

UN OCCHIO ALLA CHINESIOLOGIA

La chinesiologya è una scienza che tratta lo studio del movimento umano in tutte le sue forme. In italiano la chinesiologya non va confusa con la kinesiologia, che presenta la stessa forma fonetica, ma con una grafia differente. L'etimologia risulta la stessa per entrambe e fa riferimento ai termini greci "kinésis", nel senso di movimento, e "logos", nel senso di studio (con il significato dunque di "studio del movimento"), ma mentre la kinesiologia opera nell'ambito della fisioterapia, la chinesiologya opera nel campo delle scienze motorie.

E' un'attività che viene normalmente svolta in palestra, anche se oggigiorno si assiste ad una evoluzione della stessa disciplina, in quanto molti professionisti del settore motorio gestiscono o lavorano in studi privati. I campi di applicazione e le potenzialità sono vaste, abbracciando l'indirizzo educativo (educazione fisica nelle scuole, anche per portatori di handicap), preventivo (correzione posturale, recupero per la terza età indicata soprattutto per la degenerazione fisiologica articolare, dell'osteopenia e della condilopenia, ottimizzazione ricalibrativa dei gesti tipici del fitness), formativo e/o conservativo (attività per le patologie vertebrali adolescenziali), sportivo (preparazione ed ottimizzazione del gesto atletico, allenamento specifico, ecc.), rieducativo (recupero funzionale, algie, post-chirurgica ecc...).

La chinesiologya è dunque una forma ginnica volta al recupero funzionale della mobilità. Per ginnastica si intende tutta una serie di movimenti codificati o non, ma la sua esecuzione non prescinde né da una valutazione motoria che si avvale di attente anamnesi e test (tra cui i test muscolari), né dalla conseguente e successiva analisi, caratteristiche proprie della chinesiologya. Ciò condurrà l'operatore chinesiologyo, alla scelta del processo specifico adatto per il singolo caso. È da sottolineare l'importanza della chinesiologya nel campo delle attività educative, in quanto la stretta associazione tra maturazione organica ed esperienza motoria, o meglio neuromotoria, crea le migliori condizioni per uno sviluppo psicomotorio ottimale nei bambini, potenziandone le risorse.

Con il termine test muscolare si intende una modalità manuale di valutazione della potenza di singoli muscoli o gruppi muscolari scheletrici. Tale test è stato riorganizzato in epoca moderna a partire dagli anni '40 attraverso il lavoro di ricerca e sperimentazione di due coniugi statunitensi, Henry O. Kendall e Florence P. Kendall, ai quali si unì negli anni successivi Gladys L. Wadsworth.

Il fondamento del test muscolare è in sé semplice: si tratta di stabilire la maggiore o minore forza di un dato muscolo (o gruppo muscolare) scheletrico applicando un'apposita pressione sull'arto a cui quel muscolo fa capo. Tale semplicità da "tiro alla fune" viene però meno quando si considera la complessità e l'intrinseca sinergia delle centinaia di differenti muscoli che costituiscono il corpo umano. L'ideazione di test muscolari rivolti in maniera mirata a muscoli o gruppi muscolari specifici richiede quindi una notevole padronanza anatomica, e costituisce il nucleo del lavoro di riorganizzazione e sviluppo svolto dai coniugi Kendall nel secolo scorso.

Il test muscolare, valuta quindi la potenza del muscolo ed il grado di escursione articolare e rileva la capacità di controllo manifestata dal sistema nervoso, tramite specifiche interazioni neuromuscolari che possono essere compromesse da un'eventuale patologia.

La chinesiologya Dymofit, elaborata dal M° Paolo Violante, è di derivazione diretta dalla scuola americana dei coniugi Kendall, genitori indiscussi della materia. Il Dymofit consta nell'esecuzione di manovre attive da parte del soggetto in analisi, che attraverso un peculiare controllo della respirazione e dei movimenti sotto la supervisione dell'operatore chinesiologyo, arriva ad eseguire ed intraprendere un percorso specifico ideato per il singolo caso. Ideata per il trattamento di paramorfismi a carico dell'apparato muscolare, e dismorfismi a carico dell'apparato osteo-articolare attraverso l'esperienza di chi ha dedicato più di trent'anni della propria vita all'approfondimento di tale materia e dei suoi risvolti teorici ed applicativi.