



Abstrakt prelegenta



prof. Tomasz Halski

Długość spoczynkowa mięśnia stanowi kluczowy parametr warunkujący jego zdolność do generowania siły, ekonomię pracy oraz jakość kontroli motorycznej. W ujęciu biomechanicznym, zgodnie z modelem Hilla, determinuje ona siłę mięśnia w zależności od stanu w jakim on się znajduje, a zjawisko to można opisać graficznie za pomocą krzywej zależności długość–napięcie. Wykład omawia czynniki kształtujące długość spoczynkową: strukturę sarkomerów i adaptacje do obciążenia, właściwości tkanki łącznej i powięzi (sztywność, podatność, „ślizg” warstw), regulację neurologiczną napięcia spoczynkowego, a także wpływ postawy, wzorców oddechowych i długotrwałych nawyków ruchowych.

Szczególna uwaga zostanie poświęcona mięśniom języka i dna jamy ustnej jako układowi, w którym długość spoczynkowa łączy się bezpośrednio z pozycją spoczynkową języka, mobilnością, zdolnością do generowania ciśnienia w jamie ustnej oraz stabilizacją górnych dróg oddechowych. Z perspektywy terapii miofunkcjonalnej, przywracanie lub uzyskanie optymalnej długości spoczynkowej może poprawiać rekrutację motoryczną, zwiększać „rezerwę” sił w funkcji, ograniczać kompensacje oraz sprzyjać bardziej efektywnym wzorcom połykania, artykulacji i oddychania.

W części praktycznej przedstawione zostaną implikacje dla mioterapeuty: jak rozpoznawać przesunięcie mięśnia na niekorzystny odcinek krzywej długość–napięcie, jak planować interwencję w praktyce.



**III MIĘDZYNARODOWA
KONFERENCJA PTTM**

**9–10 XII
2026
Wrocław**