



EDUK-BRAIN GYM® NETWORK ITALIA APS

Scuola di Formazione Nazionale

accreditata ASI-Settore Olistico n° SF 272/2020 – Cod. ASI: TOS-AR0378

per l'insegnamento

della Kinesiologia Educativa

Kinesiologia Olistica

Kinesiologia Biologica Consecutiva

**CORSO DI FORMAZIONE PER OPERATORE BASE
IN KINESIOLOGIA OLISTICA APPLICATA**

**Impiego pratico e teorico della Kinesiologia
in un caso di stress surrenalico**

Relatore: Fabio Valenzisi

Allievo: Stefano Bertelli

**Milano
(febbraio – novembre 2023)**

Introduzione

Esamineremo un individuo, partendo dal fatto che esso stesso sia già di per sé un mistero. Mettendo da parte ogni bisogno di certezza, ascoltando e osservando i movimenti del suo corpo, la sua percezione e la sua espressione, intesa come corpo vivente, vitale e vissuto, identificando eventuali squilibri, interferenze o tensioni nel corpo espressivo.

Utilizzeremo la Kinesiologia Olistica di base, per individuare e correggere le eventuali risposte a squilibri e/o disorganizzazioni che emergeranno nei test. Se non vengono trattati, questi squilibri creano un forte stress.

Lo stress è un processo adattativo dell'organismo, una condizione che ci permette di evolvere, mettendo l'individuo nella posizione di dover prendere una decisione e/o adattarsi alla situazione che sta vivendo.

In stato di stress il corpo metterà in atto dei meccanismi di difesa che risponderanno a tre specifiche reazioni primitive: lotta, fuga, paralisi. Si tratta di un processo che stimola il corpo all'adattamento attraverso delle risposte psicofisiologiche endocrine e comportamentali.

Possiamo distinguere due stati di stress: eustress – stress positivo e distress – stress negativo.

Eustress: genera più attenzione percettiva, ed emozione positiva, aumenta la produttività, amplifica la consapevolezza di sé, **durata a breve termine.**

Distress: genera stati di preoccupazione, ansia e sentimenti negativi. Comporta problemi e disagi a livello psicofisico, diminuisce la produttività e le nostre capacità di reagire, si protrae anche per lunghi periodi di tempo.

Quando l'organismo ha difficoltà ad adattarsi si innesca un processo adattivo chiamato sindrome generalizzata di adattamento (GAS- general adaption syndrome), che è quello stato più comunemente conosciuto come stress: in questo stato il corpo, nel tentativo di adattarsi al contesto stressante – o stressor - manifesta fenomeni di disorganizzazione sistemica dell'organismo. Tali fenomeni possono diventare sintomi manifesti sotto forma di tensione muscoloscheletrica e/o dolore, disturbi viscerali e nei casi peggiori malattia.

La GAS può generare molti stati di malessere; può manifestarsi per cause fisiche, emozionali, nutrizionali, provocando l'attivazione dell'asse ipotalamo-ipofisario, con la conseguenza di iperstimolazione della corticale del surrene: produzione di ormoni dello stress come il cortisolo.

In Kinesiologia, per valutare la risposta del corpo allo stress, possiamo applicare il metodo del “riflesso da stiramento articolare”, usando il test muscolare kinesiologico come indicatore empirico di verifica della presenza o meno di stress surrenalico.

Andremo a provocare uno stiramento su una qualsiasi articolazione, usando un muscolo indicatore (MI) precedentemente forte (ON): se il MI si indebolisce (OFF), dopo la provocazione da stiramento, abbiamo motivo di considerare che il soggetto sia in uno stato di

stress surrenalico, responsabile di un coinvolgimento generale delle ghiandole surrenali come attivazione surrenalica generalizzata.

Questa condizione causa la debolezza di ogni articolazione (per questo motivo è possibile applicare la tecnica provocando qualsiasi articolazione del corpo) e la tendenza all'insorgenza di lesioni articolari, anche in caso di mini-stiramenti, microtraumatismi o sollecitazioni intense delle strutture muscolo tendinee, come accade in certi sport o pesanti attività lavorative. Come vedremo, il caso in analisi presenta una situazione riconducibile al quadro di squilibrio della GAS: soggetto atletico che pratica arrampicata sportiva in modo regolare e intenso, con diversi fattori di stress emotivo che caricano ulteriormente i processi adattativi necessari alla gestione efficace dei suoi stress.

Analisi del soggetto

N.M. artigiano tappezziere, 32 anni, praticante lo sport dell'arrampicata. arriva in studio lamentando dolori al ginocchio sinistro da circa tre settimane, dicendo di aver eseguito un esame rx al ginocchio, il cui risultato non riporta nessuna lesione. In fase di approfondimento, con probabile risonanza. Mi riferisce di sentire dolore a tutte le articolazioni e di una psoriasi a chiazze, estesa su tutto il corpo che peggiora in certi periodi e migliora in altri. Aggiunge un dettaglio sul suo stato emotivo: dice di non sentirsi sostenuto dalle persone a lui vicino e appoggiato nelle sue scelte; percepisce diffidenza da parte delle persone care e questo lo porta a sentire molto stress psicofisico.

Esame obiettivo

Riscontro nel soggetto diversi squilibri posturali: in piedi osservo che la spalla sinistra è più bassa rispetto alla destra, la spalla destra più anteriorizzata. Nella deambulazione noto un'andatura poco fluida e la tendenza delle spalle a chiudersi in avanti.

La psoriasi mi segnala una forte correlazione all'asse ipotalamo-ipofisi-surrene, il sistema che controlla e modula la reazione del corpo allo stress. Questa forte correlazione si riscontra in quanto i primi sintomi dell'adattamento allo stress si manifestano assieme all'abbassamento del sistema immunitario, possibili malattie della cute, intolleranze, allergie, degenerazione funzionale delle ghiandole surrenali; e, aspetto importante per il nostro caso, anche alterata regolazione del liquido capsulare sinoviale nelle articolazioni.

La psoriasi, più il dolore alle articolazioni, mi offre dei segnali significativi per valutare kinesiologicamente quanto detto prima, ovvero che lo stato di stress sta attivando nel corpo di N.M. il sopra citato meccanismo di Gas. Inducendo il soggetto in uno stato avanzato di stress, gravando sulle ghiandole surrenali e di conseguenza alterando l'equilibrio articolare.

Trattamento

Concordato con N.M. l'obiettivo di raggiungere un benessere articolare ed emotivo, procedo ad eseguire le seguenti modalità di riequilibrio:

- . test di sintonizzazione e disorganizzazione neurologica
- . trattamento dei fusi neuro muscolare e catene posturali
- . trattamento dei 3 diaframmi
- . piccola circolazione energetica con eventuali correzioni associate
- . ruota dei meridiani e correzioni eventuali

Test di disorganizzazione neurologica

Eseguo test dell'arco diastaltico, un sistema di coordinamento che si attua indipendentemente dalla coscienza, in relazione alla sensibilità dell'organismo, attraverso l'unità motoria e l'attività adattiva del sistema endocrino: è un mezzo fisiologico automatico di regolazione delle prestazioni organiche e di adattamento alle variazioni stressogene ambientali.

Constato che il muscolo indicatore (MI) risponde ON sia alla stimolazione centripeta che centrifuga del fuso; quindi, posso dedurre che il soggetto non sia in grado di organizzare la risposta agli stimoli che arrivano al sistema nervoso perché si trova sotto forte stress; per esattezza si tratta di una specifica risposta chiamata “congelamento” e conosciuta tecnicamente come freeze, una delle tre risposte fisiologiche primarie: fight, flight, freeze. Lo stato di congelamento non è altro che una risposta adattiva primaria, una strategia comportamentale di sopravvivenza e di adattamento all'ambiente che si manifesta quando viviamo situazioni o periodi di forte stress. La peculiarità di interesse kinesiologico di questo stato è la tensione muscolare che tende all'immobilità e porta il soggetto ad assumere una sorta di “mimetismo” come strategia subconscia di adattamento. Questa condizione rende necessario applicare metodi di allentamento del sistema neurovegetativo prima di sottoporre il soggetto ai test kinesiologici. Infatti, in kinesiologia, questa condizione ostacola le procedure dei test muscolari; pertanto, è necessario applicare delle tecniche che favoriscano il rilassamento, riducendo lo stato di allerta in cui si trova il soggetto. Per questo procedo con A.S.E. (allentamento dello stress emotivo), utile per attivare la risposta di rilassamento della persona e favorire lo stato espressivo ottimale per procedere con i test kinesiologici.

Ricontrollo il test dell'arco diastaltico e questa volta il muscolo risponde correttamente. ON in apertura - stimolazione centrifuga - e OFF in chiusura – stimolazione centripeta. Ora posso procedere con i test successivi, perché il soggetto ha recuperato lo stato espressivo di organizzazione ottimale per essere testato. Quindi, proseguo con la procedura di sintonizzazione, attraverso vari test indicati nelle schede di metodologie base di riequilibrio apprese nel corso:

master point

affermazioni pitch test. Disidratazione.

Switching

Stiramento articolare

Guanto sfuocato

Distribuzione energetica

Ionizzazione

Riscontro un problema di switching, fenomeno di disorientamento dei recettori nervosi, che si manifesta con particolari stati di disorganizzazione neurologica e alterazione degli schemi di risposta motoria, percettiva comportamentale. Questo porta confusione sensoriale, dovuta alla scorretta interpretazione degli stimoli da parte del sistema nervoso che invia al corpo segnali di risposta motoria errati.

Ho effettuato contemporaneamente al test di un muscolo indicatore, una TL neutra sul punto zero di ogni orecchio, correggendo per priorità.

Ritestando lo switching ora il muscolo indicatore risponde ON.

Procedo con lo stiramento articolare, che consiste nell'esercitare una trazione decisa ma allo stesso tempo delicata, su qualunque articolazione partendo da un muscolo indicatore ON. Viste le premesse riscontrate durante l'esame obiettivo, presto particolare attenzione a questo test: applicherò una trazione sull'indice della mano come provocazione da stiramento articolare.

Il muscolo indicatore mi dà OFF: il test dello stiramento articolare in kinesiologia, indica nello specifico che è presente uno stato di G.A.S. Come abbiamo visto in precedenza questa condizione coinvolge tutte le articolazioni generando squilibri a questo livello. Essendo in relazione con le articolazioni dolenti e al forte stress espresso dal congelamento iniziale, ho ragione di ritenere i miei sospetti fondati: questo dato espressivo offerto dal test, ci dà una ragione significativa per considerare la G.A.S. come fattore causale delle articolazioni dolenti del soggetto.

Nel corso abbiamo identificato due rimedi utili da utilizzare come kit di partenza per la correzione dello "stiramento articolare": uno LVS 94. Labor villa Stoddard. Si tratta di un tonico adattogeno che supporta e favorisce l'equilibrio delle ghiandole surrenali, agisce anche sull'equilibrio delle mucose e del sistema osseo – muscolare.

L'altro è RESCUE REMEDY, un rimedio vibrazionale basato su principi omeopatici che agisce sulla sfera emotiva profonda, miscela di fiori di Bach che offre un supporto per fronteggiare lo stress emotivo che induce la risposta surrenalica.

Per rimando alle parole del cliente, in quanto lamentava dolori articolari, decido di testare il rimedio LVS 94 appoggiandolo sull'ombelico, successivamente riapplico lo stiramento articolare, questa volta con risposta in ON del muscolo indicatore.

Quando lo stress diventa cronico si crea uno stato psicofisico che tende a consumare risorse: questa condizione riduce le capacità di adattamento dell'individuo che diventa più sensibile ed esposto alle variazioni stressogene.

Siccome il rimedio funziona lo lascio a contatto del corpo del cliente, per proseguire con gli altri test.

Distribuzione Energetica

Proseguo scorrendo la mano sul vaso concezione dal basso verso l'alto e il (MI) dà subito OFF, in questo caso è necessario ricontrollare lo switching e/o la disidratazione. Ritestando lo switching mi evidenzia che è ancora scarico, si corregge con rene 27.

Dopo aver eseguito la correzione dello switching, ritesto la distribuzione energetica, ora con risposta in ON nello scorrimento di vaso concezione dal basso verso l'alto, e OFF dall'alto verso il basso, come deve essere. Ricaricando dopo aver testato la risposta OFF, controllo anche vaso governatore posteriormente, che mi risponde subito correttamente: ON scorrendo dal basso verso l'alto, OFF dall'alto verso il basso.

Proseguo correggendo la ionizzazione. La ionizzazione è una correzione biochimica che consiste nel regolare il funzionamento delle conche nasali che funzionano come camere ionizzatrici. Come correzione si può utilizzare la respirazione da una narice per ristabilire l'equilibrio ionico e acido-basico: lo squilibrio a questo livello porta una diminuzione del PH con alterazione dei sistemi tampone, dei bicarbonati o dei fosfati. La diminuzione del PH comporta inoltre un aumento di acidità nell'organismo, condizione che rende il sistema psicofisico più reattivo agli squilibri dati dallo stress.

Terminato il trattamento di riorganizzazione, il soggetto mi riferisce di sentire la spalla distesa e rilassata, infine gli chiedo di rimettersi in posizione eretta. È da notare che la spalla non è stata nemmeno toccata in questa prima fase.

In posizione eretta riscontro che il soggetto ha le spalle più dritte, ma riferisce la sensazione di squilibrio in avanti. Questo sarà il punto di inizio per la prossima seduta: allentare le tensioni delle catene e dei tre diaframmi; per poi andare a testare più nello specifico l'adattogeno LVS97: se da prendere, quante gocce, quante volte al giorno, per quanti giorni.

Dopo circa una settimana rivedo N.M., nello specifico il giorno dopo che ha fatto la visita dal chirurgo ortopedico: mi riporta che dovrà fare una risonanza magnetica in data ancora da definire. Ad ogni modo, il chirurgo ortopedico non riscontra nessuna lesione, controllando anche la mano sx, che in seguito mi ha riferito essere anch'essa dolente, ma riscontrando invece un'inflammazione per sovraccarico e una lassità a livello articolare.

Il chirurgo ortopedico ha prescritto l'utilizzo di un tutore rigido per non sforzare le articolazioni della mano.

Trovo sempre più conferme della presenza di uno stress surrenalico.

In questo caso ho deciso di lavorare sulle catene posturali, seguendo l'indicazione percettiva di N.M. che nella seduta precedente riferiva di sentirsi proiettare in avanti. Quindi andrò ad agire sulla stimolazione manuale dei fusi neuro muscolari delle gambe: la funzione del fuso neuromuscolare è quella di comunicare al sistema nervoso la variazione di lunghezza del muscolo ed il suo stato effettivo.

Prima di trattare direttamente i fusi, tecnicamente si parte con degli stimoli di trazione sugli aspetti muscolo-tendinei per rilassare l'attivazione degli organi tendinei di Golgi, in questo tenderanno a rilasciare il muscolo, attraverso i motoneuroni che innervano l'organo tendineo di Golgi posto alle estremità inserzionali dei muscoli, permettendo così al muscolo di decontrarsi per via riflessa e preparando il campo per la stimolazione manuale dei fusi.

La stimolazione dei fusi consiste nel trattare direttamente il ventre muscolare, agendo con manualità di "impasto" e "separazione" delle varie fibre tessutali; in particolare si agisce sul centro del ventre muscolo per raggiungere il fuso neuro muscolare. La stimolazione invierà un segnale al midollo spinale: "lo farà rendere conto della situazione in cui si trova", favorendo la normalizzazione del tono muscolare e lasciando andare le tensioni superficiali. Questo favorisce il riequilibrio a vari livelli: migliorando stabilità, flessibilità nella postura e nell'espressione corporea; gravando meno sulle articolazioni e così anche nella risposta espressiva del soggetto.

Applico lo stesso approccio, proseguendo con la stimolazione delle catene posturali superiori, in particolare trapezio superiore e sternocleidomastoideo; dando una continuità di rilascio delle tensioni più ampia. Ciò garantirà anche una risposta più pulita nei seguenti test kinesiologici di disorganizzazione, dove andrò a valutare nuovamente l'adattogeno LVS 94 più nello specifico.

Ripeto il test dello stiramento articolare, constatando l'utilità di assumere il rimedio LVS 94: 20 gocce, 4 volte al giorno per 8 giorni.

Proseguo con la disorganizzazione e la sintonizzazione neurologica e concludo la sessione. Finita la seduta chiedo al cliente di camminare avanti e indietro, riscontrando più fluidità nella deambulazione, condizione confermata positivamente anche dal cliente.

Ci rivedremo dopo 14 giorni.

Quando si presenta mi riferisce che ha avuto male a tutte le articolazioni durante la settimana in cui non ci siamo visti. Gli chiedo di camminare e noto un'andatura poco fluida, invece in posizione eretta noto che la scapola destra è un po' alata e la spalla sinistra più bassa e chiusa in avanti con un dolore sulla superficie posteriore di questa.

Procedo con il test di disorganizzazione e sintonizzazione neurologica, il soggetto risponde ancora freeze ai primi test muscolari. Pertanto, eseguo un ASE e dopo aver raggiunto l'allentamento dello stress emotivo, continuo con la procedura.

Trovo il soggetto in switching: correzione su rene 27.

Il test di stiramento articolare dà ancora OFF: posizionando il rimedio LVS 94 ho ancora la conferma che deve continuare ad usarlo: questa volta 20 gocce x 4 giorni, 3 volte al giorno.

Finita la disorganizzazione e sintonizzazione, passo alla piccola circolazione.

Piccola circolazione

Muscolo Sovraspinato - vaso concezione

Parto testando in chiaro il sovraspinato da ambo i lati, trovando in OFF quello destro. Con riscontro tramite TL neutra su punto d'allarme VC 24; come correzione stimolo VC 24 tramite picchiettamento, appena sotto il labbro inferiore.

Torno a testare il sovraspinato e risponde ON

Muscolo Grande Rotondo - vaso governatore

Il cliente sente male a mettere in posizione di test – del grande rotondo – il braccio sinistro; quindi, posso dedurre che sia già in squilibrio. Il test conferma la debolezza.

Facendo la TL sui neuro linfatici associati al grande rotondo, il muscolo si corregge; dopo aver trattato i neuro linfatici, ritesto il grande rotondo e ora la risposta è ON, testo anche il grande rotondo di destra, e anche per questo tratto i NL. Quando vado a ritestare il muscolo sia a destra che a sinistra mi danno ancora OFF.

A questo punto vado a contattare con TL i neuro vascolari del grande rotondo situati sul cranio. Vado a ritestare il muscolo che si corregge. Tratto quindi i neurovascolari Ipo-pterion correlati con l'equilibrio della colonna, prendendo contatto con essi. Aspetto di sentire le pulsazioni alle parti interessate, fino a che non sono sincrone.

Finita la correzione testo di nuovo i muscoli con risposta ON, più che convincente.

Ora proseguo, testando i muscoli sottospinati, entrambi con risposta ON.

Passo al Diaframma Respiratorio: TL sotto processo xifoideo e muscolo indicatore, risulta in squilibrio perciò procedo allo sblocco del diaframma.

La quarta volta che lo vedo, N.M. mi dice che durante un'escursione in montagna, lamentava dolore alle anche nella deambulazione, percependo lassità e instabilità della zona con l'insorgenza di fitte interne.

Eseguo test di disorganizzazione e sintonizzazione neurologica, appurando che il test dello stiramento articolare ora è corretto: risponde ON all'esecuzione del test.

Proseguo con la seduta; eseguo piccola circolazione energetica per ridurre il più possibile i vari fenomeni di squilibrio, che possono influire sulle risposte dei rispettivi muscoli del corpo.

Ruota dei Meridiani

Non riscontrando significativi fenomeni di squilibrio, decido di fare la Ruota dei Meridiani per rilevare lo schema energetico dello squilibrio attuale e il muscolo prioritario di correzione sistemica.

Faccio la ruota, testando i 20 muscoli associati ai meridiani e successivamente testando anche i punti d'allarme

Il risultato della ruota dà ileo e psoas, come muscolo prioritario da correggere.

Attraverso il test muscolare di ileo e psoas, trovo in OFF l'ileo bilateralmente, facendo la TL sui neurolinfatici ottengo risposta ON da entrambi i muscoli e procedo quindi alla correzione. Dopo aver eseguito il trattamento dei NL associati al muscolo in questione, ritesto l'ileo, riscontrando che la correzione è avvenuta con successo: entrambi i muscoli rispondono ON.

Termino la seduta prendendo contatto NV, associati alla percezione spaziale dell'equilibrio.

Il soggetto dopo le 4 sedute, vari ribilanciamenti e correzioni riscontrate, dice che non sente più male al ginocchio e alle articolazioni, si sente bene pure a livello delle anche, la mano la sente meglio a livello articolare.

Considerazioni e prospettive

Come ormai sappiamo la GAS genera molti stati di malessere. Può manifestarsi per cause fisiche, emozionali o nutrizionali provocando l'attivazione dell'asse ipotalamo-ipofisario con la conseguenza di iperstimolazione della corticale del surrene: produzione di ormoni dello stress.

Per valutare la risposta del corpo allo stress possiamo applicare il metodo del "riflesso da stiramento articolare". Come già descritto, il test consiste nel provocare il corpo attraverso la trazione delicata e allo stesso tempo decisa su qualunque articolazione, se il muscolo indicatore, precedentemente ON, diventa OFF dopo la stimolazione provocata dallo stiramento, possiamo considerare l'eventualità che il soggetto in questione sia in stato di stress surrenalico, responsabile del coinvolgimento generale delle ghiandole surrenali: questa condizione causa la debolezza di ogni articolazione e la tendenza all'insorgenza di lesioni articolari, anche in caso di minimi stiramenti o microtraumatismi.

Dall'esperienza con il mio cliente, quello ho potuto osservare è che con la Kinesiologia ho alleviato fino a far sparire il male articolare, migliorando la risposta psicofisica del soggetto e la risposta del suo corpo allo stress. Rilevando ogni volta, grazie ai test muscolari, gli squilibri causali dei suoi stress e dolori.

N.M. è un free climber piuttosto esperto, sempre in allenamento. Da ciò posso avanzare l'ipotesi, sostenuta dai test effettuati durante le sessioni e dai risultati ottenuti, che l'attività sportiva intensa da lui praticata, provoca inevitabilmente una tensione muscolare che con il tempo è diventata eccessiva, a causa della costante contrazione muscolare e tendinea di chi si sottopone ad allenamenti intensi e frequenti di arrampicata. Con queste premesse è ragionevole pensare che il soggetto sia facilmente soggetto a minimi stiramenti e micro-traumatismi dovuti allo sport praticato; nel tempo, fra lo stress sportivo sommato a quello della vita quotidiana, si sono create le condizioni affinché lo stress sfociasse nelle aree più sollecitate: le articolazioni. Probabilmente, a causa delle continue sollecitazioni lo stress è diventato sovrallenamento sviluppando una condizione di dolore articolare a tutti gli arti; in particolare, come abbiamo visto, al ginocchio sx e alla mano sx.

Con le tecniche di Kinesiologia Olistica Applicata, facendo la disorganizzazione e applicando il test dello stiramento articolare, ho potuto valutare tramite test muscolare la necessità di sostanze adattogene come LVS 94. Allo scopo di identificare un supporto biochimico in grado di allentare lo stress alle articolazioni e garantire un supporto nutrizionale utile a normalizzare l'equilibrio funzionale delle ghiandole surrenali.

Adesso rivedrò N.M. tra un mese per tenere monitorato il livello di stress.

Il lavoro del kinesiologo penso sia prima di tutto un'arte, basata sulla comunicazione dell'espressione fisica, e le tecniche utilizzate hanno lo scopo di scoprire l'organizzazione espressiva del soggetto su tre piani interconnessi e inscindibili: struttura, biochimico e psichico. Quando questa organizzazione non è in equilibrio, il fine del kinesiologo è scoprire le sorgenti di stress che causano lo squilibrio e, attraverso opportune correzioni, favorire le risposte psicofisiche affinché il corpo possa esprimersi adeguatamente, aiutando il soggetto a liberarsi del malessere o blocco che ostacola la sua vitalità espressiva nel mondo, riconquistando e migliorando il livello di benessere e la qualità della vita soggettiva.

Fonti Bibliografiche

- Teoria e impiego pratico della kinesiologia Applicata, Ruggero Dujany, tecniche nuove (medicina naturale)
- Compendio di fisiologia umana per i corsi di Laurea in Professioni Sanitarie coordinato da M. MIDRIO edizione PICCIN
- dispense Kinesiologia Olistica Applicata, predisposte dal docente Fabio Valenzisi
- www.msdsalute.it
- www.novatherapy.it