

Indice

1 Il corpo in movimento	1	5 Muscoli del cuoio capelluto, della faccia e del collo	51
Direzioni anatomiche	2	Muscolo epicranico (occipitofrontale) ..	53
Aree regionali	5	Muscolo orbicolare dell'occhio	55
Piani corporei	7	Muscolo massetere	57
Movimenti anatomici	8	Muscolo temporale	59
Muscoli scheletrici	14	Muscolo pterigoideo esterno	61
Forma dei muscoli (organizzazione dei fascicoli)	16	Muscolo pterigoideo interno	63
Meccanica muscoloscheletrica	18	Muscolo digastrico	65
Fasce muscolari	23	Muscoli scaleni anteriore, medio, posteriore	67
Attacchi muscolari	24	Muscolo sternocleidomastoideo	69
Sviluppo embriologico e miofasciale	26		
2 Visione generale dei trigger point	27	6 Muscoli del tronco e della colonna vertebrale	71
Definizione	28	Muscolo erettore della colonna vertebrale (sacrospinale)	73
Prevalenza	28	Muscoli cervicali posteriori	75
Embriogenesi	28	Muscoli multifido/rotatori	77
Dimostrazione	29	Muscolo splenio della testa/del collo	79
Punti di agopuntura o agopressione e trigger point	29	Muscolo obliquo esterno	81
Fibromialgia	29	Muscolo trasverso dell'addome	83
3 Fisiologia dei trigger point	31	Muscolo retto dell'addome	85
Visione generale della struttura del muscolo scheletrico	32	Muscolo quadrato dei lombi	87
Classificazione dei trigger point	35	Muscolo iliopsoas (grande/iliaco)	89
Sintomi dei trigger point	36		
Obiettività clinica	37	7 Muscoli della spalla e dell'arto superiore	91
4 Protocolli di tecniche terapeutiche	41	Muscolo trapezio	93
Palpazione	42	Muscolo elevatore della scapola	95
Confronto tra iniezione di sostanze e puntura a secco	43	Muscoli romboidi (piccolo e grande)	97
Tecnica di puntura a secco	44	Muscolo dentato anteriore	99
Tecnica spray and stretch	44	Muscolo grande pettorale	101
Protocolli pratici di release dei trigger point	46	Muscolo grande dorsale	103
Tecniche modificate di energetica muscolare/release posizionale	47	Muscolo deltoide	105
Tecniche di massaggio	48	Muscolo sovraspinato	107
Domande frequenti (FAQ)	49	Muscolo infraspinato	109
		Muscolo piccolo rotondo	111
		Muscolo sottoscapolare	113
		Muscolo grande rotondo	115
		Muscolo bicipite brachiale	117
		Muscolo tricipite brachiale	119

8 Muscoli dell'avambraccio e della mano	121	10 Muscoli della gamba e del piede	163
Muscolo pronatore rotondo	123	Muscolo tibiale anteriore	165
Muscolo palmare lungo	125	Muscolo estensore lungo delle dita/dell'alluce	167
Muscoli flessori del polso	127	Muscoli peronieri lungo, breve e anteriore	169
Muscolo brachioradiale	129	Muscolo gastrocnemio	171
Muscoli estensori del polso	131	Muscolo plantare	173
Muscolo estensore delle dita	133	Muscolo soleo	175
Muscolo supinatore	135	Muscolo popliteo	177
Muscoli opponente del pollice/adduttore del pollice	137	Muscolo flessore lungo delle dita/dell'alluce	179
Piccoli muscoli della mano	139	Muscolo tibiale posteriore	181
9 Muscoli dell'anca e della coscia	141	Muscoli superficiali del piede	183
Muscolo grande gluteo	143	Muscoli profondi del piede	185
Muscolo tensore della fascia lata	145	Glossario dei termini medici	187
Muscolo medio gluteo	147	Bibliografia	193
Muscolo piccolo gluteo	149	Indice analitico	195
Muscolo piriforme	151	Indice dei muscoli	198
Muscoli ischiocrurali	153		
Muscoli adduttori	155		
Muscolo pettineo	157		
Muscolo sartorio	159		
Muscolo quadricipite femorale	161		