

DOTT. SALVATORE VENA

VIA ROSCINI, 70

70054 GIOVINAZZO (BA)

TEL: 0803944390 - 3404165543

# CARTA DEI SERVIZI

FEBBRAIO 2010

[www.fisioterapiavena.it](http://www.fisioterapiavena.it)

## INDICE

<b>PRESENTAZIONE.....</b>	<b>4</b>
<b>TERAPIA FISICA.....</b>	<b>5</b>
<b>ULTRASUONOTERAPIA.....</b>	<b>5</b>
<b>LASERTERAPIA.....</b>	<b>5</b>
<b>TERMOTERAPIA CAPACITIVA RESISTIVA (TeCaR).....</b>	<b>6</b>
<b>ELETTROTHERAPIA.....</b>	<b>6</b>
<b><i>IONOFORESI.....</i></b>	<b>6</b>
<b><i>CORRENTI DIADINAMICHE.....</i></b>	<b>6</b>
<b><i>TENS.....</i></b>	<b>7</b>
<b><i>CORRENTI DI STIMOLAZIONE DEL MUSCOLO NORMOINNERVATO.....</i></b>	<b>7</b>
<b><i>CORRENTI DI STIMOLAZIONE DEL MUSCOLO DENERVATO.....</i></b>	<b>7</b>
<b>MAGNETOTERAPIA.....</b>	<b>7</b>
<b>TERMOTERAPIA.....</b>	<b>8</b>
<b><i>RAGGI INFRAROSSI.....</i></b>	<b>8</b>
<b><i>RADARTERAPIA.....</i></b>	<b>8</b>
<b>PRESSOTERAPIA.....</b>	<b>8</b>
<b>ONDE D'URTO.....</b>	<b>9</b>
<b>MEDICINA RIABILITATIVA.....</b>	<b>10</b>
<b>CHINESITERAPIA.....</b>	<b>10</b>
<b><i>TRAZIONI VERTEBRALI.....</i></b>	<b>10</b>
<b><i>GINNASTICA MEDICA CORRETTIVA.....</i></b>	<b>10</b>
<b><i>RIEDUCAZIONE MOTORIA.....</i></b>	<b>11</b>
<b><i>RIEDUCAZIONE MOTORIA STRUMENTALE (KINETEC).....</i></b>	<b>11</b>
<b><i>RIEDUCAZIONE RESPIRATORIA.....</i></b>	<b>11</b>
<b><i>ATTIVITA' MOTORIE PER LA TERZA ETA'.....</i></b>	<b>12</b>
<b><i>PSICOMOTRICITA'.....</i></b>	<b>12</b>

TERAPIA MANUALE.....	13
<i>MASSOTERAPIA</i> .....	13
<i>MASSAGGIO EMOLINFATICO</i> .....	13
<i>BENDAGGIO ELASTOCOMPRESSIVO</i> .....	14
<i>BENDAGGIO A FREDDO</i> .....	14
<i>LINFODRENAGGIO MANUALE</i> .....	15
<i>REFLESSOLOGIA PLANTARE</i> .....	15
<b>ATTIVITA' MOTORIE PER IL BENESSERE.....</b>	<b>16</b>
GINNASTICA CINESE (QI GONG).....	16
GINNASTICA DOLCE.....	16
GINNASTICA DOLCE IN GRAVIDANZA.....	16
PILATES.....	17
DANZATERAPIA.....	17
<b>ALTRI SERVIZI E PRESTAZIONI MEDICHE.....</b>	<b>18</b>
VISITA FISIATRICA.....	18
VISITA ORTOPEDICA.....	18
CONSULENZA PSICOLOGICA.....	18
FLORITERAPIA (FIORI DI BACH).....	18
INFILTRAZIONI.....	18
DENSITOMETRIA OSSEA.....	18
ELETTRMIOGRAFIA.....	19
DIETOLOGIA COMPUTERIZZATA.....	19
BAROPODOMETRIA ELETTRONICA.....	20
<b>SERVIZI A DOMICILIO.....</b>	<b>21</b>

## PRESENTAZIONE

Lo studio Vena è una struttura medico-fisioterapica ambulatoriale dedicata alla riabilitazione dei disturbi dell'apparato locomotore e del sistema nervoso. Eseguiamo prestazioni sia di terapia fisica, intesa come somministrazione di energie fisiche a scopo terapeutico, sia di riabilitazione dei deficit motori, prodotti da un gran numero di patologie ortopedico-traumatologiche, neurologiche, cardiologiche, respiratorie.

Presupposto fondamentale per una buona riuscita di un trattamento fisioterapico-riabilitativo è il lavoro in equipe attraverso un intervento coordinato di operatori portatori di competenze diverse, sempre considerando non soltanto la malattia in sé ma il paziente inteso nella sua interezza, con un corpo dove si manifesta il sintomo ma anche con la mente e il suo vissuto, le sue emozioni che non possono essere trascurate nella cura della patologia.

La gentilezza nei confronti dell'utente, il sorriso, la disponibilità uniti alla professionalità e competenze e, soprattutto, l'amore per il proprio mestiere, costituiscono la formula vincente della nostra equipe.

## TERAPIA FISICA

### ULTRASUONOTERAPIA

Tecnica che utilizza ultrasuoni che, penetrando nei tessuti, producono un micromassaggio ed un'azione di tipo termico derivata dalla trasformazione in calore dell'energia vibrante.

**Indicazioni terapeutiche:** sono utilizzati per ridurre il dolore nelle forme artrosiche e periartritiche, per facilitare il riassorbimento degli ematomi, per stimolare la guarigione dei tessuti, per facilitare la risoluzione dello spasmo muscolare, per risolvere aderenze, per incrementare la plasticità del tessuto connettivo, nelle contratture, per favorire la cicatrizzazione e per ridurre o eliminare tenui calcificazioni.

**Avvertenze:** è controindicato l'uso in corso di malattie che comportano turbe della percezione termica, su lesioni neoplastiche, in corso di malattie infettive contagiose, in età infantile-giovanile a livello delle cartilagini di accrescimento, in caso di ritardi di consolidazione o pseudoartrosi.

### LASERTERAPIA

È l'emissione di un fascio di luce adeguatamente stimolato, caratterizzato da una determinata lunghezza d'onda. Ha effetti di biostimolazione stimolando la crescita e la rigenerazione cellulare, velocizzando i processi metabolici, innalzando la soglia del dolore e permettendo un ripristino più veloce della funzionalità e dello stato di benessere. La terapia ha effetti anche antiedemigeni ed antinfiammatori.

**Indicazioni terapeutiche:** Forme dolorose di varia natura, a varia localizzazione, patologie flogistiche a carico di tendini e tessuti molli (tendiniti, borsiti, tendinosi), patologie inserzionali, algie articolari superficiali; sindrome del tunnel carpale, nevralgie (sciatica, trigeminali), cicatrici, ulcere, edemi, smagliature e cellulite.

**Avvertenze:** precauzioni nello stato di gravidanza ed in presenza di neoplasie. Il raggio laser non deve venire a contatto con i globi oculari.

## TERMOTERAPIA CAPACITIVA RESISTIVA (TECAR)

È un nuovo metodo terapeutico che utilizza una apparecchiatura a radiofrequenza. L'apparecchiatura proietta energia tramite un segnale di frequenza relativamente basso (0.5 mhz), attivando nelle biostrutture gli effetti di biostimolazione, microiperemia e di iperemia endogena in modo omogeneo. I risultati terapeutici sono rapidi ed evitano gli effetti collaterali tipici delle terapie radianti.

**Indicazioni terapeutiche:** trattamento di patologie articolari e osteoarticolari.

**Avvertenze:** rispetto alle terapie radianti classiche non c'è alcun pericolo di surriscaldamento di strutture protesiche contenute all'interno dei tessuti.

## ELETTROTHERAPIA

L'elettroterapia è l'impiego della corrente elettrica per scopi terapeutici. Esistono oggi apparecchiature che consentono diverse forme di correnti, che possono essere accuratamente dosate rendendo possibile una stimolazione mirata ed efficace soprattutto nel trattamento di gravi ipotrofie muscolari.

### IONOFORESI

Consiste nell'utilizzo di una corrente attraverso la quale vengono veicolati farmaci. Ha diverse indicazioni terapeutiche in relazione al tipo di farmaco utilizzato, quali alterazioni circolatorie periferiche, artrosi, artriti, borsiti ed affezioni post-traumatiche, nevralgie, tendiniti ed affezioni infiammatorie superficiali in genere, esiti di fratture.

**Avvertenze:** lo stato di gravidanza, dermatiti, ferite, abrasioni, ipoestesia, allergie, vasculopatie, gravi disturbi cardiaci e presenza di pacemaker, presenza di metallo intratissutale, neoplasie maligne metastatizzate.

### CORRENTI DIADINAMICHE

Usate nel trattamento dell'edema, dell'algodistrofia riflessa, del dolore conseguente a forme infiammatorie di tendini, capsula articolare e tessuti molli (tendiniti, borsiti, mioentesopatie, periartriti e traumatismi in genere), trattamento del dolore muscolare o radicolare (mialgie, sciatalgie, brachialgie).

**Avvertenze:** lo stato di gravidanza, dermatiti, ferite, abrasioni, ipoestesia, allergie, vasculopatie, gravi disturbi cardiaci e presenza di pacemaker, presenza di metallo intratissutale, neoplasie maligne metastatizzate.

## TENS

---

Indicate nel dolore acuto post-operatorio, dolore osseo, articolare, muscolare, algie ostetriche e ginecologiche, algie in patologia odontoiatrica e maxillo-facciale, dolore cronico, radicoliti-nevriti, artrite reumatoide, algie da artrosi, tendiniti, fibromialgia, algodistrofie.

**Avvertenze:** se ne sconsiglia l'uso in gravidanza e per il trattamento di zone in prossimità dell'area cardiaca, così come nei cardiopatici e ai portatori di pacemaker.

## CORRENTI DI STIMOLAZIONE DEL MUSCOLO NORMOINNERVATO (FARADICA, NEOFARADICA GALVANO-FARADICA, RETTANGOLARI, KOTZ)

---

Sono indicate nell'ipotrofia muscolare.

**Avvertenze:** se ne sconsiglia l'uso in gravidanza e per il trattamento di zone in prossimità dell'area cardiaca, così come nei cardiopatici e ai portatori di pacemaker.

## CORRENTI DI STIMOLAZIONE DEL MUSCOLO DENERVATO (CORRENTI ESPONENZIALI)

---

Questo tipo di forma d'onda viene impiegato nel trattamento dei muscoli denervati, cioè nei casi in cui è presente una lesione neurologica periferica.

**Avvertenze:** se ne sconsiglia l'uso in gravidanza e per il trattamento di zone in prossimità dell'area cardiaca, così come nei cardiopatici e ai portatori di pacemaker.

## MAGNETOTERAPIA

L'apparecchio per magnetoterapia è un dispositivo che genera un campo magnetico. Trova indicazioni terapeutiche nei ritardi di consolidazione di fratture, distorsioni, versamenti articolari, rigidità, postumi dolorosi di traumi, tendinopatie, condropatie, artrosi ed artriti, nell'osteoporosi.

**Avvertenze:** le controindicazioni assolute sono ridotte ai portatori di pacemaker e allo stato di gravidanza; è sconsigliato l'uso negli stati emorragici e trombotici in atto.

## TERMOTERAPIA

Si tratta di una terapia che utilizza il calore. Vengono impiegate apparecchiature che producono un aumento della temperatura nei distretti trattati con conseguente vasodilatazione del letto circolatorio, aumento della quantità di ossigeno ai tessuti, aumento del metabolismo e dell'eliminazione delle scorie cataboliche. L'effetto è sia analgesico che miorilassante.

### RAGGI INFRAROSSI

---

Indicati in corso di artropatie, contratture muscolari, turbe trofiche cutanee, preparazione a una seduta di chinesiterapia.

**Avvertenze:** è buona norma proteggere gli occhi durante il trattamento ed evitare di esporsi a basse temperature subito dopo. Evitare di sottoporsi al trattamento in corso di episodi di flogosi acute, di emartri (versamento di sangue in cavità articolare) e di idrartri (raccolta sierosa in cavità articolare).

### RADARTERAPIA

---

Indicata in corso di artropatie post-traumatiche, fibrositi, borsiti, tendiniti, esiti di contusioni e algie muscolari.

**Avvertenze:** devono evitare di sottoporsi al trattamento le donne in gravidanza o durante il ciclo mestruale, soggetti portatori di pace-maker e/o di apparecchi acustici, soggetti con scompensi cardiorespiratori, neoplasie, vasculopatie, in presenza di stati febbrili.

## PRESSOTERAPIA

Metodica che utilizzando la compressione sequenziale di speciali gambali o bracciali secondo pressioni predeterminate mira alla stimolazione della circolazione linfatica e venosa in senso centripeto. Trova indicazione in caso di edema degli arti superiori dopo intervento di mastectomia, degli arti inferiori in caso di insufficienza linfatico-venosa, negli edemi post-traumatici, negli esiti di ingessature.

## ONDE D'URTO

La terapia ad onde d'urto in tempi relativamente brevi e con un numero ridotto di sedute consente la cura di numerose patologie dei tessuti molli ed ossee. Utilizza un'onda acustica ad alta energia che ha molteplici effetti:

1. Effetto antiflogistico legato alla rimozione dei metaboliti dell'infiammazione.
2. Riduzione del dolore mediante inibizione dei recettori specifici, che quindi non possono trasmettere l'impulso doloroso e mediante il rilascio locale di endorfine, particolari sostanze prodotte dal nostro organismo, in grado di ridurre la sensibilità dolorifica.
3. Scomparsa delle calcificazioni muscolari prodotte da traumi e delle calcificazioni tendinee. Il meccanismo d'azione è legato alla frammentazione ed alla cavitazione all'interno della calcificazione stessa che porta alla sua disorganizzazione e frammentazione. In seguito la scomparsa dei detriti è legata al passaggio nei vasi neoformati.
4. Stimolazione della guarigione delle fratture recenti attraverso l'effetto osteogenetico che stimola la formazione di tessuto osseo.

**Indicazioni:** è il trattamento d'elezione nelle tendinopatie inserzionali croniche, caratterizzate da una scarsa vascolarizzazione della giunzione osteotendinea, come le epicondiliti, le epitrocleiti, le periartriti di spalla calcifiche e non, le tendiniti del rotuleo, le fasciti plantari con o senza sperone calcaneare, le tendiniti dell'achilleo, le borsiti, le trocanteriti, le tendiniti della zampa d'oca, le tendiniti del polso, le pubalgie. Indicate anche in caso di strappi muscolari, stiramenti, ematomi calcifici, ritardi di consolidazione di fratture.

**Controindicazioni:** non si applica in caso di infezioni ossee, sulle cartilagini di accrescimento, nei disordini della coagulazione, in caso di tumori ossei, di gravidanza e nei portatori di pace-maker.

La terapia ad onde d'urto non deve essere utilizzata a livello della colonna vertebrale, del cranio e del torace.

## MEDICINA RIABILITATIVA

Ha come fini la valutazione ed il trattamento delle alterazioni, soprattutto motorie, prodotte da un gran numero di patologie ortopedico-traumatologiche, neurologiche cardiologiche e respiratorie.

## CHINESITERAPIA

Si intende un insieme di movimenti o mobilizzazioni attive e passive che servono al mantenimento o al recupero della normale funzione muscolare.

## TRAZIONI VERTEBRALI

---

Le trazioni vertebrali mirano alla risoluzione di irritazioni o compressioni delle radici dei nervi dovute a un trauma, ad un' ernia discale o ad un processo artrosico.

**Controindicazioni:** tumori, malattie infettive ossee, osteoporosi, artrite reumatoide, compressione midollare, gravidanza, ipertensione, malattie cardiovascolari.

## GINNASTICA MEDICA CORRETTIVA

---

E' indicata nel trattamento di vizi posturali, atteggiamenti posturali scorretti che possono interessare diversi livelli del rachide generando alterazioni delle normali ampiezze delle curve fisiologiche della colonna vertebrale o deviazioni degli arti inferiori. E' composta da esercizi liberi, esercizi assistiti, contro resistenza e con piccoli attrezzi per potenziare i gruppi muscolari, esercizi di allungamento e di equilibrio al fine di migliorare la percezione di sé, la mobilità articolare e la tonicità muscolare. E' molto utile in particolare per i bambini per gli adolescenti e i ragazzi che hanno problemi di: dorso curvo o cifosi, dorso piatto, cifolordosi, scoliosi, scapole alate, ginocchio valgo o varo, piedi valghi, piedi piatti, indebolimento organico costituzionale, rilassamento dei muscoli dell'addome, obesità.

Il Centro offre ai suoi utenti consulenze specialistiche di alto livello con l'ORTOPEDICO, il FISIATRA, lo PSICOLOGO, costituendo un lavoro di equipe con il TERAPISTA atto a sviluppare training terapeutici efficaci per ogni singola problematica.

## RIEDUCAZIONE MOTORIA

---

La rieducazione motoria mira, attraverso diverse tecniche di mobilizzazione passiva ed attiva, alla risoluzione delle disabilità motorie prodotte dalle patologie, mirando all'eliminazione del danno, alla ricerca di compensazioni adeguate, al ripristino della funzionalità muscolare ed articolare preesistente, al recupero della deambulazione, alla ripresa dello svolgimento delle attività della vita quotidiana. E' eseguita a livello di tutte le articolazioni (colonna vertebrale, spalla, ginocchio ecc.), nel post-operatorio ortopedico, nelle disabilità neuromotorie (sclerosi multipla, Parkinson, esiti di ictus ecc.). Si avvale dell'utilizzo delle più moderne ed efficaci tecniche riabilitative (McKenzie, Cyriax, Mulligan, mobilizzazioni del sistema nervoso secondo Butler, Feldenkrais, Kinetic control, Mc Connel).

## RIEDUCAZIONE MOTORIA STRUMENTALE (KINETEC)

---

Si avvale dell'utilizzo del Kinetec, apparecchio che consente la mobilizzazione passiva precoce delle articolazioni, molto importante specie nel post-operatorio allo scopo di evitare l'instaurarsi di aderenze cicatriziali che potrebbero pregiudicare il recupero di una completa articularità.

## RIEDUCAZIONE RESPIRATORIA

---

E' una branca della medicina che mira a migliorare il danno secondario a svariate patologie respiratorie attraverso tecniche che mirano:

- ❖ alla disostruzione delle vie aeree attraverso drenaggio posturale ed educazione alla tosse;
- ❖ al ripristino di una corretta dinamica ventilatoria attraverso la presa di coscienza, la rieducazione diaframmatica, le tecniche di riespansione costale;
- ❖ al miglioramento della mobilità toracica;
- ❖ al potenziamento della muscolatura respiratoria principale ed accessoria.

## ATTIVITÀ MOTORIE PER LA TERZA ETÀ

---

Prevede programmi di ginnastica finalizzati al movimento, mirati ad un raggiungimento di una migliore conoscenza del proprio corpo per una sua migliore utilizzazione, di una migliore comunicazione interpersonale e socializzazione, di un miglioramento del tono muscolare, dell'equilibrio, della coordinazione motoria. Gli esercizi facilitano la circolazione del sangue, aumentano la frequenza cardiaca, il flusso coronarico e quello cerebrale, la ventilazione polmonare, rinforzano le ossa riducendo i rischi dell'osteoporosi.

## PSICOMOTRICITÀ

---

L'attività psicomotoria è una disciplina educativa, rieducativa e terapeutica che considera la globalità della persona ed utilizza il movimento per interagire con essa. La globalità dell'esperienza motoria durante le prime fasi dello sviluppo esprime l'unione inscindibile tra il movimento, il pensiero e la vita affettiva per i quali l'unico luogo di incontro possibile è il proprio corpo. Viene presa in considerazione la globalità dell'essere umano, unione della struttura somatica, affettiva e cognitiva attraverso la proposta di attività motorie basate su giochi da vivere insieme. Il corpo diventa la via attraverso cui vengono sollecitate ed impartite le informazioni che il soggetto è stimolato a sentire, elaborare e trasformare in idee, esperienze e vissuti. I movimenti compiuti, le posture, i ritmi adottati, il tono muscolare, raccontano di emozioni, blocchi, frustrazioni, inibizioni. Nella seduta di psicomotricità ci si propone di stimolare il bambino ad uno sviluppo più armonico della persona.

### MASSOTERAPIA

---

Con questo termine si definisce quel complesso di manovre manuali eseguite sulle parti molli, al fine di provocare effetti diretti o riflessi. L'azione diretta si esercita sulla cute, che diviene più morbida ed elastica, sull'apparato pilo- sebaceo, da cui elimina scorie e detriti cellulari, sulle terminazioni sensitive dei nervi cutanei (con effetto analgesico), sulla circolazione sanguigna e linfatica che ne viene attivata (azione antiedema), sui tendini e sui legamenti ove favorisce il riassorbimento di ematomi ed essudati e risolve le aderenze tra tessuti, sulla muscolatura, a livello della quale si ottiene un aumento della circolazione arteriosa e venosa con il miglioramento del nutrimento della fibra muscolare e con il favorito smaltimento delle scorie (anidride carbonica, acido lattico ecc.), a cui segue un aumento della capacità di lavoro; l'azione di stimolo sui fusi neuro-muscolari e sulle altre terminazioni sensitive provoca un aumento del tono e della capacità contrattile. L'azione indiretta si esplica su tutto l'organismo, nel senso di un acceleramento del ricambio della diuresi e di un'azione sedativa e rilassante. E' una pratica in grado di ottenere benefica azione curativa sugli organi profondi, attraverso la stimolazione delle zone cutanee ad esse corrispondenti. Essa ottiene anche effetti analgesici e decontratturanti in postumi di lesioni traumatiche, in caso di reumo-artropatie (periartriti, tendinite ecc.) e di affezioni neurovascolari (morbo di Raynaud, morbo di Burger, atrofia di Sudeck, ecc.). Si effettua quando i muscoli appaiono rigidi e dolenti a seguito di eccessivo affaticamento o dopo uno sforzo violento o movimenti bruschi, stati patologici del sistema nervoso o patologie degenerative o traumatiche del sistema muscolo scheletrico. Il fine è di raggiungere quanto più possibile il rilassamento delle fibre muscolari.

### MASSAGGIO EMOLINFATICO

---

Ha lo scopo di riattivare attraverso manovre di sfregamento della cute ed "impastamento" dei tessuti la circolazione sanguigna e linfatica anche nelle zone periferiche del corpo, eliminando le scorie del metabolismo, le tossine e l'acido lattico dall'apparato muscolare. Riossigena perciò i tessuti migliorando il trofismo delle masse muscolari e della pelle, sia negli strati superficiali, sia in quelli profondi,

con un'azione anti-invecchiamento. I suddetti effetti lo rendono quindi il massaggio anticellulite per eccellenza. In media una seduta dura dai 45 ai 60 minuti.

## BENDAGGIO ELASTOCOMPRESSIVO

---

Essenzialmente consiste nell'applicazione di una pressione dall'esterno, sui tessuti dell'arto, da parte di materiali elastici. Tale pressione agisce a livello dell'interstizio, determinando un aumento del riassorbimento dei fluidi, a livello macrocircolatorio, determinando una riduzione del calibro delle vene ed una modificazione della loro morfologia, con conseguente aumento della velocità di flusso ematico; in presenza di varici, agisce riducendone il calibro e permettendo un riavvicinamento dei lembi valvolari con riduzione dei reflussi patologici, agisce a livello muscolare, determinando una maggiore efficacia dell'azione di pompa venosa esercitata dai muscoli del polpaccio.

**Indicazioni:** edema linfatico degli arti.

**Controindicazioni:** arteriopatie periferiche, insufficienza cardiaca, edemi di natura non vascolare, allergia ai materiali.

## BENDAGGIO A FREDDO

---

Attraverso il raffreddamento localizzato si stimola l'eliminazione mirata del grasso nei punti problematici. Le bende sono imbevute in un liquido speciale rinfrescante e portano ad una diminuzione della temperatura. Come reazione si verifica un maggiore consumo di energia negli strati adiposi sottocutanei, perché il corpo brucia i grassi cercando di riportare la termoregolazione a livelli fisiologici. La forte vasocostrizione riduce notevolmente la ritenzione dei liquidi. L'effetto è anche depurativo, infatti si ha una lieve sudorazione che permette l'eliminazione delle scorie superficiali. Il bendaggio ottiene la sua massima efficacia se associato ad un massaggio drenante.

**Indicazioni:** edema linfatico e venoso degli arti.

**Controindicazioni:** arteriopatie periferiche, insufficienza cardiaca, edemi di natura non vascolare, allergia ai materiali.

## LINFODRENAGGIO MANUALE

---

Consiste nella stimolazione del trasporto di linfa attraverso trattamenti manuali delicati applicati sulla superficie del corpo. Le manovre sono eseguite lungo il decorso dei vasi linfatici con direzione centripeta. Vengono trattati i diversi distretti corporei in sequenza precisa. La pressione esercitata sui tessuti stimola il passaggio di linfa ai dotti linfatici, la distensione del tessuto stimola la contrazione peristaltica della muscolatura liscia dei dotti linfatici. Deve essere eseguito in condizioni di tranquillità e rilassamento in quanto questo stimola l'aumento del tono vagale e la conseguente attivazione della peristalsi.

**Obiettivi:** migliorare la capacità del trasporto di linfa, decongestionare regioni del corpo, risolvere sintomatologie dolorose dovute al ristagno dei liquidi. È indicato negli esiti di mastectomia nei linfedemi primitivi e secondari.

## REFLESSOLOGIA PLANTARE

---

La riflessologia sfrutta la forza rigenerativa presente già nell'organismo dell'uomo. Vengono utilizzate speciali manovre per iperemizzare e riordinare le zone riflessogene dei piedi. Ciascun organo, tessuto e articolazione del corpo infatti, secondo Fitzgerald, possiede una propria area riflessa stimolabile a livello del piede.

**Indicazioni:** terapia di supporto per difetti posturali.

**Controindicazioni:** infiammazioni acute del sistema arterioso, venoso, linfatico, malattie infettive in corso, gravidanze a rischio, psicosi, malattie acute a livello del piede.

## ATTIVITÀ MOTORIE PER IL BENESSERE

### GINNASTICA CINESE (QI GONG)

Il qi gong è un'arte di auto allenamento sia del corpo che della mente (lavoro-movimento-controllo del qi). Consiste in una serie di esercizi atti a stimolare l'energia vitale così come a rafforzare le proprie capacità difensive, a stimolare l'adattabilità agli ambienti esterni e l'abilità al controllo dei danni interni. Il qi gong coinvolge tre processi di base interdipendenti: regolazione della postura; regolazione della respirazione; regolazione della mente. La pratica del qi gong è fondata su una respirazione di tipo diaframmatico ed inoltre richiede notevole concentrazione e quindi facilita la "consapevolezza del proprio interno". Controllare la respirazione significa controllare la propria mente, raggiungere la calma, rilassarsi, distaccarsi da altri pensieri, riunirsi col proprio intimo.

### GINNASTICA DOLCE

E' un metodo che ha come scopo quello di armonizzare il corpo senza mai sforzarlo, utilizzandone pienamente il potenziale fisico e psichico. Il movimento si compie nel rilassamento e nella distensione. La ginnastica dolce si basa su alcuni principi fondamentali: prendere coscienza del movimento; lavorare nella distensione e nella sensazione; il corpo è un tutto unico; accordare la priorità alla colonna vertebrale; adattare un ritmo proprio evitando gli eccessi; rilassare i muscoli.

### GINNASTICA DOLCE IN GRAVIDANZA

Si tratta di una ginnastica che migliora la tonicità muscolare del tronco e degli arti; costituisce un'efficace profilassi per trombosi venosa e stasi linfatica; aiuta la consapevolezza e il controllo della respirazione; migliora il controllo e la tonicità dei muscoli perineali costituendo una profilassi per l'incontinenza urinaria ed il prolasso uterino; riduce la lombalgia; migliora la flessibilità, l'equilibrio e l'agilità nelle attività della vita quotidiana; previene la depressione e l'ansia e aumenta il rilassamento emozionale; attenua l'ipertensione gestazionale; migliora il recupero dopo il parto. E' rivolta esclusivamente a gestanti dal 4° mese fino alla fine della gravidanza.

## PILATES

Il metodo Pilates è una ginnastica propriocettiva e posturale che insegna a dare maggiore armonia e fluidità ai movimenti, accresce la flessibilità e tonifica la muscolatura. Si rivolge a piccoli gruppi o all'individuo unico in modo da adattare gli esercizi alle singole esigenze degli allievi seguendo i principi basilari della tecnica: concentrazione, controllo, respirazione, centralizzazione, precisione, isolamento, fluidità, routine.

## DANZATERAPIA

La danzaterapia è una modalità specifica di trattamento di una pluralità di manifestazioni della patologia psichica, somatica e relazionale, ma anche una suggestiva possibilità di positiva ricerca del benessere e di evoluzione personale. Essa si collega idealmente ad antiche tradizioni nelle quali la danza era un mezzo fondamentale nelle pratiche di guarigione, ripropone negli attuali contesti clinico-sociali le risorse del processo creativo, della danza e del movimento per promuovere l'integrazione psicofisica, relazionale e spirituale, il benessere e la qualità della vita della persona. Associata di frequente con altre forme di cura trova applicazione nel trattamento di numerosi disturbi psichiatrici: dalle psicosi ai disturbi d'ansia e dell'umore, dalle malattie psicosomatiche ai disturbi del comportamento alimentare e alle tossicodipendenze.

## ALTRI SERVIZI E PRESTAZIONI MEDICHE

- ❖ VISITA FISIATRICA
- ❖ VISITA ORTOPEDICA
- ❖ CONSULENZA PSICOLOGICA

### FLORITERAPIA (FIORI DI BACH)

---

I fiori di Bach sono una cura alternativa basata sulla floriterapia ideata dal medico britannico Edward Bach. Alla base della floriterapia di Bach è il principio secondo il quale nella cura di una persona, devono essere prese in considerazione principalmente la prevenzione e la conoscenza dei disturbi psicologici, i quali determinerebbero i sintomi fisici. Il singolo fiore curerebbe il disturbo psicologico che ha causato o potrebbe causare un certo malessere fisico.

### INFILTRAZIONI

---

Si tratta di una procedura medica che consiste nell'iniettare un farmaco direttamente all'interno di grandi articolazioni e nelle borse sierose. Vengono eseguite infiltrazioni di spalla, gomito, piede, ginocchio. I farmaci che possono essere utilizzati sono i corticosteroidi o l'acido ialuronico.

**Indicazioni:** dolori articolari, artrosi, deficit di cartilagine

**Controindicazioni:** allergia ai farmaci utilizzati

### DENSITOMETRIA OSSEA

---

E' un esame che permette di determinare l'esatto contenuto di calcio delle ossa e di porre diagnosi di osteoporosi. E' indolore e privo di rischi. I valori di densità ossea ottenuti, poi, vengono confrontati con quelli di altre persone, sia coetanee che più giovani non affette da osteoporosi. Grazie ad esso si può valutare il rischio di contrarre fratture e decidere le misure terapeutiche necessarie.

## ELETTROMIOGRAFIA

---

L'elettromiografia è una metodica diagnostica che analizza mediante ago-elettrodo l'attività muscolare a riposo e durante attivazione volontaria (Elettromiografia propriamente detta) e studia la conduzione nervosa, motoria e sensitiva (Elettro-neurografia). E' una pratica invasiva. L'analisi ad ago viene effettuata su singoli muscoli, prevalentemente degli arti, dei quali si valuta l'attività elettrica a riposo e durante attivazione massimale. L'elettro-neurografia misura la velocità di conduzione motoria (VCM) e sensitiva (VCS) dei singoli tronchi nervosi stimolati con scosse elettriche applicate in 1 o più punti lungo il decorso dei nervi. Questa metodica permette di evidenziare la presenza di anomalie funzionali dei nervi, delle radici, dei muscoli o delle giunzioni neuro-muscolari.

## DIETOLOGIA COMPUTERIZZATA

---

Dopo una visita medica completa, durante la quale viene effettuato anche l'esame impedenziometrico per la determinazione della composizione corporea, vengono raccolti i dati delle abitudini alimentari, e vengono prescritte le analisi cliniche e gli altri eventuali accertamenti necessari per la definizione dello stato patologico del paziente. Sulla base dei dati raccolti, viene elaborata dal computer, dotato di un apposito software, una dieta personalizzata dove per ogni giornata viene indicata la suddivisione in pasti, il tipo e la quantità degli alimenti da consumare nella giornata, e le sostanze con le rispettive quantità, introdotte con gli alimenti indicati. Il vantaggio di elaborarla al computer è la possibilità di calcolare rapidamente e con estrema precisione il contenuto in nutrienti della dieta assegnata per quel particolare paziente. Sono previsti successivi controlli periodici del peso, della composizione corporea, analisi del sangue fino al raggiungimento degli obiettivi desiderati.

## BAROPODOMETRIA ELETTRONICA

---

E' una sofisticata metodica di indagine non invasiva che consente di misurare la quantità di carico esercitata su ciascun punto d'appoggio del piede. Lo studio baropodometrico consente di avere una chiara visione della distribuzione delle superfici e dei carichi esercitati sul piede. L'esame può essere eseguito a piede nudi per valutare patologie e di individuare le zone di sovraccarico, e con le scarpe, per verificare la congruità della correzione dell'ortesi plantare. Il test prevede una valutazione in ortostatismo bipodalico(statico) ed indagine del passo durante l'evoluzione cinetica del movimento (dinamico). Le misurazioni effettuate sono accompagnate da documentazione a colori con analisi dei valori. L'esame è accompagnato da un'accurata VISITA PODOLOGICA. E' possibile in questo modo individuare e curare sia disturbi a livello del piede sia squilibri posturali conseguenti ad un alterato appoggio podalico.

## SERVIZI A DOMICILIO

Per gli utenti non in grado di raggiungere la nostra struttura per difficoltà motorie, psichiche o negli anziani forniamo i seguenti servizi anche a domicilio:

- ❖ VISITA FISIATRICA
- ❖ VISITA ORTOPEDICA
- ❖ INFILTRAZIONI (vedi pag 18)
- ❖ RIEDUCAZIONE MOTORIA (vedi pag 11)
- ❖ MASSOTERAPIA (vedi pag 13)
- ❖ MAGNETOTERAPIA (vedi pag 7)
- ❖ LASERTERAPIA (vedi pag 5)
- ❖ ELETTROTHERAPIA (vedi pag 6)
- ❖ ULTRASUONOTERAPIA (vedi pag 5)

Il medico ed il fisioterapista sono disponibili in diverse fasce orarie da concordare in base alle esigenze del paziente.