



Vi scrivo per parlarvi della riunione che si è svolta sabato 14 febbraio presso la sede della Back School di Cusano Milanino.

Il dottor **Mario Ambrosone**, Medico Chirurgo, specialista in Ortopedia e Traumatologia, ha tenuto una interessante relazione sul tema: "Piede e Postura: nuove frontiere".

Ha presentato la sua visione integrata e innovativa, con un approfondimento delle conoscenze di anatomia, fisiologia, anatomia patologica e fisiopatologia; ha illustrato le terapie riabilitative e preventive delle alterazioni della postura e delle sindromi ad essa correlata, derivanti dalle alterazioni funzionali del recettore piede.

È stato bello sentire un chirurgo ortopedico parlare, non di chirurgia del piede, ma di efficaci strategie riabilitative e di plantari innovativi perché dinamici.

Altrettanto interessante è stata la relazione della dott.ssa **Lucia Chiarioni**, Psicologa, Psicoterapeuta, Psicotraumatologa: "Introduzione a Corpo e Psiche: l'importanza del Sistema Sensomotorio".

Ha illustrato il suo metodo di lavoro che si fonda su tecniche psicoterapiche moderne e numerosi anni di ricerca sulla postura e sulla stretta connessione tra corpo e psiche.

L'apporto di una psicologa così qualificata sarà molto utile per il comitato scientifico della Back School: essendo lo stress, l'ansia, la tensione eccessiva, cause molto diffuse di mal di schiena, cervicalgia e alterazioni posturali, noi docenti di Back School abbiamo bisogno di essere guidati da psicologi valenti per attuare strategie efficaci.

Ho il piacere di comunicarvi che si è inserita nel comitato scientifico della Back School una nostra collega di Parma, la prof.ssa **Mariangela Cristofanilli**: è una delle insegnanti più qualificate e preparate sul tema della scoliosi.

Per molti anni ha collaborato con Renè Perdrille, che ha dedicato la sua vita allo studio della scoliosi idiopatica, ottenendo importanti risultati. Le sue originali constatazioni biomeccaniche hanno aperto nuovi orizzonti nello studio e nella cura della scoliosi sia per la costruzione dei corsetti sia per la cinesiterapia.

Mariangela si è presentata con una breve relazione, in cui, tra l'altro, ha dichiarato di essere d'accordo con i principi esposti nella relazione del dottor Ambrosone.

Io sono convinto che la collaborazione tra ortopedico, psicologo, chinesologo, fisioterapista e osteopata darà ottimi risultati.

Il prof. **Luigi Magarò**, responsabile di Pesaro Back School, ci ha illustrato i risultati ottenuti attuando la Back School nelle scuole della sua città; ha presentato il convegno che sta organizzando "La schiena a scuola nel terzo millennio": si terrà a Pesaro sabato 16 maggio 2015. Il prof. Magarò è un insegnante di grande esperienza; abbiamo ricordato ai presenti il giorno in cui insieme al prof. Antonio Negrini, abbiamo visto per la prima volta le diapositive della Back School svedese. Era l'anno 1979 (la Back School svedese è sorta nel 1969 ma solamente nel 1979 l'abbiamo conosciuta) ed è stato un evento importante per la nostra attività professionale.

Ha poi parlato brevemente la prof.ssa **Isabella Barovero** illustrando il corso di Nordic Walking che si svolgerà a Candia Canavese (TO) nei giorni 28/29 marzo 2015.

Al termine della riunione ho presentato il **cuscino CV4**. È uno strumento molto semplice ed efficace che si inserisce molto bene nel programma della Back School perché può essere utilizzato in palestra.

Si tratta di un cuscino utile per ottenere una efficace azione antalgica a livello lombare e cervicale; è stato studiato per riformare le benefiche lordosi; posizionato in modo attento e oculato, esercita delle pressioni sui muscoli paravertebrali e sulla regione occipitale che agiscono come le mani dell'osteopata.

L'osteopata **Mario Longhin** che ha ideato il cuscino, terrà un corso teorico-pratico per approfondire l'utilizzo di questo strumento per l'allineamento della colonna e della postura. Il corso si svolgerà a Cusano Milanino (MI) nei giorni 7/8 marzo e ad Assisi (PG) il 4/5 luglio 2015.

Inoltre, nel mese di marzo si terrà anche il corso di **Rieducazione del Pavimento Pelvico con Approccio in Gravidanza**.

Questo corso ha avuto successo nel 2014 per la bravura e la preparazione delle insegnanti che conducono le lezioni in perfetta sinergia; per approfondire meglio l'argomento e per completare il programma con la preparazione al parto abbiamo deciso di articolarlo su due giornate: 1° e 2° livello.

Il corso si svolgerà ad Asolo nei giorni 14/15 marzo.

Docenti: Prof. Pasta Grazia, Prof. Barbara Zebellin.

Infine, vi invito a diffondere la notizia che nel mese di marzo si terrà per la prima volta a **Foggia** un **corso di Back School di 1° livello**: si svolgerà nei giorni 20/21/22 marzo presso la sede di **Foggia Back School**.

Colgo l'occasione per salutarvi.

Benedetto Toso