

Massaggio Terapeutico

La sua finalità è ristabilire totalmente o parzialmente la funzionalità di organi compromessi tramite specifiche manualità massoterapiche.

La massoterapia, migliorando le condizioni circolatorie e favorendo la nutrizione e il ricambio dei tessuti, è indicata in numerosi casi di malattie muscolari (atrofie, torcicollo, lombaggine), articolari (come distorsioni e alcune artriti croniche).

I trattamenti massoterapici comprendono:

- massoterapia specifica per cervicalgia;
- pompaggio e mobilizzazioni articolari (a seguito di traumi o patologie degenerative a carico dell'apparato osteo-articolare);
- trattamenti sportivi;
- trattamenti per lombo-sciatalgie;
- trattamento miofasciale (trattamento fascia, trigger-point, tender point);
- trattamento cicatrici e aderenze;
- trattamento emicrania;
- trattamento viscerale (per il miglioramento della motilità intestinale);
- trattamento post-trauma o post-operatorio (recupero funzionale muscolo-articolare in seguito a patologie ortopediche traumatologiche e degenerative);
- utilizzo della Tecarterapia come ausilio al massaggio



Il massaggio terapeutico viene praticato solo con prescrizione medica

DURATA: da 30' a 60'
a seconda delle zona da trattare

Massaggio Sportivo

Il massaggio sportivo è indicato per gli atleti chi vogliono:

- **mantenersi in buona forma durante la preparazione per prevenire problemi muscolari**
- **prepararsi prima di una gara**
- **recuperare velocemente la normale funzionalità al termine dello sforzo**
- **prevenire infortuni**

Per questo motivo il massaggio può essere effettuato sia nel pre- gara, ossia di preparazione (con manualità elasticizzanti e vascolarizzanti) sia nel post- gara per velocizzare il recupero fisico dopo lo sforzo muscolare (con azione drenante, defaticante e miorilassante).

Tutti possono usufruire dei benefici di questo tipo particolare di massaggio, indipendentemente dall'età, dal tipo di sport praticato e dal proprio livello prestativo.



**DURATA: da 30' a 60'
a seconda delle zona da trattare**

Massaggio Benessere

Ha come scopo la prevenzione e il miglioramento delle condizioni di salute esistenti.

Agisce a livello delle strutture muscolo-tendine, della circolazione sanguigna (favorendo gli scambi metabolici e il ritorno venoso e linfatico), sul sistema nervoso e quindi sulla psiche.

In questa categoria di massaggi troviamo:

- **massaggio BIOENERGETICO**
- **massaggio AYURVEDICO**
- **D-STRESS massage**
- **massaggio HOT-STONE**
- **massaggio HAWAIANO**



DURATA: da 55'

Linfodrenaggio

Il Linfodrenaggio manuale (LDM) è un tipo di massaggio, leggero e delicato, che favorisce la circolazione del sistema linfatico migliorando la funzionalità.

Rappresenta un valido aiuto in caso di :

- distonie neurovegetative (stipsi, stress, S.P.M.)
- patologie del sistema nervoso centrale (emicranie, cefalee, nevralgie)
- patologie del tessuto connettivo e pannicolo adiposo (P.E.F.S.)
- traumi articolari e muscolari (distorsioni, lombosciatalgie, cervicalgie)
- insuff. Venose a seguito di intervento (safenectomie)
- infiammazioni croniche delle vie respiratorie (sinusiti, otiti, tonsilliti, raffreddore cronico)
- In gravidanza, per prevenire il gonfiore agli arti inferiori
- migliora l'efficienza del sistema immunitario
- produce effetti benefici anche in ambito dermatologico in quanto velocizza la cicatrizzazione post intervento chirurgico



DURATA: da 60' a 90'
a seconda delle zona da trattare

Kinesiotape

I kinesio taping è un cerotto elastico in cotone che unisce la libertà di movimento – grazie alla sua elasticità – alla funzione protettiva. La sua composizione in puro cotone riduce al minimo il rischio di allergia o di irritazioni cutanee.

Si basa sull'anatomia funzionale dell'apparato locomotore.

Protegge, sostiene e scarica l'unità funzionale interessata.

Viene applicato in caso di piccoli edemi ed ematomi sottocutanei, tendiniti, artrosi cervicali, ma anche per alleviare il dolore da contratture e tensioni muscolari.

Le sua applicazione quindi utile per:

- ridurre l'infiammazione
- ridurre la fatica muscolare
- aumentare il ROM
- correggere la postura
- ridurre la possibilità di infortuni
- ridurre il dolore



DURATA: a seconda dell'applicazione
e se accompagnata da altro
trattamento

Bendaggio Funzionale

Si basa sull'anatomia funzionale dell'apparato locomotore.

Si utilizzano bende adesive di vario tipo, elastiche e non che ci consentono di costruire un supporto esterno, un tutore semi-rigido, che sostiene e stabilizza un'articolazione, sia immediatamente dopo un trauma che a distanza, quando questa risulti deficitaria. viene inoltre utilizzato anche per scaricare le strutture muscolo tendinee.

E' utilizzato molto nell'attività sportiva, anche su un arto normale quando questo viene sottoposto a sforzi eccessivi.

Come ausilio nel mondo sportivo è quindi utilizzato:

- a seguito di un trauma dell'apparato locomotore;
- per aiutare a riprendere gli allenamenti il più rapidamente possibile;
- per ridurre al minimo la perdita della condizione atletica;
- per ridurre al minimo il rischio di recidive

DURATA: a seconda dell'applicazione
e se accompagnata da altro
trattamento

