAPISTI O MEDICI SENZA PRECISE INDICAZIONI SULLE SPECIFICHE LESIONI DA TRATTARE**

# **MASSAGGIO FRIZIONE TRASVERSO**

- **DI CONSEGUENZA QUESTA TECNICA E' CONSIDERATA MOLTO DOLOROSA PER IL PAZIENTE E FATICOSA PER IL TERAPISTA (CANONACO, 2001)**
- **IL MASSAGGIO FRIZIONE TRASVERSO PUO' ESSERE VARIATO IN INTENSITA' A SECONDA CHE SI TRATTI DI LESIONI ACUTE O CRONICHE. SE CORRETTAMENTE APPLICATO, QUESTO TIPO DI TRATTAMENTO PRODUCE UN EFFETTO ANALGESICO E SI PARLERA' DI 1) MASSAGGIO FRIZIONE TRASVERSO SUPERFICIALE E 2) MASSAGGIO FRIZIONE TRASVERSO PROFONDO**

# **MASSAGGIO FRIZIONE TRASVERSO**

- **IL MASSAGGIO FRIZIONE TRASVERSO SUPERFICIALE APPLICATO IN UNA FASE INIZIALE DI INFIAMMAZIONE CAUSA UNA AGITAZIONE DEI FLUIDI TISSUTALI CHE PUO' DETERMINARE L'AUMENTO DELL'INDICE DI FAGOCITOSI (EVANS, 1980!!!)**
- **NELLA FASE INFIAMMATORIA CRONICA, IL MASSAGGIO FRIZIONE TRASVERSO PROFONDO PRODUCE EFFETTI TERAPEUTICI CHE LIMITANO E MOBILIZZANO LE ADERENZE.**

# **MASSAGGIO FRIZIONE TRASVERSO**

**- RIDUCE IL DOLORE GRAZIE A:**

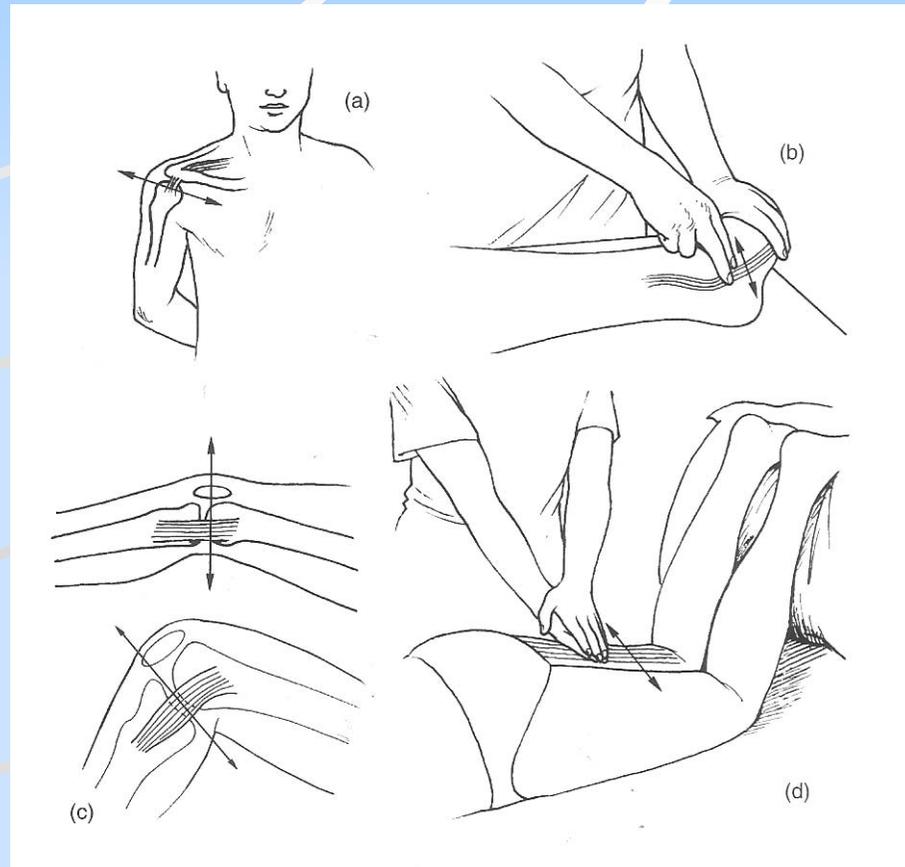
- 1) VASODILATAZIONE E AUMENTATO FLUSSO SANGUIGNO CHE FACILITA L'ASPORTAZIONE DI SOSTANZE IRRITANTI CHIMICHE RESPONSABILI DELL'INDUZIONE DEL DOLORE E IL TRASPORTO DI SOSTANZE OPPIACEE ENDOGENE (WINTER, 1968!!!)**
- 2) STIMOLAZIONE DEI MECCANOCETTORI A BASSA SOGLIA PRESENTI NELLA CUTE CHE RIDUCONO L'ECCITABILITA' DELLE TERMINAZIONI NOCICETTIVE TRAMITE INIBIZIONE PRESINAPTICA "CHIUDENDO IL CANCELLO" AL DOLORE (WELLS, 1988)**

## **MASSAGGIO FRIZIONE TRASVERSO**

- 3) SI PENSA CHE UN DUREVOLE SOLLIEVO DEL DOLORE AVVENGA PER MEZZO DELLA INIBIZIONE PRODOTTA DA SOSTANZE OPPIACEE ENDOGENE TRAMITE CONTROLLI INIBITORI DEGLI STIMOLI DOLOROSI (MELZACK E WALL, 1988) QUESTE SOSTANZE SONO NEUROTRASMETTITORI INIBITORI CHE DIMINUISCONO L'INTENSITA' DEL DOLORE TRASMESSO AI CENTRI PIU' ALTI (GOATS, 1994)**

# PRINCIPI DI APPLICAZIONE DEL MASSAGGIO FRIZIONE TRASVERSO

- IL MASSAGGIO  
FRIZIONE  
TRASVERSO VA  
SEMPRE ESEGUITO  
TRASVERSALMENTE  
SECONDO  
L'ORIENTAMENTO  
LONGITUDINALE  
DELLE FIBRE DELLE  
STRUTTURE DA  
TRATTARE



# PRINCIPI DI APPLICAZIONE

- IL MASSAGGIO FRIZIONE TRASVERSO DEVE ESSERE APPLICATO CON GIUSTA INTENSITA' COSI' DA RAGGIUNGERE E DARE I BENEFICI DESIDERATI AL TESSUTO DANNEGGIATO.
- ESEGUENDO IL MASSAGGIO FRIZIONE TRASVERSO CON UNA CERTA GRADUALITA' SI EVITA CHE QUESTA PRATICA PROVOCHI DOLORE
- VIENE PRIMA ESERCITATA UNA PRESSIONE VERSO LA PROFONDITA' DEI TESSUTI CHE VIENE MANTENUTA MENTRE VIENE ESEGUITO IL MOVIMENTO TRASVERSO

# PRINCIPI DI APPLICAZIONE

- NELLE LESIONI CRONICHE, UNA VOLTA RAGGIUNTA UNA CERTA IPOESTESIA A LIVELLO DELLA LESIONE, IL MASSAGGIO FRIZIONE TRASVERSO PROFONDO VA ESEGUITO PER 10 MINUTI E VA RIPETUTO DOPO UN INTERVALLO DI ALMENO 48 ORE

- NELLE LESIONI ACUTE, IL MASSAGGIO FRIZIONE TRASVERSO SUPERFICIALE VA ESEGUITO QUOTIDIANAMENTE E LA DURATA DEL MASSAGGIO E' EMPIRICA: ALCUNI MEDICI RIPORTANO BUONI RISULTATI CON TEMPI DI APPLICAZIONE LUNGI

# **CONTROINDICAZIONI**

**- POCHE**

**- NON VA MAI ESEGUITO:**

**1)NELL'ARTRITE REUMATOIDE O  
ALTRE ARTRITI**

**2)N ALTRE ARTRITI EI PAZIENTI CON  
CUTE DELICATA (ALMENO PER  
INEOFITI)**

**3)NEI PAZIENTI IN TRATTAMENTO  
CON TERAPIA ANTICOAGULANTE**

# POSIZIONE DELLE MANI NEL MASSAGGIO FRIZIONE TRASVERSO

- a) DITO INDICE CON DITO MEDIO SOVRAPPOSTO;
- b) DITO MEDIO CON DITO INDICE SOVRAPPOSTO;
- c) POLLICI SOVRAPPOSTI;
- d) DITO ANULARE;
- e) PRESSIONE CON IL POLLICE;
- f) MANI SOVRAPPOSTE;
- g) MANO CHE GUIDA LA SUPERFICIE FLESSORIA DEL GOMITO.

