FÁSCIA

Conexão e Movimento

Joaquim
Minuzzo
Vega



Atheneu

Distribuição Proibida

FÁSCIA
Conexão e Movimento

Distribuição Proibida



SAL

SERVIÇO DE ATENDIMENTO AO LEITOR

Tel.: 08000267753

www.atheneu.com.br

(21) 99165-6798 Facebook.com/editoraatheneu Twitter.com/editoraatheneu Youtube.com/atheneueditora

FÁSCIA
Conexão e Movimento

Editor

Joaquim Minuzzo Vega

Graduado em Fisioterapia pela Universidade Metodista de Piracicaba (UNIMEP) e Mestre em Fisioterapia pelo Centro Universitário do Triângulo (UNITRI), possui certificação em Osteopatia pelo Colégio Brasileiro de Osteopatia (CBO) e formação no Método Pilates pela Associação Brasileira de Pilates (ABP).

Atua como fisioterapeuta e osteopata na Clínica BioVida, em Piracicaba (SP), com trabalho terapêutico direcionado ao Sistema Fascial. Nesse contexto, idealizou a metodologia de tratamento denominada Facilitação e Indução Fascial durante o Movimento.

Possui sólida experiência em Fisioterapia Hospitalar, com ênfase em Terapia Intensiva e Enfermaria Adulta, atuando principalmente nas áreas de Ventilação Mecânica Invasiva e Não Invasiva, Fisioterapia Cardiorrespiratória e Mobilização Precoce do Paciente Crítico. Atualmente, integra a equipe de fisioterapia da Irmandade da Santa Casa de Misericórdia de Piracicaba (SP).

É autor das obras *Fisioterapia em Unidade de Terapia Intensiva (UTI)*, *Tratado de Fisioterapia Hospitalar* e *Método Pilates: das Bases Fisiológicas ao Tratamento das Disfunções*.

Atheneu

Rio de Janeiro • São Paulo

2026

Distribuição Proibida

EDITORA ATHENEU

São Paulo — Rua Maria Paula, 123 – 13º andar
Conjuntos 133 e 134
Tel.: (11) 2858-8750
E-mail: atheneu@atheneu.com.br

Rio de Janeiro — Rua Bambina, 74 – lojas A e B
Tel.: (21) 3094-1295
E-mail: atheneu@atheneu.com.br

Pré-Produção e Produção Gráfica: Equipe Atheneu

Capa: J. Fontes Serviços Editoriais

Produção Editorial: Efe Pe Editoração

CIP-BRASIL. CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO
SINDICATO NACIONAL DOS EDITORES DE LIVROS, RJ

V525f

Vega, Joaquim Minuzzo
Fáscia : conexão e movimento / Joaquim Minuzzo Vega. - 1. ed. - Rio de Janeiro : Atheneu, 2026.
il. ; 24 cm.

Inclui bibliografia e índice
ISBN 978-85-388-1282-1

1. Fáscia (Anatomia). 2. Fáscia (Anatomia) - Fisiologia. I. Título.

CDD: 611.74
26-105393.0 CDU: 611.74

Carla Rosa Martins Gonçalves - Bibliotecária - CRB-7/4782

26/05/2026 27/05/2026

Vega JM
Fáscia - Conexão e Movimento

©Direitos reservados à Editora ATHENEU – Rio de Janeiro, São Paulo, 2026.

Distribuição Proibida

Colaboradores

Alexsandro Augusto dos Reis

Graduado em Fisioterapia pela Universidade Paulista (UNIP – Campinas). Especialista em Fisioterapia Aplicada a Ortopedia e Traumatologia pela Universidade Estadual de Campinas – (UNICAMP). Especialista em Biomecânica Clínica pela OnWay Education. Especialista em Treinamento de Força pela OnWay Education. Fisioterapeuta Proprietário e Diretor do Instituto Alex Reis.

Ana Outsubo

Fisioterapeuta Graduada pela Universidade de São Paulo (USP), em 1992. Mestre em Distúrbios do desenvolvimento pela Universidade Mackenzie (2004) e estudiosa da Fáscia. Palestrante internacional, com mais de 3.000 mil alunos formados. Formação em cursos com o legendário John Barnes (EUA); Fascial Fitness (Alemanha); Anatomy Trains (EUA); Slings in Motion (Suiça); Rossmann Concept (Alemanha); Embriologia com o Prof. Jaap Van der Wal (Holanda); Curso de Dissecação com Gil Hedley (EUA) e John Sharkey (Kings College-Londres). Criadora de duas metodologias para treinamento de Fáscia: Fáscia Connector® e o Propex®; ministrando cursos no Brasil e na Europa. Idealizadora do primeiro congresso 100% prático sobre sistema fascial direcionado para profissionais do movimento: O Move or Glue.

Ariane Pinheiro Brandão

Graduada em Fisioterapia pela Universidade Paulista (UNIP – Campinas). Especialista em Fisioterapia Aplicada a Ortopedia e Traumatologia pela Universidade Estadual de Campinas – (UNICAMP). Fisioterapeuta Coordenadora pedagógica e cientifica do Instituto Alex Reis.

Bruno Luís Amoroso Borges

Doutor em Saúde, Interdisciplinaridade e Reabilitação pela Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP). Mestre em Fisioterapia pela Universidade Metodista de Piracicaba (UNIMEP). Especialista em Fisioterapia aplicada à Neurologia pela Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP). Especialista em Osteopatia pelo Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (COFFITO). Diplomado em Osteopatia pelo Colégio Brasileiro de Osteopatia (CBO). Docente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Jaguariúna (UniFAJ). Coordenador da formação em Osteopatia Pediátrica do Colégio Brasileiro de Osteopatia (CBO). Revisor dos periódicos Journal of Bodywork and Movement Therapies e Cureus.

Distribuição Proibida

Carolina Lemes

Graduada em Treinamento Físico pela Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP). Embaixadora e Professora Formadora do Low Pressure Fitness (LPF) Brasil. Professora Formadora do Fascial System e Fascial Breathing. Certificada no Eldoa Method (EUA). Certificada em Dissecação Fascial pelo Fascia Focused Anatomy LABS (Alemanha).

Cristiano Queiroz Guimarães

Mestre em Ciências da Reabilitação pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). Sócio fundador e Professor da Saúde na Origem. Idealizador/Fundador da Academia Brasileira de Fáscias (ABFáscias). Atuação como Terapeuta Integrativo no Instituto Saúde na Origem. Terapeuta Neurofascial (Método ABFascias). Formação no método Somatic Experiencing (nível avançado) – Associação Brasileira do Trauma. Rolfista estrutural e de Movimento – Associação Brasileira de Rolfing. Formação internacional em fáscias – Lowen Systems Dynamic Manual Interface – Dinâmica dos Fluidos. Formação internacional em cérebro – Chikly Health Institute. Formação internacional em Lymph Drainage Therapy: Fluid Dynamics – Chikly Health Institute. Formação em Visceral Manipulation – Barral Institute.

Daniel Kenji Makita

Graduado em Fisioterapia pela Universidade Metodista de Piracicaba (UNIMEP). Especialista em Osteopatia pelo Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (COFFITO). Terapeuta Neurofascial pela Academia Brasileira de Fáscias (ABFáscias). Mestre em Anatomia pela Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP). Sócio e Professor da Academia Brasileira de Fáscias (ABFáscias). Coordenador de pesquisa da Academia Brasileira de Fáscias (ABFascias). Colaborador no Centro de Pesquisa em Fáscia Brasil.

Daniela Cunha

Fisioterapeuta Graduada pela Universidade Estadual do Oeste do Paraná (UNIOESTE). Formação em Terapeuta Manual pela ETAP. Formação em Tratamento Integrado do Sistema Nervoso Autônomo (TISNA). Formação em Osteopatia pela Escuela de Osteopatia de Madrid (EOM). Formação em Terapeuta Neurofascial pela Academia Brasileira de Fáscias (ABFáscias).

Eduardo Bicalho

Fisioterapeuta Graduado pela Universidade do Vale do Itajaí (UNIVALI). Especialização em Fisioterapia Traumato-ortopédica e Desportiva pela Faculdade Evangélica do Paraná (FEPAR). Mestre em Tecnologia em Saúde (bioengenharia) pela Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUCPR). Diplomado em Osteopatia pela Scientific European Federation of Osteopaths (SEFO). Cofundador do Colégio Brasileiro de Osteopatia (CBO).

Eduardo de Latorre Fusatto

Graduado em Fisioterapia pela Universidade Metodista de Piracicaba (UNIMEP). Mestre em Fisioterapia pela UNIMEP. Diplomado em Osteopatia pelo Colégio Brasileiro de Osteopatia (CBO).

Distribuição Proibida

Fabio Antonio Vieira

Chefe do Grupo de Coluna do Departamento de Ortorpedia Unifesp/EPM. Doutorado pelo Programa de Pós-Graduação em Cirurgia Translacional da Unifesp/EPM. *Research Fellow* pelo Brigham and Womens Hospital/ Harvard Medical School Mestrado pelo Programa de Pós-Graduação em Tecnologias e Atenção à Saúde – Unifesp/EPM. Membro Titular da North American Spine Society (NASS). Membro Titular da Sociedade Brasileira de Cirurgia de Coluna (SBC).

Fabrício de Oliveira Teixeira Lopes

Mestre em Anatomia pela Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP). Especialista em Osteopatia reconhecido pelo Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (COFFITO). Fisioterapeuta Osteopata formado no Colégio Brasileiro de Osteopatia (CBO) e na Escola de Osteopatia de Madrid. Docente em Osteopatia no Colégio Brasileiro de Osteopatia (CBO). Mentor em Osteopatia Clínica e referência em Terapia Manual, Anatomia Aplicada e Raciocínio Clínico Osteopático.

Fernanda Avancini

Graduada em Educação Física pela Universidade de Santo Amaro (UNISA). Idealizadora do Método "Move Flow" – pioneiro no treinamento da fáscia em movimento no Brasil. Certificada internacionalmente pela STOTT PILATES®. Formação ZEN.GA. Formação Fascial Movement Formação ISP (Injuries & Special Population) Formação Anatomy Trains in Motion (Madrid). Formação Slings Myofascial Training 1 (Dublin); Training 2 (Dublin); Training 3 (Piacenza). Formação Pelvic Floor Fascia com Divo Muller. Formação Toque de Tensegridade 1, 2 e 3 com Fernando Bertolucci. Formação Retreat internacional Evoke the Core com Thomas Myers e Karin Gurtner (Suíça). Dissection Course com Thomas Myers e Todd Garcia (Colorado).

Gustavo Luiz Bortolazzo

Diplomado em Osteopatia pelo Colégio Brasileiro de Osteopatia (CBO). Especialista em Osteopatia pelo Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (COFFITO). Mestre em Fisioterapia pela Universidade Metodista de Piracicaba (UNIMEP). Doutor em Anatomia pela Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP). Docente do Colégio Brasileiro de Osteopatia (CBO). Autor do livro: *Osteopatia um conceito global e integrativo*.

Hugo Pasin Neto

Graduado em Fisioterapia pela Universidade Metodista de Piracicaba (UNIMEP). Mestre em Fisioterapia pela Universidade Metodista de Piracicaba (UNIMEP). Doutor e Pós-Doutor em Ciências da Reabilitação pela Universidade Nove de Julho (UNINOVE). Diplomado em Osteopatia pelo Colégio Brasileiro de Osteopatia (CBO). Especialista em Osteopatia pelo Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (COFFITO). Professor da Universidade de Sorocaba (UNISO). Diretor e Professor do Colégio Brasileiro de Osteopatia (CBO).

Distribuição Proibida

Ismael Liu

Fisioterapeuta Graduado pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). Osteopata C.O. pela Escuela de Osteopatía de Madrid (EOM). Especialista em Fisioterapia com ênfase em Ortopedia e Esportes pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). Pós-graduado em Gestão em Saúde pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (PUC-MG). Sócio proprietário da Clínica TopPhysio em Belo Horizonte – MG. Idealizador do Espaço CORPOLARIUM em Belo Horizonte – MG.

Jaap Van der Wal

Ph.D., Graduado em Medicina em 1973, especializou-se em anatomia funcional do aparelho locomotor, com ênfase, posteriormente, na arquitetura do tecido conjuntivo e da fáscia, e seu papel na propriocepção. Trabalhou como anatomista-embriologista em várias Universidades na Holanda. No decorrer da carreira desenvolveu-se como professor de Filosofia da Ciência e Antropologia Médica. Lecionou em faculdades de Medicina em Utrecht e Maastricht e em programas paramédicos (incluindo fisioterapia, enfermagem e obstetrícia). Nos últimos anos, tem se envolvido cada vez mais em pesquisas sobre a função e a importância da fáscia no corpo humano, resultando em apresentações e publicações relacionadas. Tem como área de interesse, o desenvolvimento embrionário humano e todos os seus aspectos relacionados, como evolução e genética, tudo dentro do contexto da visão humana e da filosofia da ciência. Atualmente, trabalha como professor universitário de Anatomia/Embriologia na Universidade de Maastricht e como instrutor *freelancer* para vários programas na área de medicina "alternativa" ou "complementar". Aposentou-se em março de 2012 e, criou a Fundação *Dynamension*, onde se dedica a *"Embryo in Beweging"*.

Johannes Freiberg

Graduado em Educação Física pela Universidade de São Paulo (USP). Formação no Método de Integração Estrutural Rolfing básica e avançado. Estudou Psicologia Formativa de Stanley Keleman, seguindo os estudos com Leila Cohn no Centro de Psicologia Formativa do Brasil. Especialista em Forma e Subjetividade do Corpo no "Rolfing" pelo Centro Universitário Católico Ítalo Brasileiro (UNIITALO). Estudou na Alemanha Fascial Fitness – fáscia aplicada ao exercício físico com o PhD Robert Schleip. Participou do projeto "Fascia Plastination Project" em Guben (Alemanha), o que resultou na elaboração do primeiro corpo humano plastinado (hoje em exibição na cidade de Berlim). Mestre em Ciências do Envelhecimento pela Universidade São Judas Tadeu (USJT). Doutorando em Sistema Fascial e sua função perceptual no envelhecimento.

Jones Waltrick Macagnan

Fisioterapeuta Graduado pela Universidade do Vale do Itajaí (UNIVALI). Mestre em Educação pela Universidade do Vale do Itajaí (UNIVALI). Especialista em Fisioterapia Ortopédica, Reumatológica e Desportiva pela Faculdade Evangélica do Paraná (FEPAR). Certificado em Osteopatia pela Escuela de Osteopatía de Madrid (EOM). Diplomado em Osteopatia pelo Colégio Brasileiro de Osteopatia (CBO). Especialista em Osteopatia pelo Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (COFFITO). Professor Titular da disciplina de Anatomia Humana Funcional do curso de Medicina da UNIVALI. Docente de Osteopatia do Colégio Brasileiro de Osteopatia (CBO). Vice-presidente da Associação dos Osteopatas do Brasil (AOB) – 2025-27.

Distribuição proibida

Josette Senedese Guerzoni

Graduada em Fisioterapia pela Universidade Estadual de Londrina (UEL). Especialista em Saúde Mental e Fisioterapia Traumato-ortopédica Funcional. Formação em Ginástica Holística na França (97/98) e no Brasil (2015).

Juliana Melo Ocarino

Fisioterapeuta, Mestre e Doutora em Ciências da Reabilitação pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). Professora do Departamento de Fisioterapia e Pesquisadora do Programa de Pós-graduação em Ciências da Reabilitação da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). Coordenadora da Especialização em Fisioterapia Esportiva da UFMG. Coordenadora da Fisioterapia do Centro de Treinamento Esportivo da UFMG. Membro da Associação Brasileira de Pesquisa e Pós-Graduação em Fisioterapia (ABRAPG-Ft). Bolsista de Produtividade do CNPq e Mentora da Formação em Raciocínio Clínico pela UFMG, Apoio: CAPES, FAPEMIG, CNPq.

Leonardo Sette Vieira

Graduado em Fisioterapia pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (PUC-MG). Mestre em Reabilitação e Desempenho Funcional pela Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri (UFVJM). Especialista em Osteopatia pelo Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (COFFITO). Especialista em Ortopedia e Fisioterapia Esportiva pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). Especialista em Termologia Médica pela Universidade de São Paulo (USP). Sócio Fundador da Academia Brasileira de Fáscias (ABFáscias). Professor de Pós-Graduação em Osteopatia na Universidade Atlântica de Lisboa. Membro do Fascial Research Society (FRS). Membro da International Association for the Study of Pain (IASP).

Manoela Meneghetti de Araújo

Fisioterapeuta Osteopata pelo Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (COFFITO). Pós-graduada em Neurociência, Psicologia Positiva e Mindfulness pela Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUCPR). Pós-graduada em Acupuntura pelo Instituto Brasileiro de Acupuntura e Moxabustão de Porto Alegre (IBRAMPA). Treino Avançado em Medicina Tradicional Chinesa (MTC), Acupuntura e Moxabustão pela World Federation of Acupuncture-Moxibustion Societies (WFAS) em Beijing – China.

Marcelo Tomazini

Fisioterapeuta Graduado pela Pontifícia Universidade Católica de Campinas (PUC-Campinas). Fisioterapeuta das equipes de basquetebol feminino de Campinas e das equipes de futebol masculino do Paulista F.C. de Jundiaí. Docente do curso de Pós-Graduação de Fisioterapia Ortopédica e Traumatológica da Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP). Docente do curso de Graduação de Fisioterapia da Faculdade Anhanguera/Jaguariúna. Especialista em Master Functional Trainer pela FTI – Functional Training Institute da Austrália e Crossfit Level 1 nos Estados Unidos.

Distribuição Proibida

Marco Modesto Trustee Brazzo

Graduado em Educação Física pela Universidade de Bolonha Cinesiologistas (UNC) com especialização em Reflexologia Podal e Massagem Reflexogênica do Tecido Conjuntivo. Graduado em Medicina Osteopática com especialização em Bandagens Funcionais e Cadeias Miotensivas (Terapia Corporal Global "Mézières"). Aperfeiçoamento Psicofísico para Músicos do Laboratório Europeu "The fit Musician". Professor de Reflexologia, Massagem e Posturologia na Escola Profissional "A. Barelli" em Rovereto (Trento) e no Instituto SEM em Trento. Professor de Cinesiologia Visceral na Academia de Osteopatia – Deutsches Fortbildungsinstitut für Osteopathie (DFO) em Regensburg (Alemanha) e na Fortbildungsakademie für therapeutische Berufe em Linz (Áustria). Autor do livro *Ginnastica Interna*.

Patrícia Lacombe

Empresária da Fisioterapia. MBA em Gestão de Saúde pela Fundação Getúlio Vargas (FGV). Pós-graduada em Fisiologia do Exercício, Ergonomia, Neurociências e Programação Neolinguística. Formadora do método "Ginástica Holística" na América do Sul. Criadora do software "Fisioclub" – pioneiro na reabilitação digital. Presidente da Associação Brasileira de Ginástica Holística (ABGH). Fisioterapeuta Membro da Academia Brasileira de Administração Hospitalar. Diretora do Prêmio Nacional de Qualidade de Vida – ABQV.

Rafael Gomes da Fontoura

Graduado em Educação Física e Fisioterapia pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS). Discente de Farmacologia e Bioquímica Esportiva do Instituto Plenitude (IPLENI). Discente de Osteopatia do Instituto Brasileiro de Osteopatia (IBO).
Fundador da OL Reabilitação e Performance em Porto Alegre – RS.

Renan Alves Resende

Fisioterapeuta, Mestre e Doutor em Ciências da Reabilitação pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), com período sanduíche na Queen's University (Canadá) e pós-doutorado na Ghent University (Bélgica), onde é professor convidado com apoio da CESAM Platform. Professor da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). Coordenador do Curso de Especialização em Fisioterapia, Ex-coordenador do Programa de Pós-Graduação em Ciências da Reabilitação da UFMG. Bolsista de Produtividade do CNPq, Pesquisador no Centro de Referência Paralímpico Brasileiro. Editor Associado do Brazilian Journal of Physical Therapy e do BMJ Open Sport and Exercise Medicine.

Rodolfo Amoroso Borges

Graduado em Fisioterapia pela Pontifícia Universidade Católica de Campinas (PUC-Campinas). Diplomado em Osteopatia pelo Colégio Brasileiro de Osteopatia (CBO). Mestre em Tecnologia, Gestão e Saúde Ocular pela Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP).

Distribuição Proibida

Tamara Rial

PhD, C-EP, CSPS, RYT, Co-fundadora e Diretora Internacional do Hypopressive & Physical Therapy Institute, Espanha. Palestrante e Fundadora da Tamara Rial, Exercise & Women´s Health, US. Professora da Monmouth University, US.

Thaise Grechi de Medeiros

Fisioterapeuta e Instrutora de Pilates PMA – Pilates Method Alliance. Pós-graduada em Dor na Síndrome da Hiper-IgE (HIES) – Sociedade Educacional Israelita Hospital Albert Einstein, formação em Anatomia Humana: casos musculoesqueléticos; Integrative Medicine: grand round series Harvard University. Responsável Técnica e Idealizadora do método RAF – Reabilitação através da Fáscia.

Vinicius Sigrist Nava

Graduado em Fisioterapia pela Pontifícia Universidade Católica de Campinas (PUC-Campinas). Especialista em Fisioterapia Aplicada à Ortopedia e Traumatologia pela Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP). Mestre em Saúde Coletiva pela UNICAMP. Diplomado em Osteopatia pelo Colégio Brasileiro de Osteopatia (CBO). Docente do Colégio Brasileiro de Osteopatia (CBO).

Distribuição Proibida

Dedicatória

Distribuição Proibida

Dedico este livro à minha esposa Márcia, ao meu filho Lucas e à minha *pet* Amora. Vocês são amparo, aconchego, discernimento, alicerce, iluminação e força no meu caminhar.

"Feliz é aquele que tem na família a bênção do amor, da união e proteção"

O EDITOR

Agradecimentos

Agradeço a Deus sobre todas as coisas; a fonte criadora, a sustentação e a origem de toda a existência, o poder, a sabedoria, o amor e a vida.

Agradeço à minha mãe Ana Olga, ao meu pai Angel (*in memoriam*) e ao meu irmão Ângelo; a base sólida de onde tirei os valores que me moldaram e que levarei por toda a minha vida.

Agradeço à Editora Atheneu, pela confiança depositada neste projeto. Em especial, ao Dr. Paulo Rzezinski; que mesmo sem o contato pessoal, é um grande amigo que fiz, pelo qual tenho total respeito e admiração.

Agradeço a todos os meus professores, que doaram um pouco de si durante a minha formação básica e profissional. O professor é a peça-chave que media o ensino, transforma vidas, inspira ideias e forma cidadãos.

Agradeço ao Colégio Brasileiro de Osteopatia (CBO) e a seus professores. Foi nessa instituição que aprendi sobre a complexidade do tratamento osteopático e onde despertei para o entendimento do conceito fascial.

Agradeço à Academia Brasileira de Fáscias (ABFáscias) e a seus professores, junto aos quais adquiri uma compreensão aprofundada sobre o sistema fascial.

Agradeço a todos os colaboradores que participaram deste livro; sem vocês, este projeto não seria possível. Ninguém faz nada grande sozinho; se fizer sozinho, é porque não é grande!

"A gratidão é a memória do coração."

O EDITOR

Distribuição Proibida

Prefácio

A fáscia humana, por muito tempo relegada a um papel secundário nas ciências da saúde, emerge hoje como um sistema complexo, multifuncional e essencial para a compreensão do corpo em movimento. O que antes era visto como mera "embalagem" anatômica, atualmente é reconhecido como tecido sensível, adaptativo e integrador, capaz de transmitir força, modular a percepção, influenciar a biomecânica e participar ativamente da regulação fisiológica. Este livro representa um marco desse processo de evolução da área. Ao reunir 31 capítulos escritos por especialistas de diferentes especialidades, a obra oferece uma abordagem abrangente e profundamente articulada sobre o sistema fascial de movimento. A obra não apenas descreve a fáscia, mas a contextualiza em múltiplas dimensões, incluindo a embriológica, a histológica, a biomecânica, a perceptual, a terapêutica e a pedagógica, revelando sua centralidade na prática clínica e na pesquisa contemporânea.

A estrutura do livro é cuidadosamente desenhada para guiar o leitor na descoberta e no aprofundamento sobre a fáscia humana. Os primeiros capítulos apresentam as bases teóricas e históricas, abordando a evolução do conceito de fáscia, sua filogênese e os modelos que sustentam sua compreensão atual. Em seguida, mergulha-se na arquitetura tecidual, com destaque para os princípios de tensegridade, a organização miofascial e os mecanismos de transmissão de força, temas que dialogam diretamente com minha própria trajetória de pesquisa. A seção dedicada à percepção háptica e à propriocepção fascial é particularmente relevante, pois demonstra o entendimento da fáscia como interface sensorial entre o corpo e o ambiente. Essa perspectiva é essencial para profissionais que trabalham com movimento, dor e reabilitação, pois reconhece a fáscia como mediadora da experiência corporal e não apenas como uma estrutura passiva.

A obra avança ainda para as aplicações clínicas e práticas, explorando desde técnicas de liberação miofascial até métodos de treinamento funcional, abordagens osteopáticas, práticas somáticas e estratégias de integração corporal. Essa diversidade de abordagens reflete a riqueza do campo e sua capacidade de dialogar com diferentes tradições terapêuticas sem comprometer o rigor científico. O livro também se destaca por incluir capítulos sobre ensino e formação, reconhecendo que a consolidação da fáscia como campo legítimo de investigação depende da construção de currículos sólidos, de metodologias didáticas eficazes e de um diálogo efetivo entre a teoria e a prática. Ao fazer isso, os autores contribuem não apenas para o avanço do conhecimento, mas também para a formação de uma nova geração de profissionais mais preparados, críticos e sensíveis ao tema.

Distribuição Proibida

Como pesquisador que há anos se dedica ao estudo das conexões fasciais entre regiões corporais, da biomecânica miofascial e da percepção háptica, vejo nesta obra uma síntese madura e necessária. Ela representa um passo importante na consolidação científica do campo, oferecendo aos fisioterapeutas, terapeutas corporais e demais profissionais da saúde um recurso confiável, profundo e inspirador. Que este livro seja lido com curiosidade, rigor e abertura. Que ele provoque questionamentos, estimule práticas mais conscientes e fortaleça o reconhecimento da fáscia como elo essencial na compreensão do corpo humano. Acima de tudo, que contribua para que o estudo da fáscia deixe de ser visto como território marginal e passe a ocupar o lugar que merece: no centro das ciências do movimento, da percepção e da saúde.

Rotterdam, junho de 2026

Sérgio T. Fonseca

Graduado em Fisioterapia pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG).
Mestre em Fisioterapia pela University of Alberta, no Canadá.
Doutor em Ciências pela Boston University, nos Estados Unidos.
Pós-Doutorado no Center for the Studies of Perception and Action *(CESPA) na University of Connecticut, nos Estados Unidos.*
Atualmente é Professor Titular do Departamento de Fisioterapia da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG).

Distribuição Proibida

Apresentação

Dentro de um contexto histórico, as comunidades médica e científica se concentraram em dar mais relevância a ossos, músculos e órgãos, frequentemente negligenciando os tecidos conjuntivos que os unem. Essa omissão tem raízes nos primeiros estudos anatômicos, que consideravam a fáscia um tecido passivo e inerte. No entanto, à medida que a compreensão do corpo humano evoluiu, também se desenvolveu a percepção da complexidade e da funcionalidade da fáscia. Sendo assim, a era moderna, impulsionada pelos avanços tecnológicos de imagem e pela perspectiva crescente em abordagens holísticas de saúde e movimento, presencia uma mudança significativa na compreensão da fáscia.

Atualmente, esse tecido começa a ser observado como um *continuum* fascial, o qual resulta de uma perfeita sinergia entre diferentes tecidos, sendo capaz de apoiar, dividir, penetrar, alimentar e conectar todas as localidades do corpo humano, desde a epiderme até o osso, envolvendo e penetrando todas as funções e estruturas orgânicas. Esse *continuum* fascial constantemente transmite e recebe informações mecanometabólicas que podem influenciar a forma e a função de todo o organismo.

Compreender a fáscia sob uma perspectiva holística nos ajuda a reconhecer seu papel crucial na manutenção da integridade estrutural do corpo humano, facilitando o movimento e apoiando a função de outros tecidos e órgãos. Essa visão integrada não apenas elucida nossas estratégias de treinamento e desempenho, mas também aperfeiçoa nossa abordagem geral à saúde e ao bem-estar corporal.

Ao estudarmos a fáscia dentro desse contexto, seremos capazes de desenvolver tratamentos e intervenções mais eficazes, levando, em última análise, a melhores resultados tanto no desempenho quanto na saúde geral do organismo humano. Com essa visão mais ampla, podemos ressaltar a importância da fáscia na complexa rede corporal, enfatizando que saúde e desempenho não são apenas componentes isolados, mas elementos que trabalham em coesão como um todo.

Do aspecto científico, fica cada vez mais claro que tratar o sistema fascial é indispensável e fundamental. A maioria dos profissionais do movimento está se

Distribuição Proibida

atentando para isso. Atualmente, se aprimorar nesse sentido se faz necessário para um tratamento e/ou treinamento de excelência, tornando-se um profissional do movimento humano diferenciado.

Qualquer método de exercício vai proporcionar uma repercussão no sistema fascial. No entanto, hoje existem muitos métodos que visam o tratamento e/ou treinamento específico para o sistema fascial, os quais propõem técnicas neurofasciogênicas sobre um contexto de diversas características fisiológicas da fáscia na gênese das disfunções somáticas e buscam uma resposta apropriada do sistema fascial.

É diante dessa perspectiva que buscamos elaborar esta obra, voltada essencialmente a discorrer sobre a fáscia profunda – a fáscia de movimento. O intuito desses 31 capítulos, elaborados por colaboradores de extrema *expertise* no assunto, é proporcionar ao leitor uma visão básica, porém aprofundada, permitindo uma compreensão completa do sistema fascial de movimento. Nesta obra, encontram-se informações cruciais sobre conceitos de filogênese, embriologia, histologia, anatomia, fisiologia e métodos de treinamento e/ou tratamento voltados ao sistema fascial de movimento. É com grande satisfação que convido o leitor a adentrar neste universo de informações.

Bem-vindo ao fascinante mundo da fáscia!

Boa leitura!

Joaquim Minuzzo Vega

Distribuição Proibida

Sumário

1 **Breve Histórico da Fáscia – Conceito de Fáscia e Sistema Fascial, 1**
Gustavo Luiz Bortolazzo

2 **Fáscia e Filogênese do Movimento, 9**
Johannes Freiberg

3 **Embriologia do Sistema de Movimento, 23**
Leonardo Sette Vieira

4 **Microestrutura Fascial – Organização e Disfunção, 43**
Joaquim Minuzzo Vega

5 **Modelos do *Continuum* Fascial – Tensegridade, Biotensegridade, Fascintegridade e Cadeias Miofasciais, 61**
Joaquim Minuzzo Vega

6 **Fáscia – Um Órgão Sensorial, 83**
Bruno Luis Amoroso Borges

7 **A Arquitetura da Fáscia – Um Princípio Frequentemente Negligenciado na Organização do Sistema Musculoesquelético e do Corpo Humano, 95**
Jaap van der Wal

8 **Macroestrutura Fascial – Decompondo o Sistema Fascial, 121**
Alexsandro Augusto dos Reis
Ariane Pinheiro Brandão

9 **Anatomia da Fáscia Profunda – Cabeça, Pescoço e Tronco, 151**
Joaquim Minuzzo Vega
Daniel Kenji Makita

10 **Anatomia da Fáscia Profunda – Cíngulo Escapular e Membros Superiores, 167**
Eduardo de Latorre Fusatto

Distribuição Proibida

11 Anatomia da Fáscia Profunda – Cíngulo Pélvico e Membros Inferiores, 183
Fabricio de Oliveira Teixeira Lopes

12 Anatomia da Fáscia Profunda – Estrutura e Função da Bainha do Músculo Reto Abdominal, 209
Vinicius Sigrist Nava

13 Anatomia da Fáscia Profunda – Estrutura e Função da Fáscia Toracolombar , 221
Jones Waltrick Macagnan

14 Diafragma Respiratório e Seu Contexto Fascial - A Influência da Respiração no Sistema Corporal, 243
Rodolfo Amoroso Borges

15 Tecido Ósseo Inserido no Sistema Fascial, 261
Eduardo Bicalho

16 Influência do Sistema Fascial na Organização da Postura Corporal, 277
Daniela Cunha

17 Sistema Fascial – Implicações para o Entendimento do Movimento Humano, 289
Juliana Melo Ocarino
Renan Alves Resende

18 Natureza e Relevância do Movimento no Contexto do Sistema Fascial, 307
Cristiano Queiroz Guimarães
Ismael Liu

19 O Fenômeno de Sensibilização Central, 323
Eduardo Bicalho

20 Campos de Interferência – Desorganizando o Sistema e o Movimento, 331
Daniel Kenji Makita
Leonardo Sette Vieira
Cristiano Queiroz

21 Avaliação do Tecido Fascial – Uma Proposta de Inspeção da Arquitetura Fascial, 345
Hugo Pasin Neto

22 Treinamento Fascial, 357
Johannes Freiberg

Distribuição Proibida

23 *Move Flow* e Contexto Fascial, 371
Fernanda Avancini

24 Facilitação e Indução Fascial durante o Movimento, 403
Joaquim Minuzzo Vega

25 Treinamento Fascial com o Método Pilates, 421
Thaíse Grechi de Medeiros

26 Relevância da Fáscia no Treinamento de Força, 445
Rafael Gomes da Fontoura
Manoela Meneghetti de Araújo

27 Treinamento Funcional com Atenção ao Sistema Miofascial, 463
Marcelo Tomazini

28 Ginástica Holística e Seu Contexto Fascial, 515
Patrícia Lacombe
Josette Senedese Guerzoni

29 *Low Pressure Fitness* (LPF) e Core Miofascial, 535
Carolina Lemes
Tamara Rial

30 *Fascia Connector*, 555
Ana Outsubo

31 Ginástica para Órgãos Internos, 565
Marco Modesto Trustee Brazzo

Índice Remissivo, 583

Distribuição Proibida