

# STABILIZZAZIONE ATTIVA IN ACQUA NEL POST-OPERATORIO DI EDD SECONDO METODOLOGIA CORE-STABILITY

AUTORI: D. CODELUPPI - G. MANTOVANI - G. BOVINA - V. LAGALLA

## INTRODUZIONE:

- LOMBALGIA - malattia sociale
- Insorgenza lenta
- Dopo int.to EDD frequenti manifestazioni di recidive
- Stretta correlazione con vizi posturali

## MATERIALI:

- 18 Pz. 12 post-operatori + 6 in tratt. conservativo
- 18/18 L.P. test +++
- 18/18 dolore
- Trattamento: 60 gg 2 sed/sett. + 30 gg 1 sed/sett.

## METODI:

- **PRINCIPI DI APPLICAZIONE:**
  - CORE-STABILITY IN ACQUA: capacità di generare e trasmettere forza in senso prossimo-distale dove l'azione degli arti impone una più efficace stabilizzazione del "CORE".
  - IRRADIAZIONE: l'attivazione di un gruppo muscolare è facilitata dalla contrazione di muscoli contigui disposti in catena cinetica.
- Esercizi impartiti SUGGERENDO L'AZIONE da svolgere e NON IL MOVIMENTO.
- SONO RICHIESTE ESECUZIONI LENTE per facilitare l'attivazione dei RIFLESSI PROPRIOCETTIVI.



**NON IMPORTA CHE I MUSCOLI SIANO FORTI...L'IMPORTANTE E' CHE SIANO REATTIVI**

## STRATEGIA:

**SENSIBILIZZAZIONE E PERCEZIONE DELL'ATTIVAZIONE DEL "CORE" IN ACQUA  
STABILIZZAZIONE DEL "CORE" CON ESERCIZI A DIFFICOLTÀ PROGRESSIVA  
RICERCA NELLE AZIONI QUOTIDIANE DEGLI STIMOLI SENSITIVI CHE ATTIVANO IL "CORE"**

## RISULTATI:

- 18/18 Pz. REMISSIONE DEL DOLORE
- 18/18 Pz. LP test --- (inizio studio LP test +++)
- 5/18 Pz. hanno riferito di "sentire i muscoli del busto più forti" nelle attività quotidiane "minore pesantezza alla schiena" nelle ore serali.

## CONCLUSIONI:

- NEL TRATTAMENTO CONSERVATIVO E NEL POST-OPERATORIO LA STABILIZZAZIONE DEL "CORE" PRODUCE REMISSIONE DEL DOLORE E PREVENZIONE DELLE RECIDIVE.
- IN BASE ALLA NOSTRA ESPERIENZA SVILUPPARE NEI PAZIENTI MAGGIORE ATTENZIONE AL CONTROLLO DELLA PERCEZIONE DEI MOVIMENTI E DELLA POSTURA (PROPRIOCEZIONE) LI RENDE PIÙ CONSAPEVOLI DEI RISULTATI OTTENUTI.