

MESSAGGIO AI CALZATURIERI

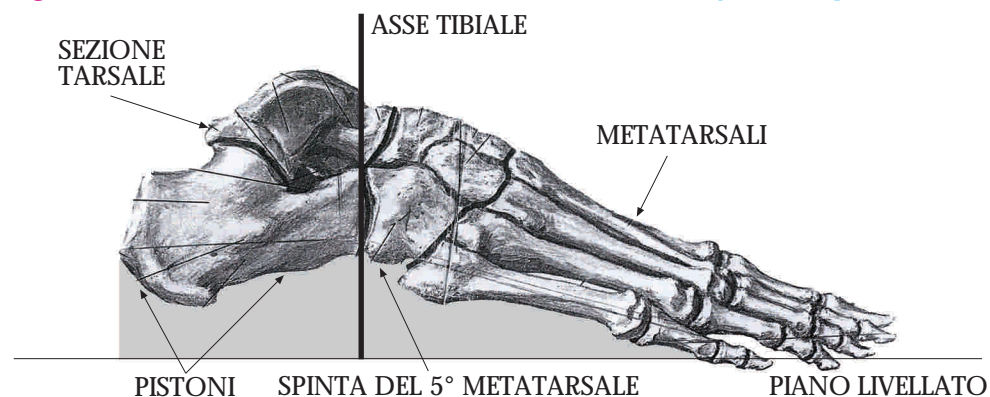
L'uomo prima di raggiungere la posizione eretta aveva le ginocchia in flessione, con la tibia in posizione diagonale. Per naturale evoluzione l'uomo raggiunge la posizione eretta in maniera perpendicolare, per cui alla base del piede si formano gli archi plantari creando uno spazio vuoto tra la pianta del piede ed il piano di calpestio livellato (vedi fig. 1).

Riempendo tale spazio, tra la parte esterna e quella interna, quindi sotto gli archi, si formano dei cunei.

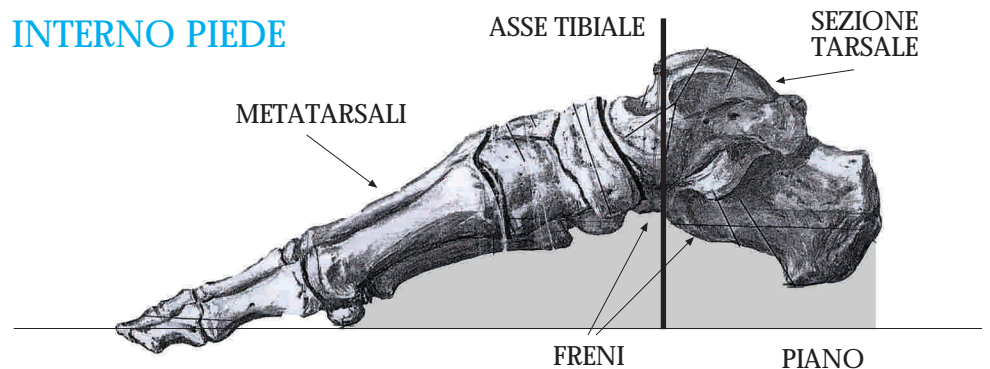
Quelli esterni funzionano da pistoni che spingono l'arco verso l'alto e facendo in modo che anche il quinto metatarsale viene aiutato dalle spinte. Quelli interni invece agiscono da freni, non permettendo l'appiattimento dell'arco e favorendo in tal modo una perfetta supinazione degli archi.

Fig.1

ESTERNO PIEDE



INTERNO PIEDE



Il vestigio viene posizionato nella calzatura riempiendo lo spazio vuoto, svolgendo quindi la funzione di pistoni e freni e consentendo un perfetto movimento di deambulazione al piede (vedi fig. 2).

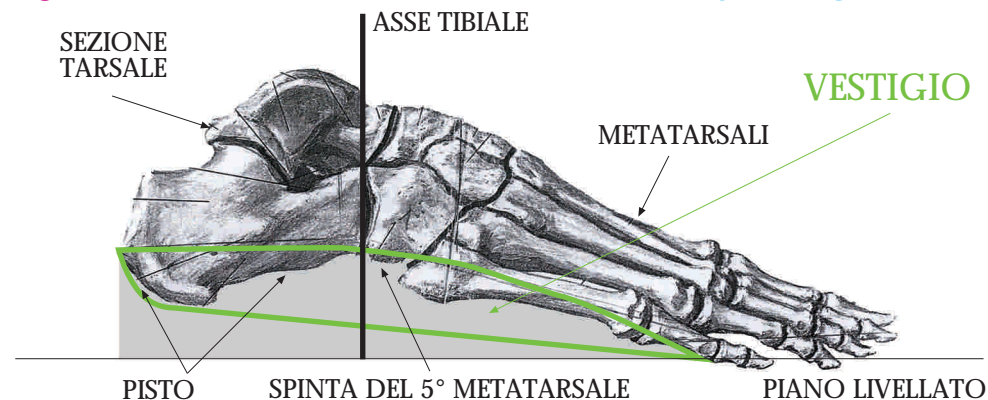
Il piede non avrà più motivo di soffrire di tallonite, tendinite, spina calcaneare, calli, duroni, occhio di pernice, sudorazione, alluce valgo e crescita dell'unghia all'in su ed all'in giù e perdita della stessa.

La posizione posturale scorretta favorisce la sofferenza delle caviglie, delle ginocchia, del bacino, della colonna vertebrale, delle scapole, delle braccia, della bocca, degli occhi, delle orecchie e della testa.

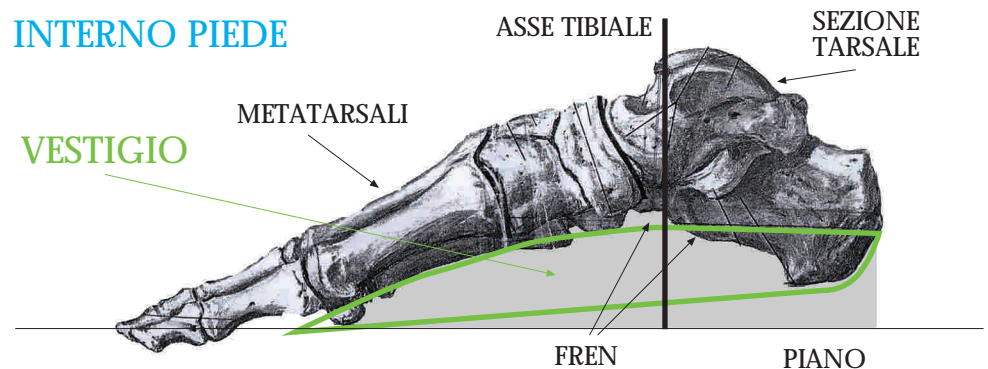
È quindi di estrema importanza l'inserimento del vestigio nella calzatura.

Fig.2

ESTERNO PIEDE



INTERNO PIEDE



IL POSTURATORE



Essendo sarto, non potevo non pensare ad una macchina per stirare. Non gli abiti però, ma il corpo umano. Per eliminare i difetti di un abito spesso ci contorciamo fino a far sparire la piega o l'abbondanza fastidiosa. Ma fu proprio mentre cercavo una soluzione rapida per misurare i clienti, che scoprii che tutto partiva dalla base; cioè dai piedi.

Con i difetti dell'abito sparivano anche i dolori dovuti alla cattiva postura. Piccole semplici operazioni che allineano la colonna vertebrale.

Si fa salire il soggetto su una base regolabile, si posiziona poi il misuratore dietro la nuca del soggetto e si bloccano i piedi alla base. In seguito si agisce su una manovella per azionare una leva che, agendo sui piedi, porta il corpo all'esatta misura ricavata dalla circonferenza toracica.

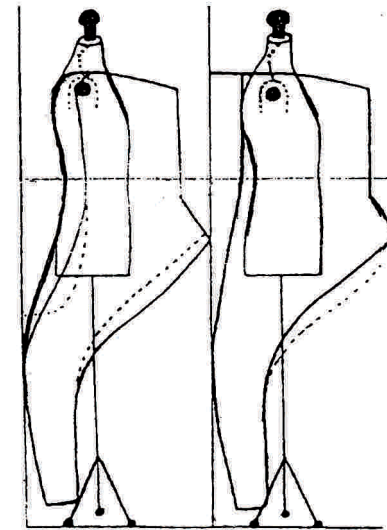
Tale operazione bilancia equamente i lati del corpo. Successivamente si interviene sui torsori per misurare i gradi di rotazione dell'osso del calcagno sui goniometri. Quest'ultima operazione porta l'indicatore del goniometro superiore nella banda che indica l'allineamento dei sette segmenti (vedi pag. 2).

A questo punto tendono a scomparire tutti i disturbi legati alla cattiva postura.

La storia di un uomo semplice e di una sua idea semplice, ma portentosa, è simile a quella di molte altre, e come molte altre ha un lieto fine.

Sarto di mestiere, alla ricerca dell'abito perfetto, invece di indirizzare la cucitura, indirizza la schiena e il problema è risolto. La soluzione di un problema personale è diventata quella della vita di molti. Il "vestigio del piede", di Leonardo Armillotta, è probabilmente la risposta alla domanda che vi ponete da troppo tempo. Che ci crediate o no, funziona. Nei disegni un po' improvvisati e nelle descrizioni all'interno del pieghevole, c'è il cammino della ricerca di oltre cinquant'anni e qualche conclusione o, se preferite, una speranza.

IL VESTIGIO DEL PIEDE



Formella
del Vestigio

Formella
tradizionale

La linea fisiologica della colonna vertebrale corrisponde alla linea fisiologica dell'arco plantare.

Mi chiamo Leonardo Armillotta, sono nato nel 1941 e faccio il sarto. All'età di otto anni mi mandarono in sartoria ed a quindici ho iniziato a studiare le conformazioni dell'uomo. A diciotto anni, per lavoro e per continuare la mia ricerca, mi sono trasferito a Milano e qui ho incontrato tanti maestri sarti di ogni regione d'Italia. Uno di questi disse a noi apprendisti: "ragazzi, se volete confezionare la giacca perfetta, dovete studiare il movimento del corpo umano".

Una sera, tornando a casa in tram, a seguito di una brusca frenata, subii una forte torsione corporea e da quella sera iniziai a capire le cause della perdita di "appiombò" di una giacca. All'età di trentuno anni tornai al mio paese e dopo pochi anni costruii uno strumento per prendere le misure ai clienti, a cui diedi il nome di "cabina antropometrica".

Avevo costruito il mio primo posturometro.

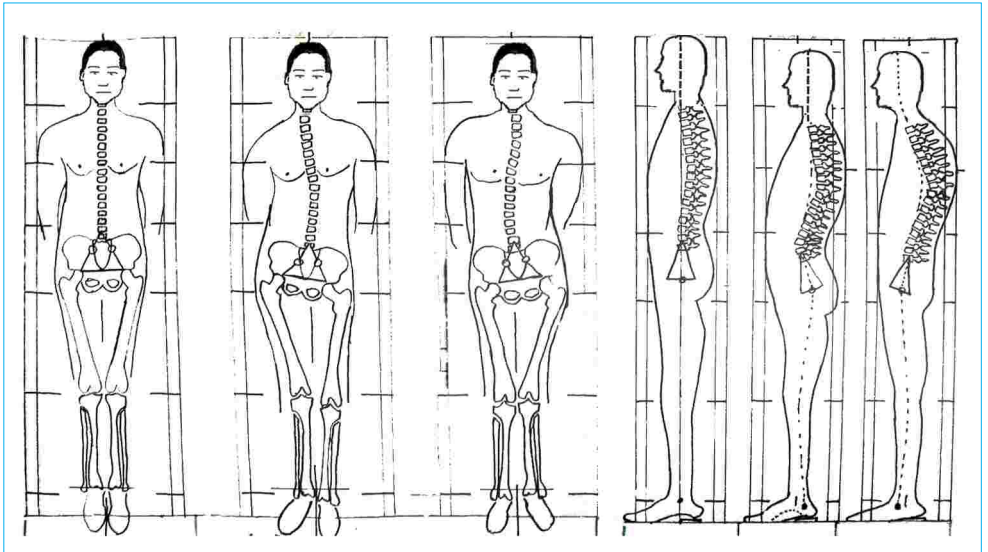
Grazie a questo strumento all'età di quarantacinque anni ho costruito un particolare tassello che, posizionato sotto l'appoggio del piede mi fece sparire definitivamente una fastidiosa sciatalgia ed altri malanni che mi torturavano da decenni.

Sperimentai col tempo che l'efficacia del tassello agiva solo su chi aveva la conformazione dei lordosi, come la mia, ma gli amici cifosi restavano insoddisfatti. Incuriosito iniziai a studiare la storia dell'evoluzione umana e dopo un anno di sperimentazioni costruii il "vestigio del piede umano", un supporto da inserire in una normale calzatura che agiva beneficamente sia sui lordosi che sui cifosi (vedi figura a pag. 6). Nel 1988 proposi ad alcuni calzaturieri marchigiani la messa in produzione del "vestigio" e insieme studiammo e realizzammo gli stampi, facendo infine partire una piccola produzione. Successivamente un altro fabbricante mi offrì di comprare gli stampi, promettendomi royalties convenienti, ma ben presto le sue mire si rivelarono dirette al brevetto e così si interruppero i rapporti e la produzione.

Nel 2000, non senza sacrifici e con l'aiuto di alcuni amici, ho rifatto costruire gli stampi producendo in proprio il "Vestigio".

Dopo 26 anni di esperienza, confortato da tantissime testimonianze di successo, mi piacerebbe portare a conoscenza di tutte le persone che, come me in passato, oggi soffrono a causa di una cattiva postura, questa mia idea che ha già aiutato tanta gente.

L'ULTIMA POSTURA DELL'UOMO



S.P.F.

S.P.F.

Questa postura viene definita dagli esperti S.P.F.: Sistema Posturale Fine.

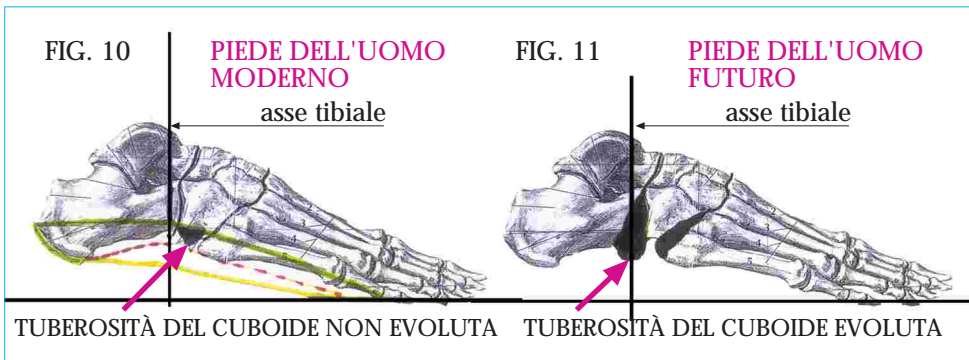
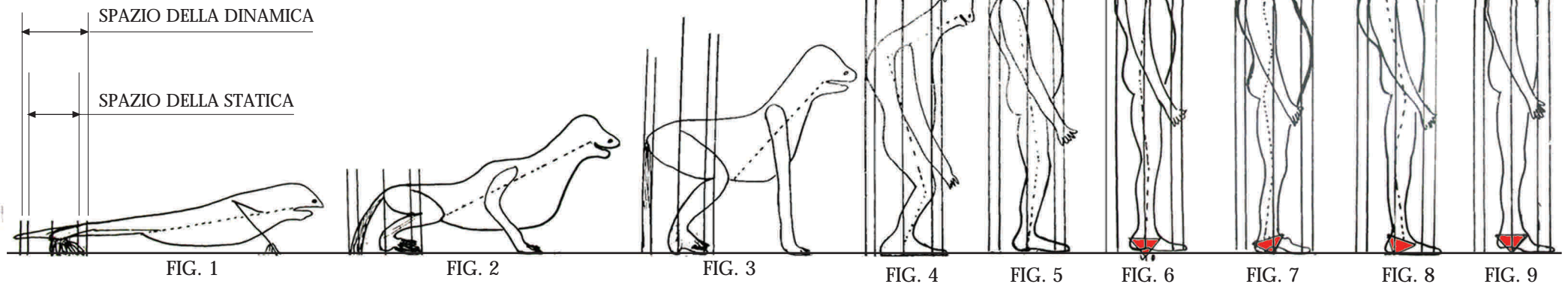
Quest'uomo (fig. 9), rispetto a noi, presenterà in futuro un perfetto allineamento dei segmenti dell'asse corporeo (piede - tibia - femore - bacino - addome - petto - testa), in modo che piedi, gambe, busto e testa potranno ruotare e bilanciare nel giusto grado stabilito da madre natura.

Tutto questo, oggi, non è possibile perché l'uomo ha tolto da sotto i suoi piedi lo strumento modificatore, il vestigio, il quale ha due compiti: il primo proteggere il piede dal sisma corporeo (slogature, torsione ecc.); il secondo, modificare l'osso cuboide facendo completare la fossetta posteriore, portando la tuberosità di quest'ultimo sotto il segmento dell'asse tibiale (ved. Fig. 10 e 11).

In questo modo l'articolazione calcaneo-cuboidea compierà il processo funzionale, portandosi nella funzione di articolazione enartroso. Madre natura ci fornisce questa possibilità, facendoci nascere con le 5 ossa del mediotarso in forma cartilaginosa, predisposti alla modificazione. Tutto ciò è dovuto ad una ricerca posturologica iniziata all'età di 15 anni, nel 1956.

Con l'aiuto di uno strumento da me costruito nel 1978, la cabina antropometrica, sono riuscito a disegnare l'uomo nella postura della fig. 9,

UN'IDEA IN EVOLUZIONE



trovando gli spazi della statica e della dinamica (fig. 1) entro cui si colloca l'uomo in equilibrio, definita dai sarti "vestibilità".

Misurando questo spazio ho potuto disegnare le altre posture che ipotizzano la nostra evoluzione.

A questa ricerca mancava l'ultimo tassello. Volevo conoscere gli strumenti che abbiamo adoperato nei vari passaggi di postura.

Se si considera la partenza della nostra evoluzione da esseri acquatici, questi (fig. 1) adoperavano la coda per spostare il corpo. Allontanandosi dall'acqua dovettero adeguarsi al terreno asciutto. A quel punto gli altri esseri hanno portato le zampe sotto il busto, formando la postura di fig. 2. Da questa postura inizia la trasformazione dell'arto posteriore da palmare a piede e un osso deve rinunciare alla trasformazione. Tale osso è il cuboide, che agisce da fulcro facendo ruotare su se stesso le altre ossa e facendo formare l'osso calcaneo e l'astragalo.

Si presenta così la postura di fig. 3 in cui viene adoperato il primo strumento, l'albero. L'essere, aggrappandosi con il primo ed il secondo dito del piede al tronco, provoca l'allungamento dell'interno piede, dando la formazione alla postura della fig. 4. Quest'ultima dimostra le prime prove dello stare in piedi e, con l'aiuto del terreno

fangoso, l'essere riesce a far ruotare il busto sugli arti, dando la possibilità alla testa di portarsi in asse negli spazi statici e dinamici.

Con la testa in alto, si mettono in trazione i muscoli anteriori del busto con i muscoli dell'interno gamba, formando così il primo arco plantare dell'interno piede.

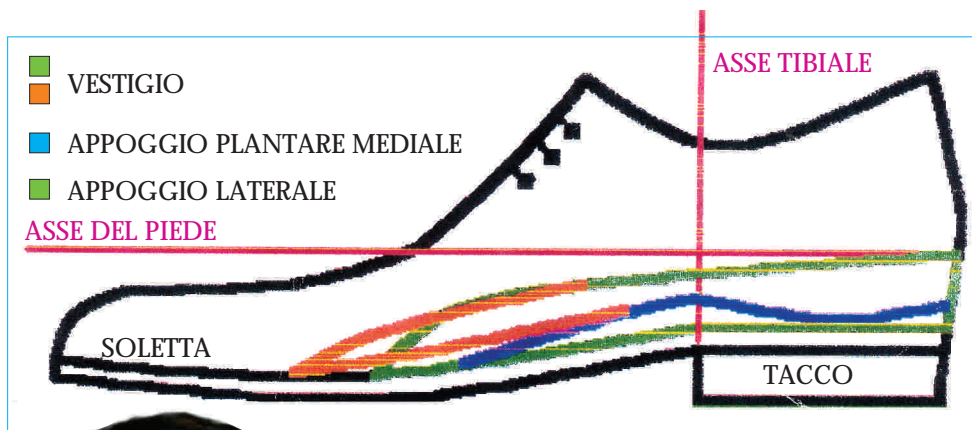
Nasce in questo modo il Praenzinanthropus di fig. 5. Con questa nuova postura le mani sono libere. Libere anche per costruire la scala per salire sulle palafitte. I bambini dell'ominide, nel salire, poggiano la protuberanza dell'osso calcaneo sul piolo della scala e finalmente il cuboide poteva liberarsi, iniziando a ruotare, mettendo in moto anche il terzo cuneiforme e formando l'arco plantare laterale.

Da questo momento il piede ha bisogno dell'ultimo strumento che deve sincronizzare il movimento dei tre archi plantari per creare i processi di pronazione-supinazione e adduzione-abduzione. Questo strumento è il vestigio, nel quale si formano dei cunei e delle sponde. Tali elementi creano delle spinte dal basso verso l'alto, in questo modo l'osso del calcagno può ruotare, dando la possibilità all'osso astragalo di bilanciare. Tale bilanciamento aziona la fibula, che, agendo da biella, porta il ginocchio nella fase di ab-adduzione (spostamento esterno - interno).

Dopo la postura in fig. 6 (uomo in posizione eretta) avrebbe dovuto formarsi la postura di fig. 9, ma l'uomo comincia ad utilizzare delle calzature in cui manca l'elemento stabilizzante, il vestigio. Il cuboide torna a non lavorare portando l'uomo nella prima conformazione scorretta della fig. 7, denominata lordosi.

Con l'avvento della modernizzazione, abbiamo pavimentato case e strade. La calzatura rimane sempre piatta al suo interno e, quindi, i tre archi plantari perdono completamente il loro movimento naturale e danno origine alla seconda conformazione scorretta di fig. 8: la cifosi.

Oggi queste due conformazioni, provocate dalle calzature e dalla durezza delle pavimentazioni, recano tanto danno all'umanità ed impediscono la giusta evoluzione della specie umana. Se prendiamo in considerazione il processo delle 5 ossa del medio-tarso e completiamo la calzatura aggiungendo il vestigio, l'uomo potrà correggere la sua evoluzione e le prossime generazioni potranno finalmente raggiungere la postura di fig. 9.



Utilizzando da bambino questo tipo di calzatura , si arriverà alla modificazione dell'osso cuboide, la tuberosità del cuboide si porterà verso la parte posteriore dell'asse tibiale e si andrà a collocare sotto la protuberanza dell'osso del calcagno. Vedere fig. 10 e 11). In tal modo finirà l'evoluzione del piede, facendo nascere l'uomo nel S.P.F.



IL VESTIGIO DEL PIEDE

Leonardo Armillotta
 Corso Cesare Battisti, 79
 71019 - Vieste (FG) Italy
 Tel.0884.707167
camminarebene.com
info@camminarebene.com