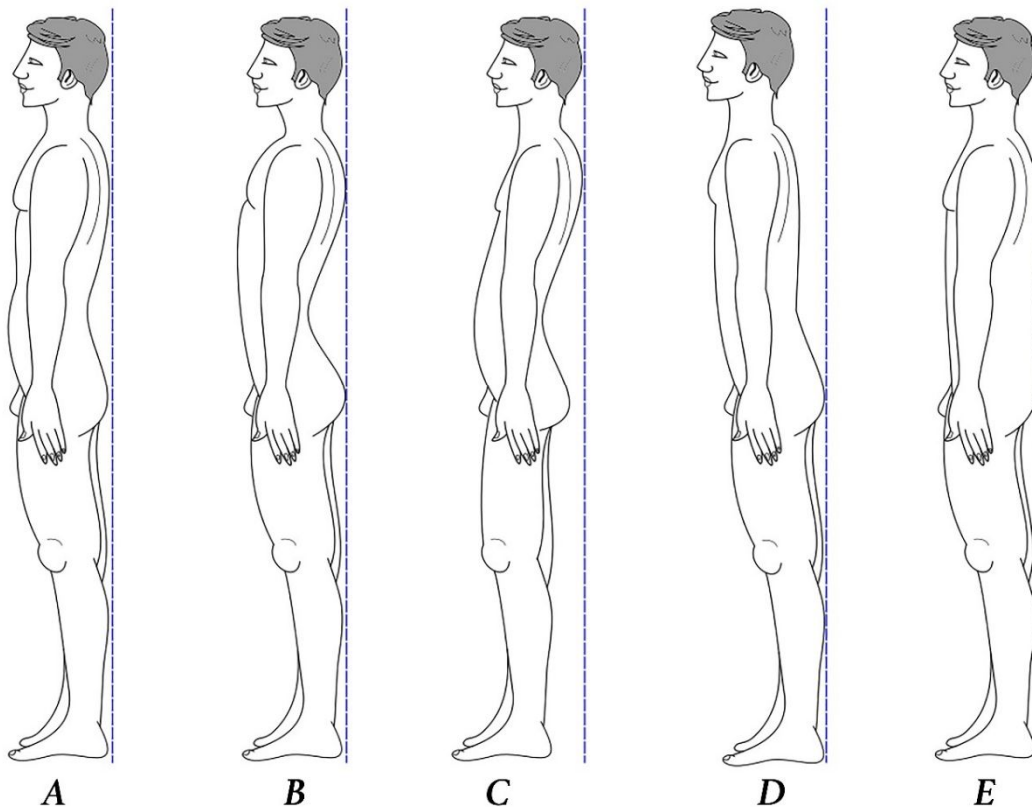


24 - RAPPEL DU TEST DES FLÈCHES

Ce test permet de vérifier le positionnement du sujet dans le sens antéropostérieur. On utilise un fil à plomb. L'alignement doit se faire chez le sujet normal par 3 points d'appuis :

- Occiput
- T8
- Pli fessier
- Espace inter-malléolaire

On définit ainsi 2 flèches, une cervicale de l'ordre de 6 cm et une lombaire autour de 4 cm.



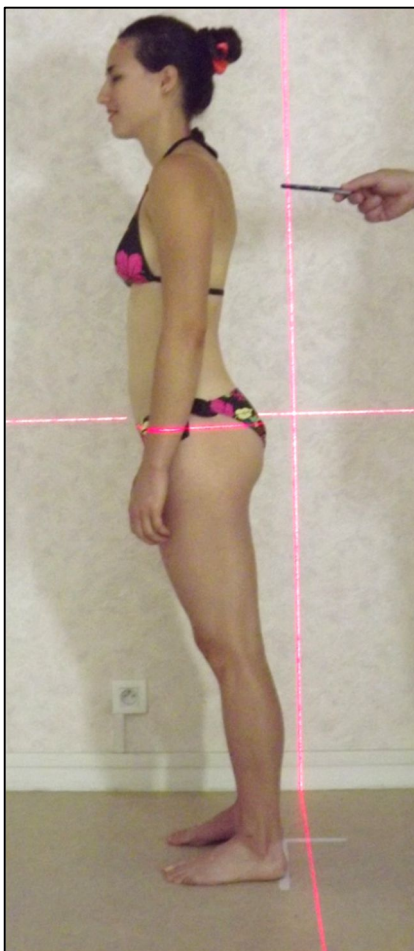
- ✘ **Position A** : Sujet normal flèche cervicale à 6 cm et lombaire à 4 cm ;
- ✘ **Position B** : Sujet lordosé hypertonique flèche cervicale et lombaire au-delà de ces normes ;
- ✘ **Position C** : Le sacrum est antérieur par rapport à l'épaule ;
- ✘ **Position D** : Le sacrum est postérieur par rapport à l'épaule le sujet est en avant ;
- ✘ **Position E** : Diminution des flèches.

Résultat du test

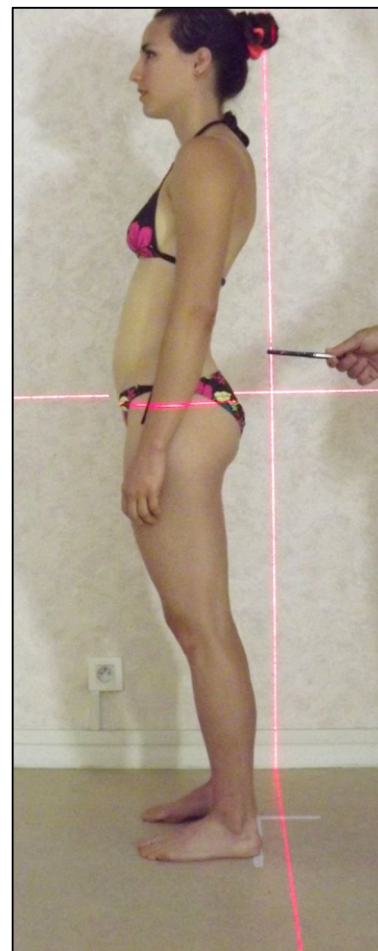
Le test va définir un sacrum antérieur ou un sacrum postérieur par rapport à l'axe des épaules ou encore le test pourra définir un scapulum antérieur ou postérieur par rapport au positionnement du sacrum

Si le sacrum est postérieur par rapport au scapulum le traitement postural consistera à faire avancer le sacrum et reculer le scapulum.

Si le sacrum est antérieur par rapport au scapulum le traitement postural consistera à faire avancer le scapulum et reculer le sacrum.



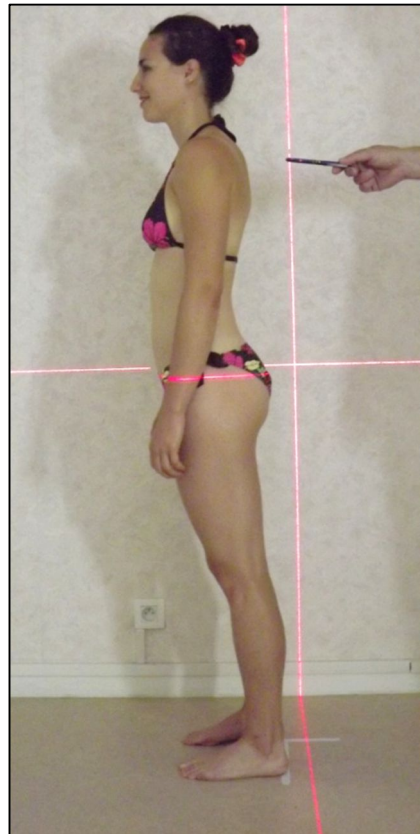
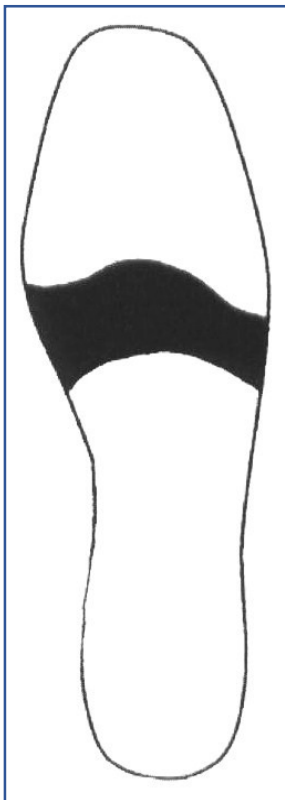
SACRUM POSTÉRIEUR



SACRUM ANTÉRIEUR

C'EST LA BARRE RÉTRO-CAPITALE

On utilisera une barre rétro-capitale de 2 millimètres maximum pour stimuler le court fléchisseur plantaire, l'abducteur oblique et transverse du 1, le court fléchisseur du premier orteil et renvoyer le corps vers l'arrière



Comment fonctionne cet élément ?

- ***Il inhibe***

Les fléchisseurs plantaires, le soléaire, les ischio-jambiers, le carré des lombes, les muscles profonds du dos. Cette barre rétro-capitale recrée les flèches normales du dos jusqu'aux cervicales.

- ***Il stimule***

Tibial antérieur et postérieur, le quadriceps, les obliques, les droits de l'abdomen, le grand pectoral, relâche les rhomboïdes et le grand dorsal. Il fait ainsi reculer les épaules.