# Les approches ostéopathiques

### Fasciale

Cette approche consiste en une série de techniques manuelles qui traitent les enveloppes tissulaires. Au cours d'un relâchement fascial, le thérapeute localise les adhérences et applique une pression glissée pour étirer les tissus dans le sens de l'adhérence. Les manœuvres sont profondes et favorisent l'assouplissement des tissus enraidis et qui ont perdu leur efficacité à la suite de blessure, de fatigue ou de surmenage.

### Thérapie Crânienne

**Incluant les principes de fasciathérapie**

Cette approche a pour objectif d’évaluer et d’améliorer le fonctionnement du système crânio-sacré (crâne, sacrum, méninges, liquide céphalo-rachidien) grâce à un toucher très doux dit de détente. Les os du crâne sont étroitement liés les uns aux autres par des aponévroses, des muscles, la dure-mère et autres structures. Ces éléments peuvent restreindre la mobilité des os du crâne (de l’ordre de l’infime) et perturber l’équilibre.

Les fascias, ou aponévroses, sont les enveloppes du corps. Ils sont omniprésents et se répandent dans l’organisme tels une toile d’araignée et le relient de la tête aux pieds et de la superficie à la profondeur. Les fascias ont une capacité de crispation complètement autonome et peuvent subir des blocages. La fasciathérapie vise à localiser et mobiliser ces blocages par des pressions précises en mouvements lents et organisés et à relancer le mouvement interne dans les tissus.

### Thérapie Viscérale

La manipulation viscérale est une approche pour évaluer et traiter la mobilité des organes du corps, leurs moyens d’attache (ligaments) et les structures qui les entourent. Dans le cas d'une santé optimale, tous les organes sont libres de bouger entre eux et peuvent travailler à leur plein potentiel. Les liens entre les organes sont considérés comme des articulations (« articulés »). Entre ces articulés, différentes dysfonctions peuvent prendre place, on parle alors de restrictions viscérales. Les conséquences de ces restrictions peuvent être la diminution de mouvement des fascias, des os et muscles qui entourent ces organes. Ceci peut mener à des irritations chroniques, à une lenteur et fatigue des différents systèmes. Des tensions anormales entre les organes et les articulations peuvent être la cause de diverses douleurs insoupçonnées.