

ZONE INTERDETTE AL MASSAGGIO



CONOSCENZE

Conoscere le zone del corpo interdette al massaggio rude

COMPETENZE

Distinguere le varie zone corporee in cui il massaggio può essere utile o dannoso

ZONE INTERDETTE AL MASSAGGIO

Zone interdette al massaggio

Nel massaggio igienico estetico vi sono delle zone del corpo interdette alle manovre rudi (frizione, impastamento e battitura).

Regione anteriore (Fig.1)

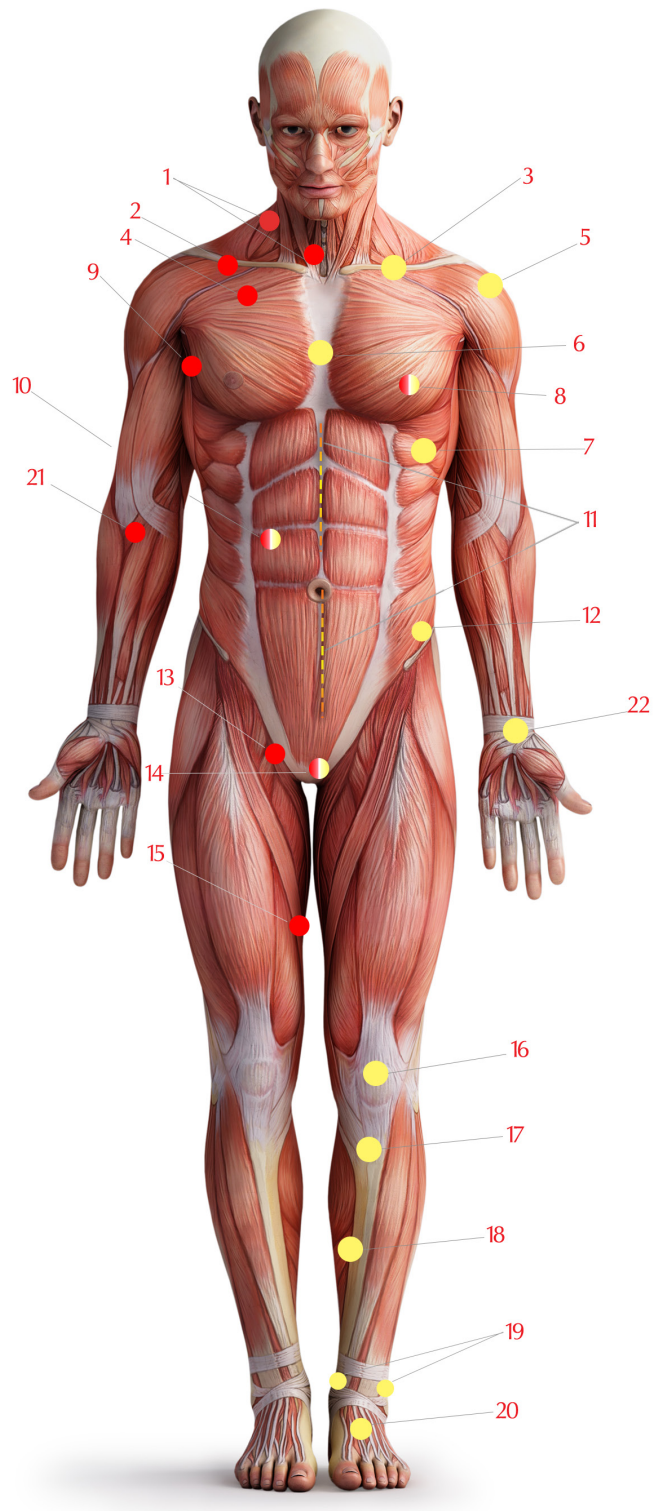
- 1. *Zona anteriore e laterale del collo*: si ricordi la presenza del nodo del seno carotideo che, se mal stimolato, porta alla contrattura delle carotidi, interna ed esterna, e alla conseguente asfissia del cervello; tale organo dipende in modo quasi esclusivo, per la sua nutrizione, da queste arterie.
Inoltre, la parte anteriore del collo è sede di un'importante ghiandola endocrina, la tiroide, e di stazioni linfonodali che non possono essere traumatizzate da manovre troppo brusche.
- 2. *Fossa sovraclaveare*: per la presenza dell'arteria, della vena succlavia e del nervo sopraclavicolare, che hanno un percorso facilmente raggiungibile dalle dita dell'operatore. Vi è anche la più importante stazione linfatica, il terminus, ricca di linfonodi molto superficiali.
- 3. *Clavicola*: osso lungo, ricoperto solo da cute, dove si inseriscono diversi muscoli e legamenti.
- 4. *Fossa sottoclaveare*: passano l'arteria e la vena succlavia.
- 5. *Processo acromiale o acromion*: salienza ossea e articolazione.
- 6. *Sterno*: osso esclusivamente ricoperto da cute.
- 7. *Coste*: ossa affusolate e ricurve della gabbia toracica.
- 8. *Capezzoli e areola mammaria*: zone particolarmente sensibili e delicate.
- 9. *Cavo ascellare*: sede di importanti centri linfo-ghiandolari, dell'arteria, della vena ascellare e del nervo mediano. Le dita arrivano direttamente a toccare queste strutture anatomiche.
- 10. *Zona epatica*: appena sotto le coste di destra si trova il fegato che, in alcuni soggetti, può risultare dolente e ammalato. Sono vietate solo le manovre pesanti e percuotenti, e proibite tutte le altre manovre in caso di alterazione funzionale del fegato.
- 11. *Linea alba*: fascia aponeurotica di unione tra i muscoli che vi si inseriscono. Zona piuttosto sensibile.
- 12. *Cresta iliaca*: osso esclusivamente ricoperto da cute.
- 13. *Piega inguinale*: sede del dotto spermatico negli uomini e del dotto ovarico nelle donne. Vi si trova un'apertura nella parte tendinea che mette in comunicazione gli organi interni con

quelli esterni, possibile sede di ernie inguinali. Attraverso il suddetto forame, passano vasi e rami nervosi che vanno dall'arto inferiore al tronco e viceversa.

Triangolo di Scarpa o triangolo femorale: ospita linfonodi e vasi linfatici, il nervo femorale (o crurale) e i vasi sanguigni arteriosi e venosi. Ricordiamo l'unione della vena grande safena con la femorale (cross safeno-femorale).

- 14. *Pube e organi sessuali:* zona particolarmente delicata e per ovvi motivi di etica professionale.
- 15. *Loggia mediale dell'arto inferiore:* per il passaggio della grande safena.
- 16. *Ginocchio:* salienza ossea e articolazione importantissima sede, anche, di legamenti crociati e del tendine rotuleo. Inutile e dannoso eseguire il massaggio sull'articolazione sana, ma assai pericoloso se l'articolazione è compromessa.
- 17. *Tuberosità tibiale:* salienza ossea e punto di inserzione distale del tendine del muscolo quadricipite femorale.
- 18. *Cresta e faccia tibiale:* la parte ossea è posta completamente in superficie ed è coperta da sola cute. Il massaggio è inutile e può dare luogo a fenomeni infiammatori del periostio (periostite).
- 19. *Malleolo mediale e laterale:* salienza ossea e articolazione.
- 20. *Dorso del piede:* per la presenza di ossa, articolazioni, tendini e vasi ricoperti da sola cute.
- 21. *Cavo del gomito:* per la presenza di tendini, linfonodi, vasi e nervi.
- 22. *Polso:* complessa articolazione radio-carpica e salienza ossea.

Fig. 1



Zone interdette - anteriore