

Sommario

Introduzione	VII
Cap. 1 – Modificazioni posturali in gravidanza ed esposizione al rischio di mal di schiena (Back Pain) di origine meccanica	1
Cap. 2 – Prevenzione	13
Cap. 3 – Strategie comportamentali nel dopo parto e adattamento delle esercitazioni <i>Valentina Banducci</i>	63
Cap. 4 – Core Stability: ruolo della muscolatura <i>Tiziano Balloni</i>	73
Cap. 5 – Il pavimento pelvico: conseguenze del parto ed esercizi di rinforzo muscolare <i>Nicola Palestini</i>	81
Bibliografia	87