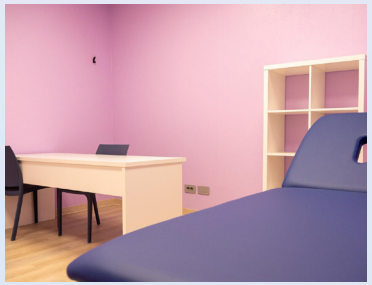
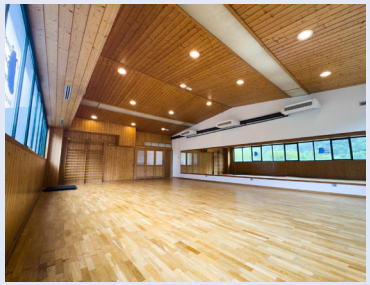
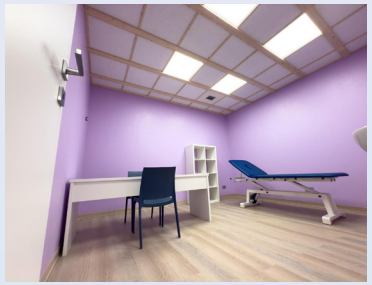
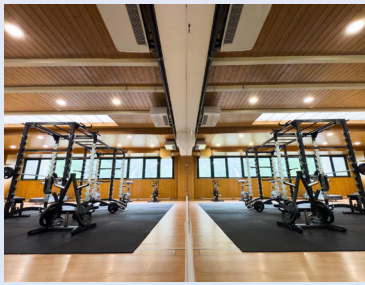
**Crediamo nell'esercizio fisico
come strumento di salute, prevenzione e cura,
attraverso percorsi costruiti in modo professionale,
progressivo e sostenibile.**

Polimed Santa Caterina

Fisio & Sport

T 349 462 8186
M info@polimedsantacaterina.it

Via Santa Caterina 1, Introbio (LC)
Via Vittorio Veneto 9/E, Introbio (LC)

prenota ora la tua visita!

polimedsantacaterina.it

**UN APPROCCIO INTEGRATO ALLA RIABILITAZIONE,
AL MOVIMENTO E ALLA PREVENZIONE,
IN UN CONTESTO SANITARIO PROFESSIONALE.**

L'Area Fisio & Sport di Polimed Santa Caterina unisce competenze mediche, fisioterapiche e dell'esercizio terapeutico, accompagnando la persona nel recupero della funzionalità, nel miglioramento della qualità di vita e nel mantenimento del benessere fisico attraverso percorsi personalizzati e supervisionati da professionisti qualificati.

I percorsi sono rivolti a persone di tutte le età, dal bambino all'anziano, con programmi adattati alle esigenze funzionali, cliniche e sportive di ciascuno.

AREA FISIOTERAPIA E RIABILITAZIONE

Percorsi dedicati al recupero funzionale, alla gestione del dolore e alla prevenzione delle problematiche muscolo-articolari.

- fisioterapia ortopedica e sportiva
- recupero post traumatico e post-chirurgico
- terapia manuale
- massaggio sportivo
- kinesiotaping
- linfodrenaggio
- valutazione posturale e stabilometrica
- esercizio terapeutico e rieducazione funzionale
- recupero infortuni personalizzato
- ecografie muscolo-tendinee
- terapia infiltrativa ecoguidata
- integrazione con percorsi diagnostici specialistici
- supporto al recupero e integrazione mirata

AREA SPORT

Percorsi dedicati allo sportivo, dall'amatore all'atleta professionista.

- valutazione e gestione degli infortuni sportivi
- recupero funzionale post infortunio
- percorsi individualizzati di return to play
- monitoraggio clinico e funzionale dell'atleta
- prevenzione degli infortuni muscolo-tendinei
- programmi di rinforzo, stabilità e ricondizionamento
- supporto medico e fisioterapico allo sportivo

RIABILITAZIONE DEL PAVIMENTO PELVICO

Percorsi dedicati alla prevenzione e al trattamento delle problematiche del pavimento pelvico.

Indicati in particolare per:
- recupero post gravidanza e post partum
- debolezza del pavimento pelvico
- incontinenza urinaria
- disfunzioni del pavimento pelvico
- recupero funzionale e rinforzo muscolare

TERAPIE FISICHE

Tecnologie a supporto della riabilitazione, del recupero funzionale e della gestione del dolore.

- onde d'urto focalizzate
- O.P.A.F.
- laserterapia ad alta potenza
- sistema super induttivo
- crioultrasuono
- tecarterapia
- magnetoterapia
- C.E.R.C. therapy
- elettrostimolazione, tens e drenaggio linfatico
- E.N.F. (elettroneurofeedback)
- Game Ready
- elettroporazione e ionoforesi

AREA MOVIMENTO ED ESERCIZIO TERAPEUTICO

Attività dedicate al movimento guidato, al ricondizionamento fisico e alla prevenzione, svolte attraverso percorsi individuali o piccoli gruppi supervisionati.

Percorsi rivolti a:
- persone sedentarie, sportivi amatoriali e agonisti
- pazienti con dolori muscolo-articolari ricorrenti o con patologie croniche
- chi desidera migliorare mobilità, postura, forza e benessere generale

L'attività fisica adattata può rappresentare un supporto nella prevenzione e nella gestione di:
- obesità e sovrappeso
- diabete e sindrome metabolica
- ipertensione arteriosa
- patologie cardiovascolari
- problematiche osteo-articolari
- sarcopenia e perdita di forza muscolare
- lombalgia e cervicalgia ricorrenti

Le attività possono includere:
- esercizio terapeutico personalizzato
- ricondizionamento fisico
- programmi di prevenzione
- lavoro su mobilità, stabilità e core
- mantenimento della forza e della funzionalità
- attività a piccoli gruppi supervisionati