



SCHEDA TECNICA INFORMATIVA

TERAPIA MANUALE

La terapia manuale ortopedica è una branca specialistica della fisioterapia. Si occupa della gestione delle patologie neuro-muscolo-scheletriche, è basata sul ragionamento clinico ed usa un approccio terapeutico altamente specifico, che include tecniche manuali ed esercizi terapeutici.

Le tecniche manuali consistono in una vasta gamma di interventi passivi in cui il fisioterapista utilizza le sue mani per gestire movimenti precisi volti a modulare il dolore, aumentare l'ampiezza dei movimenti articolari, ridurre o eliminare l'edema del tessuto connettivo, indurre il rilassamento, migliorare l'estensibilità del tessuto contrattile e non contrattile e migliorare la funzionalità polmonare. Questi interventi implicano variabilità nelle tecniche e nei gradi di applicazione delle forze, a seconda dello stato patologico del paziente.

I metodi terapeutici utilizzati nella terapia manuale comprendono:

- Tecniche osteoarticolari (mobilizzazioni e manipolazioni)
- Tecniche muscolari e miofasciali (stretching, rilasciamento, muscle energy, trattamento dei trigger points)
- Tecniche che migliorano la mobilità e la funzione del sistema neurale;
- Esercizi medici di reclutamento attivo (stabilizzazione, rinforzo muscolare, propriocezione, coordinazione motoria, equilibrio, ecc.)
- Assegnazione di esercizi domiciliari e consigli per sollecitare il self-management.
- Informazioni circa i disturbi, con istruzioni nella gestione del movimento, della gestualità, dell'ergonomia e della postura nella vita quotidiana

INDICAZIONI TERAPEUTICHE

- Disordini della colonna vertebrale
- Disordini funzionali cervico-occipitali (cefalea, vertigini, acufeni, disordini oculari, emicrania, ecc.)
- Disordini medio-cervicali (torcicollo, cefalea, dolore cervicale locale, ecc.)
- Disordini del passaggio cervico-toracico (disturbi della spalla e dell'arto superiore, cervicobrachialgia, squilibri muscolari del cingolo scapolare, ecc.)
- Disordini funzionali vertebrali toracici (pseudo angor pectoris, dolore locale toracico, ecc.)
- Ipomobilità delle articolazioni costovertebrali e costotrasversarie (disordini funzionali nel respiro, dolore locale costale, ecc.)
- Disordini funzionali vertebrali lombari (lombalgia, squilibri muscolari, sindrome pseudoradicolare, sindrome pseudoviscerale)
- Disordini funzionali sacroiliaci (problemi dello sviluppo, dolore lombare, sindrome pseudoradicolare, squilibrio muscolare del cingolo pelvico)
- Disordini muscoloscheletrici nelle strutture degli arti
- Dolore e disfunzioni di varia natura
- Ipomobilità articolare dopo immobilità, traumi ed interventi chirurgici



CONTROINDICAZIONI

- Fratture ossee
- Osteoporosi grave
- Danni neurologici
- Patologie cardiache gravi
- Disturbi gastrointestinali acuti