

Benefici:

AZIONI DIRETTE DEL MASSAGGIO:

TERMICA: è determinata dall'attrito sulla cute causato dal movimento delle mani, oltre allo scivolamento dei vari piani cutanei e sottocutanei sulla muscolatura.

CINESTETICA: è dovuta alla sensazione che il massaggio provoca sulla pelle.

DRENANTE: è il risultato della pressione sui vasi sanguigni.

AZIONE INDIRETTA DEL MASSAGGIO:

Essa si esplica con il meccanismo neuro riflesso e umorale . Tale azione ha un effetto mediato. Molte di queste azioni dipendono dal sistema nervoso centrale e dal periferico; altre dipendono dal sistema vascolare, nonché dal sistema endocrino.

IL MASSAGGIO TERAPEUTICO è un insieme di manovre coordinate tra loro suddivise in:

Manovre superficiali: sono due SFIORAMENTO E FRIZIONE, esse interessano le regioni più esterne dell'organismo e non producono modificazioni in profondità.

Manovre Profonde: sono tre IMPASTAMENTO, PERCUSSIONE, VIBRAZIONE.

Alternandosi tra loro danno vita al massaggio manuale.

A seconda delle regioni da trattare il MASSAGGIO si divide in massaggio segmentario o parziale e massaggio generale.

Secondo l'azione terapeutica avremo un'azione ANTALGICA, DECONTRATTURANTE, STIMOLANTE, TROFICA o EPURATRICE.

Meccanismi d'azione: Sulla cute: - effetto diretto antalgico poiché interessa i recettori sensitivi

- Stimolazione delle ghiandole sudoripare sudorifere;
- Facilitazione della cute asportando, con l'azione meccanica delle mani, le cellule più vecchie dello strato corneo della pelle;
- Dilata i capillari ed aumenta il numero di capillari che passano da uno stato di inattività ad uno stato di funzione attiva, migliorando così il trofismo;
- Liberazione di sostanze come l'istamina e l'acetilcolina;
- Aumento della temperatura locale;
- Esercita effetti a distanza (cutaneo viscerali).

Sui muscoli il massaggio determina i suoi effetti influenzando la circolazione e il tono muscolare.

IL miglioramento della circolazione produce :

- Miglioramento del trofismo muscolare per afflusso maggiore di glicogeno;
- Rapido deflusso delle sostanze cataboliche derivanti dal metabolismo;
- Rapido assorbimento dei depositi post traumatici;
- Risoluzione delle nodosità e degli esiti cicatriziali;

Rispetto al tono muscolare, il massaggio ha effetto risolutivo:

- In presenza di contrattura antalgica, che viene alleviata dalle manovre superficiali;
- Alla presenza di deficit muscolare che è incrementato con manovre profonde, e ginnastica specifica;

Sulle articolazioni il massaggio agisce sia nei tessuti periarticolari, sia nelle cavità articolari stesse, regolando la quantità di liquidi fisiologici presenti e migliorando la capacità reattiva degli stimoli propriocettivi.

Negli esiti post traumatici delle articolazioni, il massaggio assume un ruolo determinante insieme alla chinesiologia per la riabilitazione funzionale, in quanto aiuta a fare riassorbire i versamenti interni, e inoltre elimina le formazioni fibrose riparative e gli esiti cicatriziali peritendinei e in prossimità dei legamenti, ridonando l'elasticità ai tessuti lesi.

L'azione indiretta si esplica, attraverso il sistema nervoso vegetativo, sia localmente sulla parte trattata, sia sull'organismo in generale, interessando le funzioni principali, quali: la circolazione sanguigna, il ricambio metabolico e la psiche.

Il massaggio agisce sulle vene agevolando il deflusso sanguigno, favorendo quindi la risoluzione di congestioni e stasi.

INDICAZIONI:

- Una condizione patologica è un'indicazione al massaggio terapeutico se è probabile che tragga beneficio dal trattamento. Invariabilmente il massaggio viene somministrato come coadiuvante ad altri apporti, medici o complementari, ed è sempre eseguito con l'approvazione del medico. A questo stadio, è importante considerare l'applicazione del massaggio per tipi differenti di patologie.
- Nei disturbi costituzionali più generalizzati, il ruolo del massaggio è di aumentare l'eliminazione di tossine e dei prodotti di scarto. Queste sostanze provengono da infezioni, infiammazione, spasmo muscolare e cambiamenti simili. Il massaggio raggiunge questo scopo tramite l'influenza benefica sulla circolazione, in particolare sul ritorno venoso e linfatico. Ulteriori benefici avvengono con il rilassamento dei muscoli e, altrettanto significativo, è la stimolazione del sistema nervoso autonomo, che a sua volta migliora la produzione di secrezioni ghiandolari e funzionalità degli organi.
- Tutti i movimenti del massaggio hanno un effetto normalizzante sulle zone riflesse, sia queste siano aree di dolore riferito diretto, relative a disfunzioni di organi, sia a un cambiamento diretto dei tessuti.

CONTROINDICAZIONI alcune sono:

- Stati febbrili
- Cardiopatie gravi
- Tromboflebiti
- Artriti in fase acuta
- Tumori
- Ascessi
- Foruncolosi
- Neuriti
- Osteomieliti

- Malattie del sangue e dei capillari
- Problematiche in fase acuta.
- Fratture
- Osteoporosi severa

Le controindicazioni del massaggio in questi casi sono relative al fatto che esso agisce sulla circolazione del sangue e linfatica, accelerando il metabolismo e smuovendo i ristagni di sangue e linfa immettendoli nel circolo in genere.