

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 |