

Rilascio miofasciale è un termine generico. Può essere considerato come il risultato del lavoro praticato dal terapeuta tramite la manipolazione del sistema muscolo fasciale, effettuato per risolvere stati dolorosi acuti, cronici, diffusi, o localizzati in specifiche parti del corpo. E' un risultato ottenuto con il contributo attivo del paziente, che serve da guida al terapeuta. Durante il trattamento si sviluppano nel paziente capacità di autocura.

Il rilascio miofasciale ottenuto tramite l'auto-massaggio, (self-myofascial release) in alcuni casi e quando si pratica correttamente, può simulare il trattamento manuale del terapeuta e rientrare nel programma di "terapia attiva" che il paziente esegue a domicilio dopo un trattamento. Lo stesso terapeuta dovrebbe insegnare al suo paziente come effettuare questo "lavoro" e prescrivere un programma che sia il naturale proseguimento della sua terapia, ottenendo così un risultato completo, soddisfacente, con l'importante obiettivo di evitare una ricaduta o ricomparsa del problema.

Il rilascio miofasciale può essere utile per curare e risolvere altre tipologie di problemi come ad esempio tensione psicologica, disturbi del sonno, problemi neurologici, ecc. Ricordiamo che una sindrome dolorosa miofasciale può insorgere in concomitanza di un'altra patologia, diffusa o localizzata; una sindrome dolorosa dovuta alla presenza di trigger point, ad esempio, può coesistere con un'artropatia. La soluzione diviene quindi un'accorta strategia che sappia integrare più modalità, prendendo in considerazione la terapia passiva (farmacologica, strumentale) utilizzata soprattutto in ambito della medicina convenzionale e molti elementi come ad es° :

- modificare l'alimentazione
- eliminare i fattori di predisposizione e mantenimento come ambienti umidi o freddi
- eliminare stress psicologici, meccanici
- valutare eventuali alterazioni metaboliche ed endocrinologiche (tiroide, glicemia, anemia, sistema circolatorio, ecc).