

TERAPIA MANUALE

La Terapia Manuale è una tecnica di massaggio utilizzata per affrontare differenti tipi di problematiche e che comprende palpazione, mobilitazioni articolari, lavoro su tessuti molli e tessuto fasciale, stimolazione muscolare diretta. La Terapia Manuale risulta efficace da un punto di vista puramente biomeccanico ma anche per quanto riguarda la sfera neurofisiologica e neuropsicologica. Dal punto di vista biomeccanico abbiamo una miglìoria della funzione e dei movimenti, da un punto di vista neurofisiologico possiamo citare principalmente la diminuzione della sensibilità al dolore ed infine un miglioramento dello stato emotivo per quanto riguarda la neuropsicologia. La Terapia Manuale porta differenti benefici per quanto riguarda il dolore, l'infiammazione, la prevenzione fronte ad un intervento chirurgico, poter stimolare il sistema nervoso ed aumentare la flessibilità e la funzionalità del corpo nel suo complesso.

In linea di massima le tecniche manuali utilizzate sono delle applicazioni passive del terapeuta sul paziente indirizzate in aree e muscoli specifici per poter tornare alla massima funzionalità per poi poter praticare un esercizio terapeutico più mirato e fluido.



- La Terapia Manuale viene indicata per tutte le forme di limitazione o disfunzione a carico del sistema neuro muscolo scheletrico come ad esempio :
 - Disfunzioni mandibolari
 - Dolore cervicale, dorsale, lombare cronico ed acuto
 - Ernia o protusione del disco
 - Artrosi generalizzata o di un articolazione in concreto
 - Tendiniti, tendinosi o tenosinovite
 - Spalla congelata
 - Pre post operatorio rottura LCA\LCP
 - Cervicobrachialgia
 - Lombosciatalgia
- Per quanto riguarda le contrindicazioni ce ne sono alcune assolute come fratture o neoplasie sempre in funzione della gravità e della zona dove si applicheranno le tecniche, altre relative come osteoporosi e danni neurologici.



- In sostanza possiamo dire che la Terapia Manuale è fondamentale per recuperare da un trauma importante o anche da un'attitudine posturale o movimenti ripetuti ciclicamente nel tempo. Possiamo dire che cerchiamo di riossigenare il muscolo ma senza una componente attiva che verrà inserita di seguito con esercizio terapeutico guidato. Sempre importante per ottenere gli effetti ricercati la pressione la direzione e l'angolatura dell'applicazione delle tecniche manuali.
- La Terapia Manuale ha un indice di sicurezza molto alto ed un alto grado d'efficacia sempre che il personale sanitario addetto sia formato ed autorizzato. Alcuni tra gli effetti indesiderati possono essere ad esempio dolore accentuato nelle ore successive il trattamento nella zona di applicazione o la fuori uscita di lividi superficiali sulla pelle.