

ACCADEMIA ARCHÈ
SCUOLA DI FORMAZIONE INTEGRATA



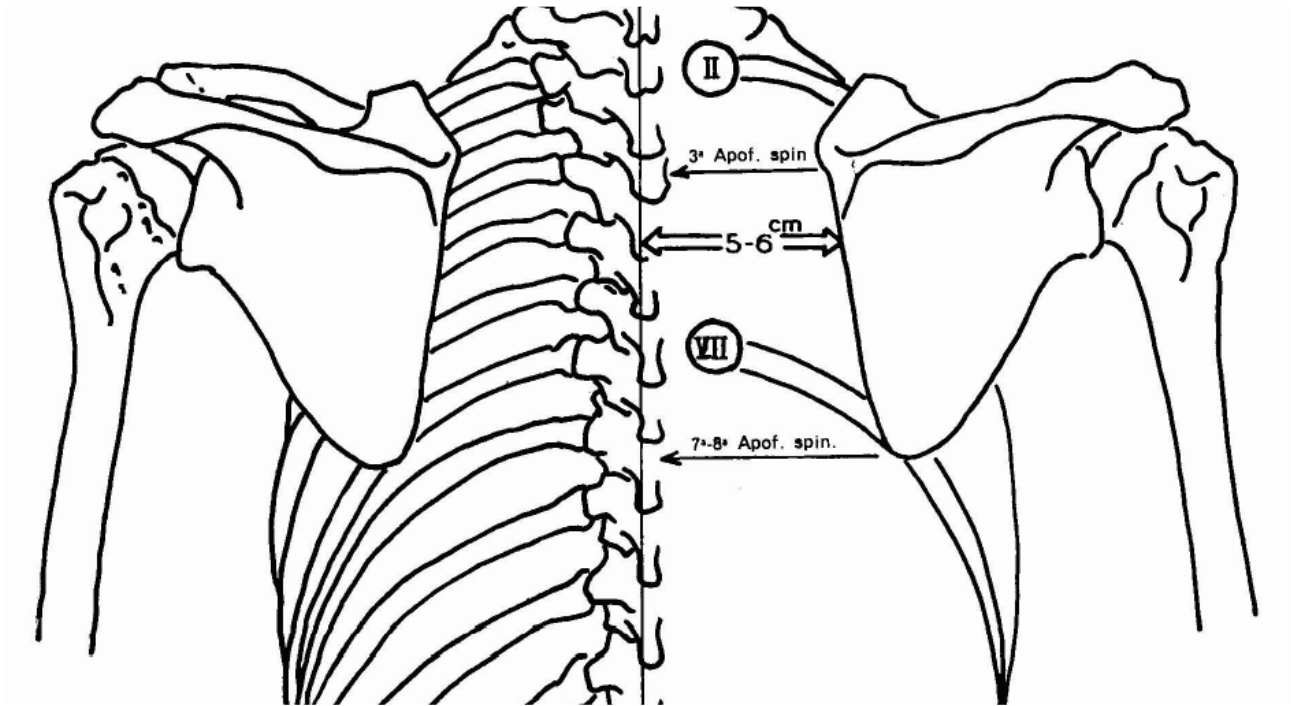
CORSO DI PRIMO LIVELLO IN
METODO INTEGRATO DI
RIEQUILIBRIO OLISTICO (M.I.R.O.)

Direttore Didattico

Dott. GHIO Federico

LA SCAPOLA

ANATOMIA-FISIOLOGIA



CENNI ANATOMICI DI BASE

La coppia scapola/clavicola rappresenta un'unica unità funzionale denominata **cingolo scapolare**, in grado di connettere quindi la scapola con il complesso sterno-costo-clavicolare; nell'insieme questo "meccanismo anatomico" è alla base del sistema prensile e adempie ai suoi compiti grazie a componenti sia di staticità che di grande dinamicità, permettendo in questo modo di orientare e dirigere con efficacia la mano.

La scapola si estende generalmente da D3 alla spinosa di D7 (trasverse di D8) ed è in rapporto col torace con un piano obliquo **avanti-fuori** inclinato di 30° in riferimento al piano frontale; la scapola forma assieme alla clavicola un angolo aperto in dentro di 60° sull'orizzontale e un angolo verticale di 70° aperto in basso e in dentro.

Articolazione scapolo-toracica → è definita in alcuni testi una "sinsarcosi" e, come per l'articolazione sotto-delloidea, anche in questo caso si tratta di una "falsa" articolazione in senso anatomico stretto ma più che vera in senso funzionale; è rappresentata dalla convessità della gabbia toracica e dalle concavità della faccia ventrale della scapola.

LAVORO DI SCOLLAMENTO DELLA SCAPOLA DAL PIANO COSTALE

- Soggetto supino;
- Operatore posto controlateralmente (oppure anche omolateralmente) alla scapola da trattare;
- Con una mano posizionata a taglio, o meglio dalla parte ipotenare, (la mano superiore rafforzerà quelle inferiore) l'operatore cercherà di entrare e guadagnare sulla faccia anteriore della scapola.



- Se l'operatore si accorge che non riesce ad entrare bene sulla scapola è sufficiente far posizionare il braccio omolaterale del soggetto dietro la parte lombare; l'operatore poi posizionerà una mano anteriormente alla scapola omolaterale e, con l'altra mano, cercherà di entrare per raggiungere la faccia anteriore della scapola.



Variante

- Soggetto posizionato su un fianco con un cuscino sotto la testa;
- Operatore posto frontalmente al soggetto;
- Si ipotizza di trattare la ***scapola sinistra*** (quindi soggetto sul fianco destro);
- Il braccio destro dell'operatore passerà sotto al braccio sinistro del soggetto (vedi figura);
- Entrambe le mani dell'operatore si posizioneranno sul margine mediale della scapola.



- L'operatore, appoggiandosi con il suo busto anteriormente la spalla sinistra del soggetto, potrà accompagnarla in retropulsione in maniera tale poi da riuscire, con le mani, ad entrare più facilmente sulla scapola per raggiungere la sua faccia anteriore.



- Da questa posizione l'operatore può effettuare dei movimenti di circonduzione del cingolo scapolare (o comunque in tutti i movimenti possibili) con l'obiettivo, quindi, di cercare e ottenere lo scollamento tra la scapola e la parete toracica.

