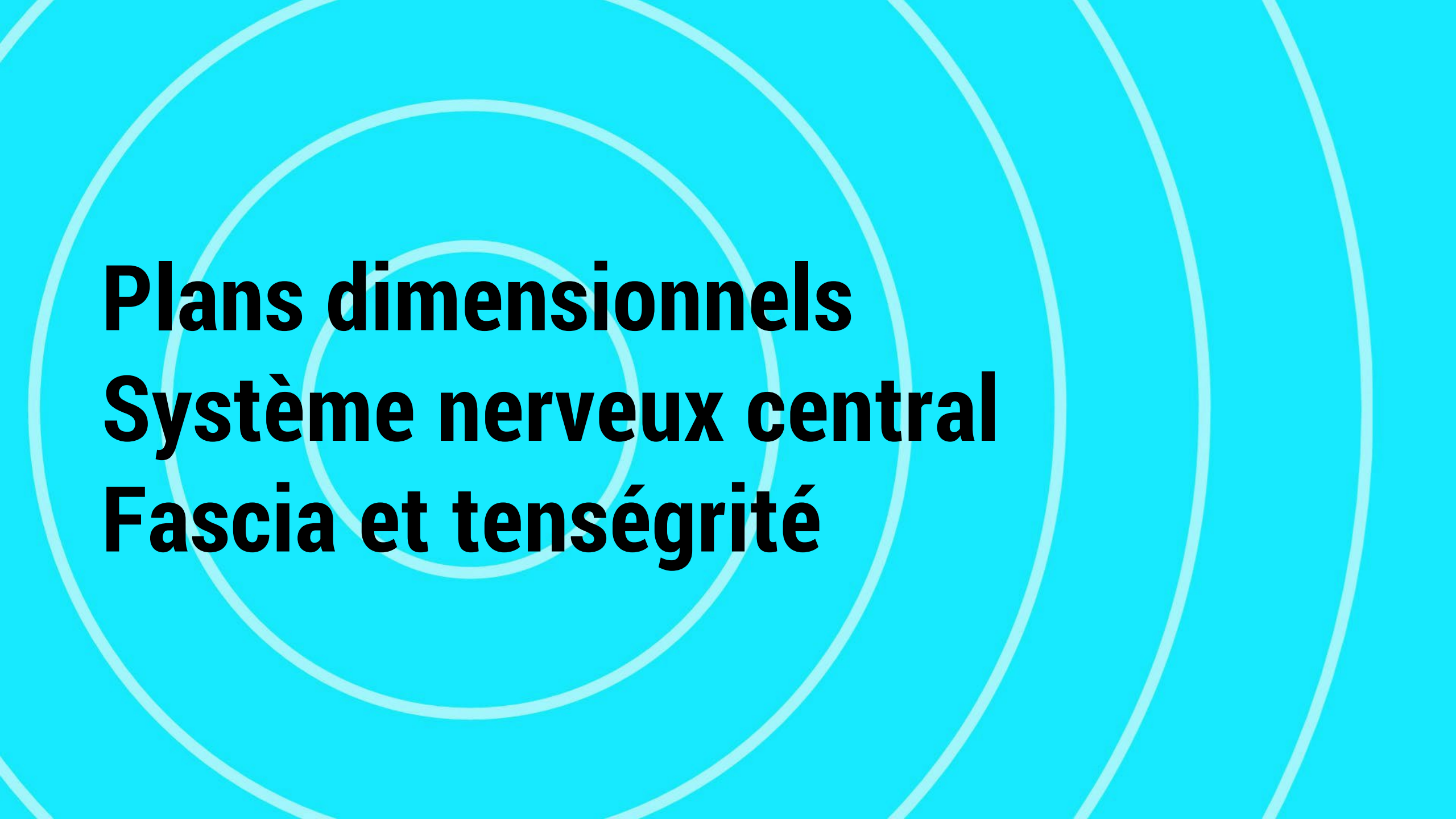
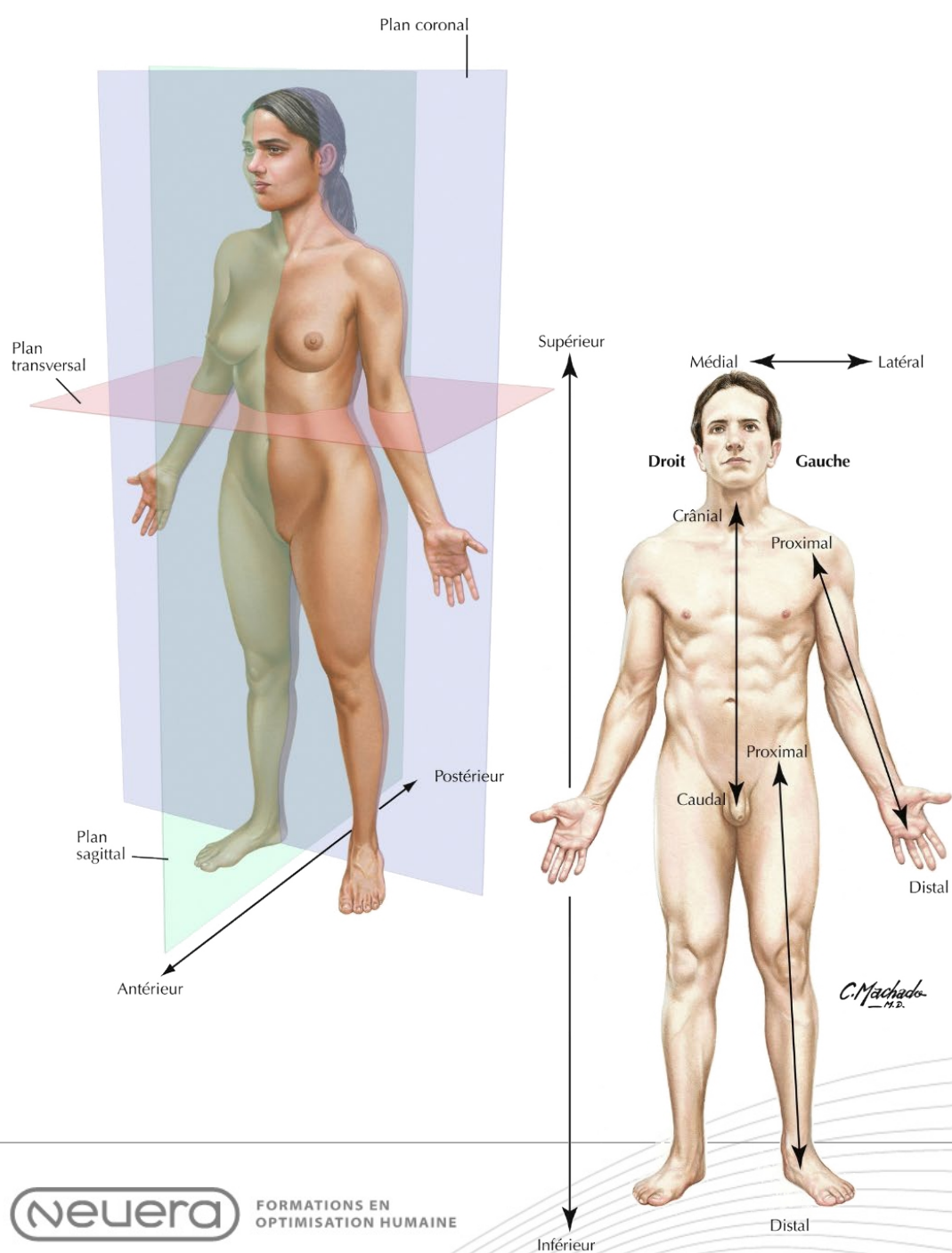


The background of the slide features a series of concentric circles in a light blue color, centered on a darker blue background. The circles vary in radius, creating a sense of depth and movement.

Plans dimensionnels
Systeme nerveux central
Fascia et tenségrité

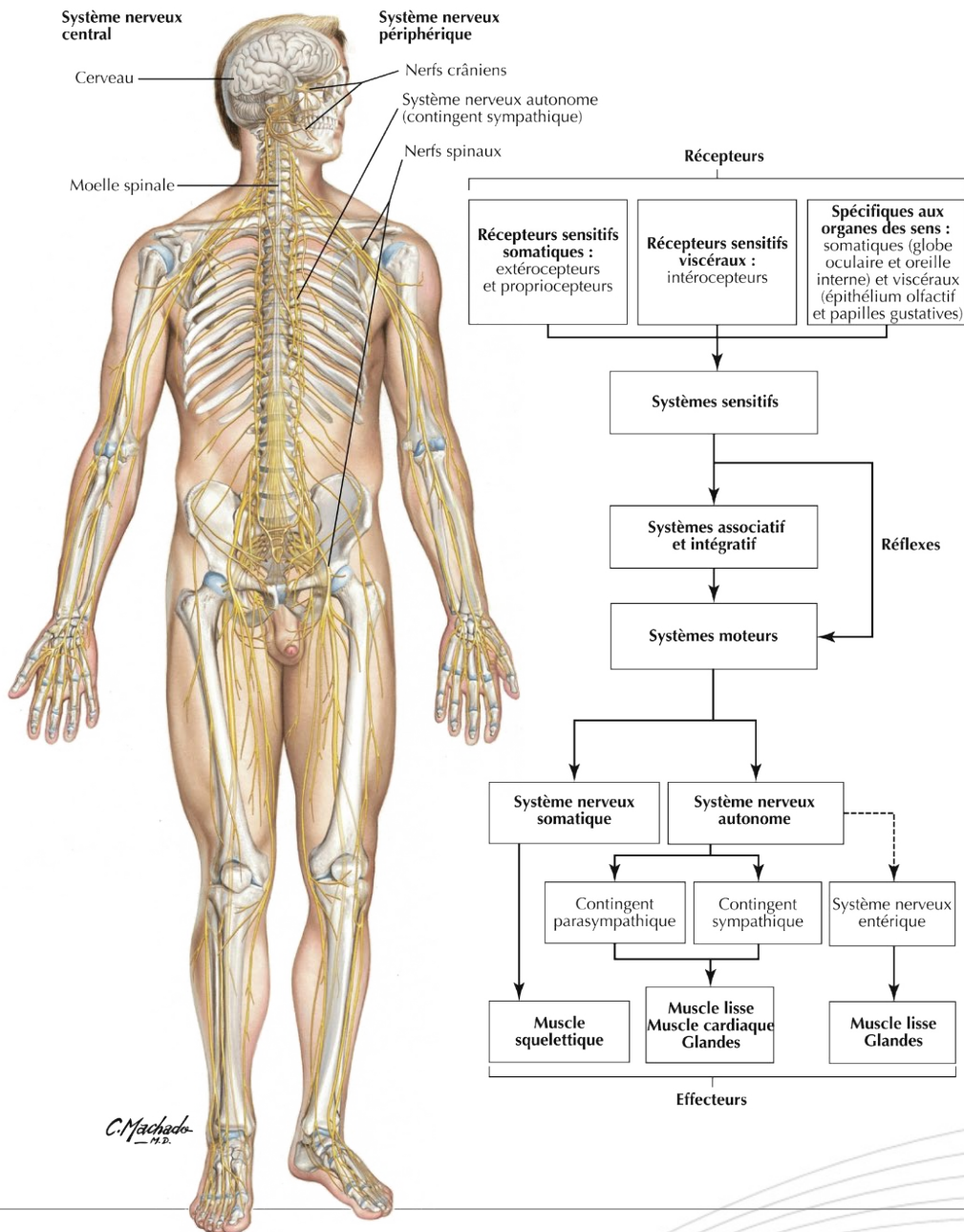


PLANS DIMENSIONNELS

L'analyse des plans dimensionnels nous donne des informations cruciales pour comprendre les déséquilibres posturaux.

Alors que nous avons tendance à penser que nous avons le contrôle de notre posture, en réalité c'est totalement automatique... Tout comme la digestion.

La neurologie fonctionnelle montre que sans une mauvaise interprétation des sens par le cerveau, dans la plupart des cas, il n'y a aucune raison pour que le corps ne se tienne pas droit.

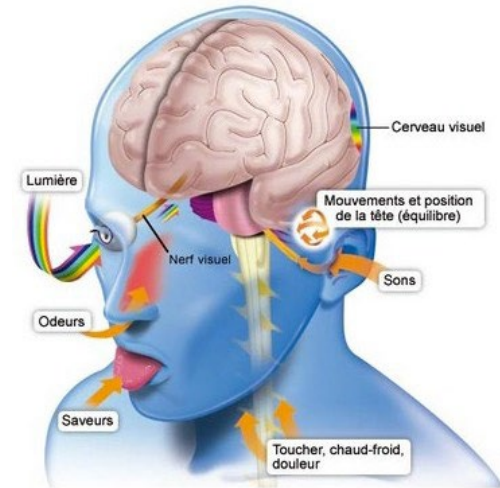


LE SYSTÈME NERVEUX

Nos sens informent continuellement notre cerveau de notre projection dans l'espace. Les performances de nos capteurs sensoriels conscients (toucher, vue, goût, odorat, proprioception, accélération, douleur, etc.) et inconscients (équilibre, oreille interne, fonctions autonomes, respiration, fréquence cardiaque, etc.) influencent directement la cascade fonctionnelle des systèmes et sous-systèmes biophysologiques de notre corps.

Toute réaction physique (et psychologique) émane d'un contexte sensoriel.

Les fonctions conscientes de l'être humain ne représentent que 4 % du calcul cérébral...

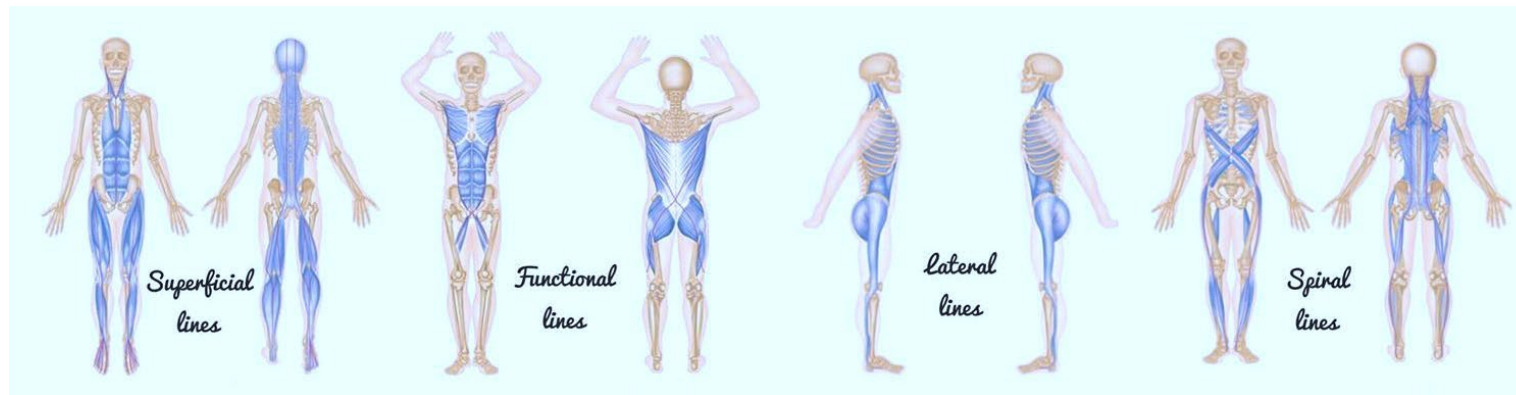


Systeme nerveux central et fascia

En tant qu'organe sensoriel le plus important du corps, le fascia est également directement lié au système nerveux central, auquel il transmet en permanence des informations proprioceptives, nociceptives et intéroceptives. Le fascia est donc largement impliqué dans les processus douloureux, la régulation des émotions, les systèmes majeurs, la conscience de soi et la perception corporelle (6e sens).

Quel tissu fascinant ! Également connu sous le nom de tissu conjonctif dense et irrégulier, ce tissu entoure et relie chaque muscle, jusqu'à la myofibrille la plus ténue et chaque organe du corps. Il forme une véritable continuité dans tout notre corps. Il a été démontré que le fascia est un élément important dans l'organisation de la posture et du mouvement. Il est souvent considéré comme notre organe de forme (Varela et Frenk 1987, Garfin et al. 1981).

Il s'avère que le fascia est l'un de nos organes sensoriels les plus riches, avec six à dix fois plus de récepteurs nerveux sensoriels que les muscles. Il a donc été prouvé que le fascia se contracte plus rapidement que les muscles. C'est aussi l'organe sensoriel le plus grand et le plus rapide que nous ayons.



FASCIA ET TENSÉGRITÉ

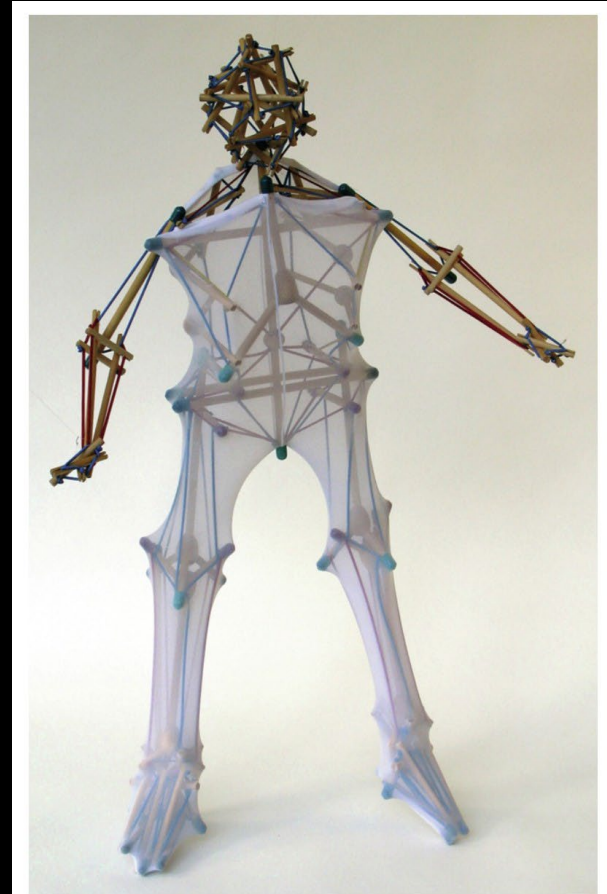
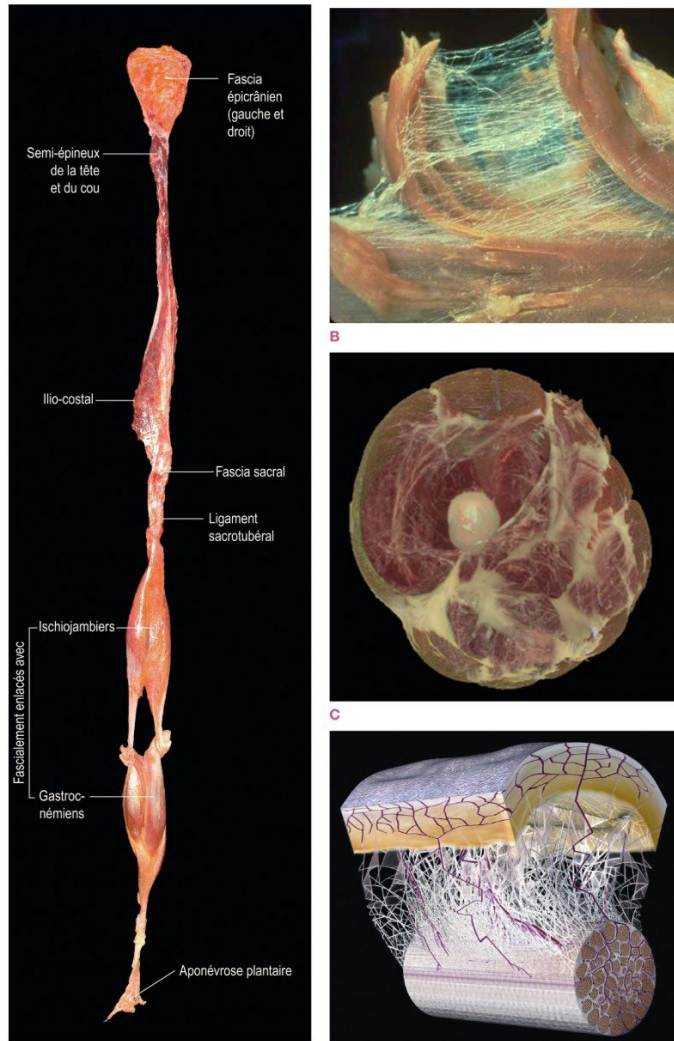


FIG. 1.56 Le reste du corps dans une représentation simple de tenségrité. Cette structure est résiliente et réactive, comme un être humain véritable, mais elle est bien sûr statique comparativement à nos réponses myofasciales coordonnées. La position des entretoises en bois (os) dépend de l'équilibre

FASCIA ET TENSÉGRITÉ

Nous pouvons dès lors voir que nos muscles, notre squelette et tous nos organes flottent dans ce réseau de tissu conjonctif élastique et intelligent.

Intelligent car il a la capacité d'absorber des informations sensorielles ainsi que de réagir fonctionnellement en se dilatant et en se contractant à grande vitesse, et donne ainsi sa forme au corps en gérant les arcs réflexes lui permettant de stabiliser le corps sur tous les axes.

Il est comparable à un super réseau électrique et fonctionnel, flexible et réactif.

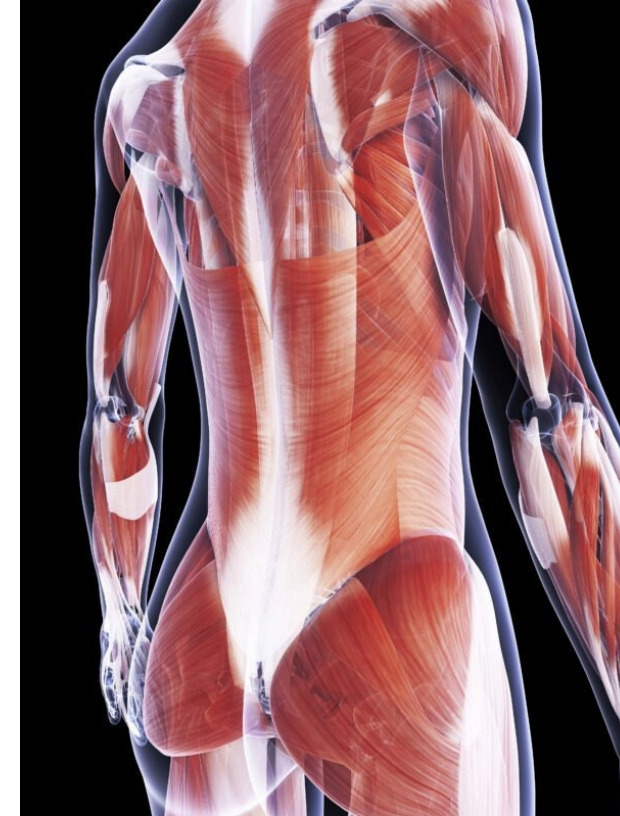


Image : https://www.rheumatologach/assets/img/CH_Bilder/blog/2016/was-sind-faszien_inhaltsbild/stock_000034818690_Double.jpg