

# Deep Tissue Massage

Per favore leggi tutto fino in fondo. Grazie.

<b>Programma</b>	
<b>Prima giornata</b>	Anatomia e fisiologia La disfunzione del movimento I meccanismi del dolore Trigger Point e Tender Point Zone di dolore riferite Differenziazione da altri tessuti
<b>Seconda giornata</b>	Cenni di esame posturale Il metodo: uso del corpo, la profondità e la lentezza Pratica palpatoria (tessuti superficiali, tessuti profondi, trigger) Trattamento toracico + Pratica Il piede + Pratica L'arto inferiore + Pratica Glutei e rotatori dell' anca + Pratica Addome + Pratica Dorso(1°parte) + Pratica Dorso (2°parte) e cingolo scapolare + Pratica Trattamento cervicale e arti superiori + Pratica Testa-viso + Pratica  [Quando avrai superato questo puoi accedere al DTM Avanzato. All' Avanzato però puoi accedere direttamente se hai una buona formazione e alcuni anni di lavoro.]

## **== APPROFONDIMENTO ==**

IL DTM è un lavoro sul tessuto profondo che ha un'altissima valenza terapeutica ma anche la particolarità di poter essere **organizzato in sequenze, secondo protocolli ossia di essere ORGANIZZATO.**

Il metodo coinvolge tutta la fascia e le strutture articolari attraverso uno stretching passivo e un joint release seguito dal movimento e dal lavoro percettivo. Si crea spazio nel tessuto, scollamento e mobilità.

Per esempio non lavorerai su una lordosi senza lavorare prima sul respiro, un lavoro su una spalla chiede di controllare tutti i compensi che dal piede arrivano lì, se non orrieni soddisfazione dovrai lavorare col movimento, ecc.. Questo permette di mettere un corpo "in relazione" ossia ogni parte collabora con l'altra e l'insieme costruisce una persona e le sue funzioni. E' ovvio che questo può avere un grande impatto psicologico.

### **Prendi nota che:**

- un corso con 4 persone ha un programma/orario/sede diversa da un corso con 11-14-16 persone. Ed è seguito in modo totalmente diverso.

- Se è un corso per il sanitario ha presupposti diversi da uno destinato al benessere. Cerchiamo di fare gruppi omogenei che non siano noiosi per un sanitario nè incomprensibili per un olistico.
- Il corso di Deep e quello relativo ai Trigger sono unificati giacchè **non è proprio possibile fare Deep M. senza occuparsi dei trigger o fare Trigger Therapy senza usare il Deep.** Dividere le cose è un espediente commerciale. La stessa cosa possiamo dirla sul Joint Release, tecnica di scioglimento delle articolazioni.
- Per svolgere il tutto in un weekend è necessario conoscere il Documento Pre-corso. Agli iscritti viene dato un link e una password dove scaricarlo.

### Testi di base

**Clay & Pounds**, *Fondamenti clinici della massoterapia*, Piccin (l'edizione corretta da noi si trova a 5 euro su payhip)

Per avere una visione delle evoluzioni più mature del Deep Massage/miofasciale è utile:

**Peter Schwind**, *Il corpo in linea, Mediterranee*

### **Le fake sul DTM**

Qui di seguito i più grandi errori e le incompetenze che si trovano in rete.

- "Massaggio Profondo/Miofasciale". Il DTM non è solo profondo e non è un miofasciale, è un FASCIALE, ossia si occupa di TUTTA la fascia. E' ANCHE un miofasciale dove la fascia si inserisce nelle fibre muscolari.
- Il profondo è la "Neuromuscular Therapy" (mass.neuromuscolare). No la NMT é il nome dato al miofasciale da L.Chaitow.
- E' un "Massaggio Connettivale": tutti i massaggi sono connettivali. Di solito la specifica del connettivale é "riflessogeno" e allora si parla della Dicke o dei Teirich Leube. Tecnica sorpassata dalle conoscenze osteopatiche.
- Nel Deep si usa l'olio. NO, non si usa MAI olio. Come si può pensare di lavorare sui tessuti e sulla fascia separando e riorganizzando se non si raggiungono gli strati medi e profondi e si slitta sulla pelle? Il Deep non é neanche una spalmata per friggere un paziente e meno ancora un' impanatura di crema. Il Deep non usa nulla o al massimo ricostruisce il film lipidico della pelle.
- Il Deep è pesante/leggero. Non é nè leggero nè pesante. Se lavoriamo in superficie risulterà leggero, se lavoriamo su uno psoas risulterà "pesante". Che è sbagliato anche questo. Semmai si usi "profondo".
- il Deep fa male. **NO. NON-fa-male!** Se sai dosare profondità/lentezza non crei dolore. Chiaramente se sei un meccanico senza sintonia con l'altro causerai dolore e allora il nostro corso di **Touch** fa per te.
- Il Deep NON é il "massaggio col gomito". Si vedono gomiti ovunque, una cosa da spettacoli circensi. Non é pensabile che un gomito dia la sensibilità di lavorare con precisione, di percepire cosa ci sta dicendo quel muscolo o quel corpo. Qualche volta su vaste masse muscolari si usa l'olecrano ma anche lì permane il dubbio circense.

- Programmi. "Primo giorno: trattamento della spalla". Ma come si fa a strutturare un programma partendo da una spalla?! I problemi di solito partono dal respiro perchè il diaframma lavora h24. La seconda parte del corpo che lavora tantissimo e con un carico notevole, è il piede. Quindi in un insegnamento dovrò partire di lì.

==

Consiglio ai colleghi: smettetela di copiare i nostri testi. Non mettete così in evidenza l'incapacità del pensiero. E' un danno per tutti. Grazie.

---