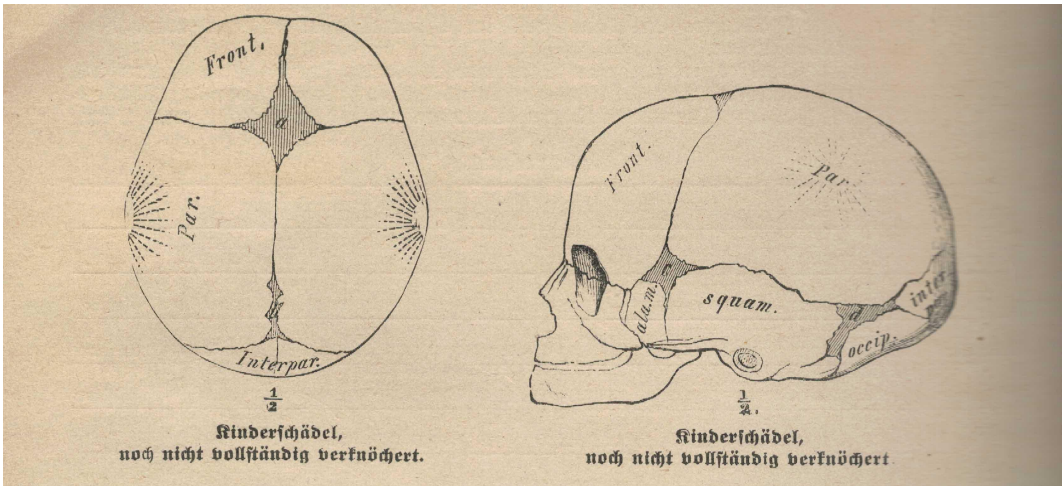


# Trattamenti

# Indice

<b>Terapia manuale pediatrica</b>	<b>4</b>
<b>Terapia manuale per il pavimento pelvico</b>	<b>5</b>
<b>Terapia manuale per ballerini e danzatori</b>	<b>6</b>
<b>Terapia manuale per musicisti</b>	<b>7</b>
<b>Terapia manuale dell'adulto</b>	<b>8</b>
<b>Terapia della donna in gravidanza</b>	<b>9</b>
<b>Terapia in età geriatrica</b>	<b>10</b>
<b>terapia riabilitativa post-covid</b>	<b>11</b>



# Terapia manuale pediatrica

Trattamenti e cure per aiutare il neonato a recuperare la fisiologia corretta nella fase dopo il parto. Intervengo su eventuali problemi di plagiocefalie, togo collo, piede torto, mi preoccupo di aiutare il bambino durante la crescita e lo sviluppo, guardo la sua postura, correggo o coadiuvo il trattamento di scoliosi, mi occupo di traumi o del dopo chirurgia, di tendiniti, epicondiliti, Sindrome di Osgood Schlatter, pubalgia, sindrome del Text Neck o dolore da smartphone e molto altro...

# Terapia manuale per il pavimento pelvico

La muscolatura del pavimento pelvico (PP) si trova fra il coccige e l'osso pubico. Sostiene l'intestino e la vescica, utero e vagina nelle donne, la prostata negli uomini. I fasci muscolari (sfinteri) circondando uretra, vagina e ano, contraendosi li chiudono, al contempo sollevando gli organi interni. Se rilassati consentono invece il passaggio di urina e feci e l'abbassamento degli organi interni.

Le disfunzioni del pavimento pelvico (DPP), che colpiscono una buona percentuale della popolazione femminile, ma che si ritrovano in percentuale minore anche in quella maschile, possono causare disturbi della minzione e della defecazione, prolasso degli organi pelvici, disfunzioni sessuali e dolore. La Riabilitazione del Pavimento Pelvico (RPP) è un programma di riabilitazione funzionale rivolto a migliorare la forza, la resistenza, la potenza e il rilassamento muscolare nei pazienti con disfunzioni del pavimento pelvico.

La rieducazione del pavimento pelvico ha la capacità di migliorare o risolvere i sintomi di incontinenza urinaria, prolasso uterino, disfunzioni del pavimento pelvico peri/post-partum, disturbi da ipertono della muscolatura pelvica, inclusi il dolore miofasciale della pelvi, dispareunia, vaginismo e vulvodinia.

# **Terapia manuale per ballerini e danzatori**

Il trattamento manuale per la danza comprende la valutazione biomeccanica del sistema muscolo-scheletrico e del suo funzionamento durante il movimento. Utilizzando questa abilità il terapeuta è in grado di individuare gli squilibri del tono muscolare e della postura che possono essere causa di lesioni. Questo permette di alleviare i sintomi nel modo più rapido possibile e, soprattutto, risolvere i problemi relativi alla tecnica e ai condizionamenti del corpo per evitare l'instaurarsi di disfunzioni.

# **Terapia manuale per musicisti**

Una buona postura e la facilità di movimento sono essenziali per l'esecuzione musicale. Ciascun musicista sa che il proprio corpo è lo strumento più importante, quello con cui suonano. Il trattamento manuale per musicisti specifico per i muscoli e le articolazioni può contribuire ad alleviare la tensione e migliorare la mobilità. La valutazione della biomeccanica specifica di ogni musicista può aiutare a migliorare la tecnica e prevenire lesioni causate da posture scorrette e sforzi continui.

# Terapia manuale dell'adulto

Scopi principali sono: ridurre il dolore, recuperare la mobilità articolare e la forza muscolare, l'equilibrio e la coordinazione in svariati ambiti, quali:

- riabilitazione post operatoria e post traumatica, stiramenti, distorsioni, contusioni, tendinopatie, lombalgia,
- lombosciatalgia, cervicalgia, patologie dolorose della spalla e altri disturbi;
- dismorfismi ortopedici come piede piatto, scoliosi che incidono sul sistema muscolo-scheletrico;
- malattie neurologiche come emiparesi, sindrome del tunnel carpale, morbo di Parkinson, sclerosi multipla e altre, che colpiscono la capacità di equilibrio e di movimento;
- patologie reumatiche come artrosi, fibromialgia, artrite reumatoide, connettivite, polimialgia e altre;
- edemi, linfedemi, flebedemi, lipedemi (cellulite), situazioni di accumulo di liquidi nel tessuto interstiziali che causano problemi al sistema linfatico e alla circolazione.



# **Terapia della donna in gravidanza**

Trattamenti in grado di favorire l'elasticità tissutale e la mobilità articolare facilitando il travaglio e di assicurare il benessere fisico e mentale, per alleviare mal di schiena, o stati dolorosi.

# Terapia in età geriatrica

Il trattamento manuale allevia i dolori e riduce i disagi, aiutando le persone anziane a conservare tonicità e vitalità. Trattamenti dolci e indolori permettono di affrontare varie problematiche.

# terapia riabilitativa post-covid

La fase acuta della malattia, anche quando si risolve positivamente, può associarsi ad una prolungata persistenza di sintomi invalidanti, che possono durare a lungo nel tempo. Questo si verifica sia nei casi che non hanno richiesto ricovero in ospedale che in quelli più gravi, trattati nei reparti COVID o in terapia intensiva. I sintomi in questione sono a carico dell'

1. apparato muscolo-scheletrico (astenia, debolezza muscolare, facile faticabilità),
2. apparato respiratorio (dispnea da sforzo, tosse persistente, prolungata desaturazione),
3. apparato cardiovascolare (cardiopalmo e dolore toracico, specialmente per sforzi minimi)
4. sistema nervoso centrale (ansia e depressione, disturbi del sonno, disturbi cognitivi).

Per favorire il recupero è importante predisporre un piano di riabilitazione respiratoria e motoria che comprende una valutazione delle cause principali della limitazione allo sforzo del paziente (se di origine respiratoria, cardiologica o muscolare) e che è finalizzato al progressivo riallenamento allo sforzo, e ad una ripresa funzionale completa.

Le modalità di conduzione di questi piani individualizzati di ripresa dell'attività fisica e psicologica sono del tutto simili a quelli utilizzati nel trattamento delle malattie respiratorie croniche invalidanti e delle patologie osteo-muscolari.

Ilaria Miliani  
Fisioterapia e osteopatia a Firenze

Trattamenti

**[fisioterapia-firenze.it](http://fisioterapia-firenze.it)**