

TRATTAMENTO DELL'ARTO SUPERIORE

Percorso di “Benessere, Make-up e Inestetismi
da Terapia”

Dr. Davide Fumagalli



® APEO tutti i diritti riservati – ogni riproduzione vietata

BRACCIO

1. SFIORAMENTO SUPERFICIALE DI TUTTO L'ARTO SUPERIORE (BRACCIO E AVAMBRACCIO INSIEME)

- **Ripetizioni: n volte**
- **Tecnica esecutiva:** presa di contatto e sfioramento superficiale di tutto l'arto superiore dal polso al braccio compreso in senso disto-prossimale.



a) IN CASO DI INTEGRITA' DEL SISTEMA LINFATICO

2 a) POMPAGE ALTERNATO BIMANUALE SU DUE FASCE

- **Ripetizioni:** 5 volte
- **Tecnica esecutiva:** si può lavorare contemporaneamente l'esterno e l'interno del braccio effettuando pompage bimanuali alternati sulle due fasce oppure con dei pompage monomanuali sul comparto esterno ed interno del braccio. Si continua fino a quando la mano interna avrà raggiunto l'ascella e la mano esterna si ferma sotto il deltoide. Procedere in senso prossimo-distale e disto prossimale.



3 a) POMPAGE SUL DELTOIDE

- **Ripetizioni:** 5 Volte
- **Tecnica esecutiva:** pompage monomanuale del deltoide. Si tratta la zona che va dall'inserzione distale del Deltoide all'Acromion, che si dovrà superare con un ultimo pompaggio.



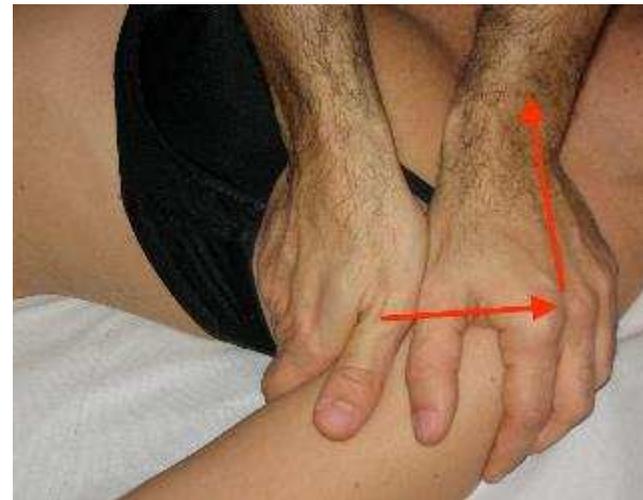
4 a) POMPAGE A SAPONETTA DEL DELTOIDE

- **Ripetizioni:** 5 Volte
- **Tecnica esecutiva:** Manovra più profonda. Prendere contatto il carpo di entrambe le mani nella zona distale del Deltoide, lentamente spostare la pressione su palmo e dita e contemporaneamente effettuare delle rotazioni



5 a) SCARICO DEI LINFONODI PREASCELLARI E ASCELLARI

- **Ripetizioni:** 5 X 2
- **Tecnica esecutiva:** Effettuare 5 cerchi fissi con le mani appaiate (U rovesciata) nella zona immediatamente distale al cavo ascellare (stazione preascellare), successivamente effettuare uno scarico ascellare con mobilitazione della spalla.



b) IN CASO DI ASPORTAZIONE DEI LINFONODI ASCELLARI

2 b) POMPAGE SUL DELTOIDE

- **Ripetizioni:** 5 Volte
- **Tecnica esecutiva:** pompage monomanuale del deltoide. Si tratta la zona che va dall'inserzione distale del Deltoide all'Acromion, che si dovrà superare con un ultimo pompaggio.



3 b) POMPAGE SUL BRACCIO

- **Ripetizioni:** 5 Volte
- **Tecnica esecutiva:** pompage bimanuale o monomanuale del braccio. E' fondamentale evitare di trattare la zona mediale del braccio. Le manualità andranno quindi sempre effettuate verso il deltoide.



GOMITO

1. POMPAGE SUL GOMITO

- **Ripetizioni:** 5 Volte
- **Tecnica esecutiva:** con la mano interna sostenere l'arto dall'avambraccio tenendolo leggermente flesso per evidenziare il gomito. Si lavorerà direttamente sopra l'olecrano dal distale al prossimale.



2. SVUOTAMENTO CAVO DEL GOMITO

- **Ripetizioni:** 5 volte x 1 punto di applicazione
- **Tecnica esecutiva:**



AVAMBRACCIO

E' importante che la mano del ricevente sia SEMPRE SUPINATA!

1. POMPAGE SU 2 FASCE DELL'AVAMBRACCIO

- Ripetizioni: 5 Volte
- Tecnica esecutiva:



MANO

1. CAMMINATA STATICA DI POLLICI SUL POLSO

- **Ripetizioni:** N Volte
- **Tecnica esecutiva:** trattare la rima articolare con i pollici.



2. PRESSIONI SU POLLICE

- **Ripetizioni:** 5 X 2 X 2
- **Tecnica esecutiva:** spremitura del pollice dalla punta alla radice



3. PRESSIONI SU EMINENZA TENAR

- **Ripetizioni: 5 Volte**
- **Tecnica esecutiva:**



4. CAMMINATA DI POLLICI NEGLI SPAZI INTEROSSEI

- **Ripetizioni:** 1 andata + 1 ritorno X ogni spazio (4)
- **Tecnica esecutiva:**



5. PRESSIONI SU DITA LUNGHE

- **Ripetizioni:** 1 pressione per falange
- **Tecnica esecutiva:** Trattare le dita a due a due (2° - 4° e 3° - 5° dito).



6. CAMMINATA STATICA DI POLLICI SUL PALMO

- **Ripetizioni:** 5 Volte
- **Tecnica esecutiva:** del ricevente supinata. Si lavora sempre nello stesso punto. Posizionare i pollici al centro del palmo.



7. SFIORAMENTO LUNGO DI MANO, AVAMBRACCIO E BRACCIO

- **Ripetizioni:** 1 Volta
- **Tecnica esecutiva:** Posizionati a fianco lettino partendo dalla mano effettuare uno sfioramento a braccialeto lento e superficiale a pollici uniti passando sopra l'avambraccio e sopra il braccio fino al deltoide dove la esterna sormonta la mano interna.

