

InBici

Rivista per ciclisti, InBici Magazine, Passione sui Pedali

Stretching nello sport 4^a parte

edinet · Thursday, October 31st, 2013



L'integrazione e comando delle vie piramidali ed extra, governati dal cervelletto, come condizione fondante per il movimento armonico e la corretta postura.

Il sistema extrapiramidale è l'altro fondamentale sistema di trasporto degli stimoli corticali ai motoneuroni delle corna anteriori del midollo spinale.

A differenza del sistema piramidale è una via polisinaptica che origina da diverse aree corticali anteriori, rispetto a quelle da cui origina la via piramidale (corteccia somatoestesica ed aree temporali). Da queste aree, l'extrapiramidale si porta al nucleo talamico, al nucleo rosso, gangli della base, alla formazione reticolare mesencefalica e pontina: da qui in poi si originano fasci discendenti che vanno ad articolarsi tramite interneuroni con motoneuroni alfa e gamma.

Il transito di questa via avviene nella sostanza reticolare (formazione che va dal midollo spinale al diencefalo), chiamata così proprio in funzione della sua conformazione anatomica, ovvero una serie di fasci longitudinali e trasversali, nei quali si trovano moltissimi nuclei cellulari, pertanto l'altissimo numero di connessioni sinaptiche spiega l'importanza funzionale nel SNC.

La via extrapiramidale non ha una funzione specifica, ma riceve un altissimo numero di impulsi nervosi che vengono raccolti ed organizzati sotto forma di informazione generale diffusa. Essa assicura al SNC una funzione base, per mezzo della quale possono svolgersi armonicamente le attività più fini di pertinenza delle strutture specifiche di ricezione e comando superiore.

All'interno di queste regioni si trova un sistema facilitatorio ed un sistema inibitorio dei motoneuroni alfa e gamma e quindi un'ulteriore possibilità di regolazione fine del tono posturale, determinato principalmente dai muscoli della catena posteriore (ovvero i muscoli occipitofrontali che partono dalla scatola cranica ed arrivano in un continuum fino ai muscoli della volta plantare del piede) e dalla motricità somatica in relazione all'enorme possibilità di collegamenti nervosi che

la regione offre.

Il sistema di integrazione e comando delle vie piramidali ed extrapiramidali è governato dal cervelletto che ha un ruolo determinante nel controllo della postura e del movimento, in particolare dell'aspetto "fine".

Infatti, è deputato a gestire l'enorme afflusso di informazioni che partono dagli esterocettori, quali i recettori tattili, i barocettori del piede, i recettori dei fusi neuromuscolari, gli organi tendinei del Golgi, provenienti ovviamente sia dagli arti superiori che quelli inferiori, dalla testa e dal collo; coadiuva ed elabora gli impulsi provenienti dalle aree visive e dai nuclei vestibolari dell'orecchio, i quali apportano informazioni fondamentali circa la posizione ed i movimenti del corpo nello spazio.

Massimiliano Muccini, *Dottore in Scienze e Tecnologie del Fitness e Prodotti della salute, Università di Camerino, si occupa da più di ventisei anni di fitness e preparazioni atletiche per vari sports, consulente Inkospor, certificato American College of Sports Medicine Health & Fitness Specialist (l'autorità nel campo della sperimentazione e nella ricerca sportiva), Tecnico di Riequilibrio Posturale.*

Tesoriere Nazionale di ADISF (Ass.ne Italiana Dottori Scienze del Fitness), Presidente di ScienzedelFitness.com ASD che organizza seminari e corsi per il settore fitness e wellness.

Riceve nell'ambulatorio di Via Pascoli,172 a Rimini.Per appuntamento telefonare al numero: 347.88.64.440 dalle 18,15 alle 19,30

Per contatti: info@muccinitrainer.it Web: www.muccinitrainer.it

Fonte Dr. Massimiliano Muccini



This entry was posted on Thursday, October 31st, 2013 at 12:00 am and is filed under [News](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.

