

MEDICINA DELLO SPORT & CHINESITERAPIA



CENTRO
FisiSport

medicina dello sport & chinesiterapia

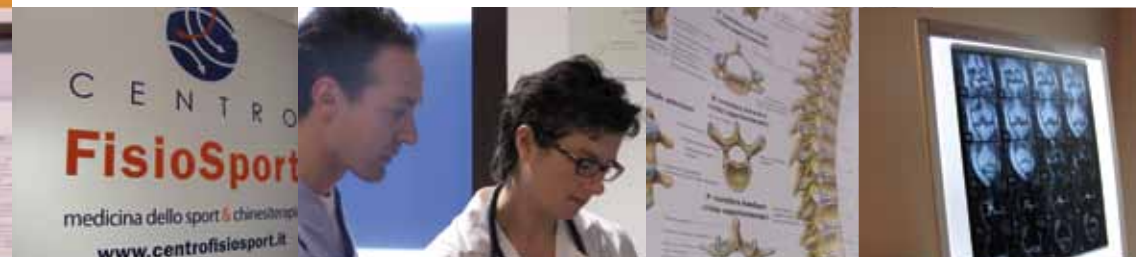
CENTRO FISIOSPORT & CHINESITERAPIA PRENDERSI CURA DELLA SALUTE

Il Centro FioSport è un punto di riferimento per valutare e preservare lo stato di salute ottimale di chi pratica attività sportiva agonistica e non.

La valutazione preventiva attraverso visite ed esami specialistici, consente di affrontare qualsiasi attività sportiva riducendo al minimo i rischi, adottando abitudini alimentari e comportamentali per i quali il Centro fornisce una consulenza specializzata e approfondita.

Il Centro FioSport inoltre si rivolge a tutti coloro che necessitano di essere seguiti in un percorso rieducativo dopo un intervento chirurgico o alle molte persone che avvertono l'esigenza di riequilibrare il proprio corpo da posture inadeguate, causa spesso di dolori articolari e rigidità muscolari.

Struttura sanitaria privata a media complessità
Autorizzazione n° 36944/DP del 21.05.2010
Direttore sanitario Dott.ssa Francesca Della Bianca



Dott. ssa Francesca Della Bianca
Medico chirurgo
Specialista in Medicina dello Sport

Dott. Stefano Cassin
Dott. in Scienze motorie Massofisioterapista
Specializzato in terapie posturali e
Chinesiterapia orientale

Dott. Fabio Zardo
Consulente Cardiologo

Dott.ssa Deborah Mauro
Consulente Psicologa dello Sport



CENTRO
FioSport
medicina dello sport & chinesiterapia

I SERVIZI DEL CENTRO

MEDICINA DELLO SPORT



VISITE MEDICO SPORTIVE AGONISTICHE:

- Visite per certificazione all'attività sportiva agonistica con step test
- Visite per certificazione all'attività sportiva agonistica con prova da sforzo al cicloergometro o tapis roulant
- Visite per certificazione all'attività sportiva non agonistica
- Visite di traumatologia sportiva

TEST DI VALUTAZIONE FUNZIONALE:

- Test della massima potenza aerobica (VO_2 MAX) al cicloergometro o tapis roulant
- Test del lattato per determinazione della soglia anaerobica
- Prescrizione dell'esercizio fisico e tabelle di allenamento per la corsa, ciclismo, nuoto
- Test del metabolismo basale

VALUTAZIONE NUTRIZIONALE ED ANTROPOMETRICA, PIANI ALIMENTARI PERSONALIZZATI:

- Valutazione della massa corporea con plicometro meccanico
- Valutazione della massa grassa - massa magra corporea con analizzatore di grasso corporeo (BIA)
- Test del metabolismo basale con metabolimetro (Fitmate Pro)
- Studio clinico e bilancio nutrizionale con indicazioni alimentari personalizzate

ESAMI SPECIALISTICI:

- Elettrocardiogramma basale
- Prova da sforzo al cicloergometro o tapis roulant (ECG sotto sforzo)
- Esame spirometrico
- Esame podometrico
- Analisi del sangue (emocromo, colesterolo totale, colesterolo HDL, colesterolo LDL, trigliceridi, glucosio)
- Analisi dello stress ossidativo (radicali liberi e barriera antiossidante)



CENTRO
FisioSport
medicina dello sport & chinesiaterapia

I SERVIZI DEL CENTRO

MEDICINA DELLO SPORT



IDONEITÀ E CERTIFICAZIONI SPORTIVE AGONISTICHE E NON AGONISTICHE

Per ottenere l'idoneità alla pratica sportiva agonistica è necessaria la visita eseguita dal medico Specialista in Medicina dello Sport.

Gli esami cui il soggetto viene sottoposto sono specifici per lo sport per il quale viene richiesta l'idoneità e sono rivolti a verificare lo stato di buona salute dell'atleta e l'assenza di controindicazioni alla pratica dello sport. Gli accertamenti di base prevedono la visita medica, l'esame completo delle urine, la spirometria, l'elettrocardiogramma a riposo e dopo sforzo, l'esame generico dell'acuità visiva. L'idoneità sportiva non agonistica ("certificato di stato di buona salute") viene richiesta per le attività ginnico-motorie che si svolgono nelle palestre, piscine, etc.

A richiesta viene eseguito ECG basale.

VISITE DI TRAUMATOLOGIA SPORTIVA

Visite per traumi sportivi e non o per problematiche croniche di tipo muscolo-scheletrico (lombalgie, lombosciatalgie, pubalgie, tendiniti, etc).

TEST FUNZIONALI

Scopo della valutazione funzionale è quello di monitorare alcuni parametri fisiologici (cardiovascolare, muscolare e respiratorio), durante lo svolgimento di un esercizio fisico da parte di un soggetto.

A tal scopo vengono utilizzate attrezzature che riproducono in laboratorio la biomeccanica del gesto sportivo svolto dall'atleta (cicloergometro, tapis roulant). La valutazione funzionale si rivolge ad atleti di alto livello ma anche ad atleti amatori, allo scopo di pianificare l'allenamento in maniera corretta, e a tutti i soggetti che desiderino conoscere il proprio livello di preparazione fisica o praticare sport in massima sicurezza.

TEST DEL VO₂MAX (MASSIMO CONSUMO DI OSSIGENO)

Test massimale incrementale effettuato su tapis roulant o su cicloergometro durante il quale vengono analizzati gli scambi respiratori, attraverso una maschera posta alla bocca del soggetto, allo scopo di determinare il massimo consumo di ossigeno e la soglia anaerobica.

TEST DEL LATTATO

Test incrementale massimale effettuato su tapis roulant o cicloergometro, durante il quale vengono effettuati prelievi capillari di sangue (al dito o al lobo dell'orecchio) allo scopo di misurare i livelli di acido lattico e da questi ricavare la soglia anaerobica.

PRESCRIZIONE DELL'ESERCIZIO FISICO E TABELLE DI ALLENAMENTO PER CORSA, CICLISMO, NUOTO

In base ai test svolti vengono creati programmi d'allenamento personalizzati e specifici per i diversi obiettivi agonistici e amatoriali o prescritti programmi di attività fisica per persone in sovrappeso o con ipertensione arteriosa, ipercolesterolemia e diabete etc.).

TEST DEL METABOLISMO BASALE

Test utile per impostare un programma di controllo del peso corporeo basato sulla dieta e sull'esercizio fisico. Il test viene effettuato con il paziente in posizione supina, a digiuno da almeno 12 ore, in condizioni di riposo fisico e mentale.



CENTRO
FisiSport
medicina dello sport & chinesiologia

I SERVIZI DEL CENTRO

MEDICINA DELLO SPORT

VALUTAZIONE NUTRIZIONALE E ANTROPOMETRICA, PIANI ALIMENTARI PERSONALIZZATI

La valutazione nutrizionale si rivolge agli atleti che desiderino un piano alimentare specifico per lo sport praticato o a tutte le persone che intendano perdere o controllare il proprio peso attraverso un regime alimentare corretto unito all'attività fisica.

Nel corso della visita vengono misurate, attraverso l'ausilio di plicometro meccanico e di analizzatore di grasso corporeo (BIA), la massa grassa, la massa magra e viene misurato il metabolismo basale (calorie consumate a riposo). Seguirà un colloquio con il Medico dello Sport per analizzare le abitudini alimentari, impostare un programma alimentare e sportivo, necessari al raggiungimento degli obiettivi prefissi (perdita di peso, efficienza energetica, integrazione alimentare corretta, etc.).



ESAMI SPECIALISTICI

- ECG basale
- Elettrocardiogramma eseguito in condizioni di riposo
- Prova da sforzo al Cicloergometro o tapis roulant
- Elettrocardiogramma eseguito nel corso di uno sforzo massimale o almeno fino al raggiungimento del 85% della frequenza cardiaca massima teorica con ausilio di un ergometro (cicloergometro o tapis roulant).

ESAME SPIROMETRICO

Consente una valutazione dei volumi statici e dinamici e della capacità polmonare.

ESAME PODOMETRICO

L'esame viene eseguito avvalendosi di un podoscopio che consente di vedere in maniera istantanea il reale appoggio dei piedi.

La valutazione successiva avrà lo scopo di stabilire se le anomalie dell'appoggio siano dovute a dismorfismi dei piedi (piede piatto, torto, valgismi, etc) o a problematiche della struttura muscolo-scheletrica in genere ("vizi posturali").

ANALISI DELLO STRESS OSSIDATIVO

I radicali liberi danno origine al fenomeno definito stress ossidativo.

Le normali difese fisiologiche dell'organismo sono in grado di neutralizzare l'azione potenzialmente dannosa dei radicali liberi.

Lo stress ossidativo si ha quando si verifica uno sbilanciamento tra radicali liberi prodotti e difese antiossidanti.

Il livello di stress ossidativo può essere ritenuto un segnale d'allarme vitale per prevenire stati patologici, controllare terapie e/o integrazioni e mantenere un elevato grado di benessere.

Tale esame viene effettuato attraverso la raccolta di un campione di sangue capillare, effettuata attraverso puntura al dito del soggetto.



CENTRO
FisiSport
medicina dello sport & chinesiaterapia

I SERVIZI DEL CENTRO

CHINESITERAPIA

MASSOFISIOTERAPIA



VISITE POSTUROLOGICHE

- Esame posturale globale
- Esame podometrico
- Esame funzionale del gesto atletico
- Visite e consulenze terapeutiche

TERAPIE CHINESITERAPICHE

- Terapia di riequilibrio posturale globale
- Massofisioterapia vertebrale
- Allungamento muscolare globale (PANCAFIT)
- Rieducazione funzionale post-trauma
- Trattamento di micromassaggio riflessogeno

TERAPIE FISICHE

- Ionoforesi
- Infrarossi
- T.E.N.S.
- Magnetoterapia



CENTRO
FisioSport
medicina dello sport & chinesiterapia

I SERVIZI DEL CENTRO

CHINESITERAPIA MASSOFISIOTERAPIA

VISITE POSTUROLOGICHE

ESAME POSTURALE GLOBALE

La postura si può descrivere come l'atteggiamento che il corpo assume nello spazio, sia in condizioni statiche che dinamiche, ed è determinata dall'interazione di più sistemi (recettori posturali).

L'analisi posturale globale consta nella ricerca degli "squilibri" della struttura corporea, che possono essere causati da alterazioni della masticazione (es. malocclusione), alterazioni della vista, dell'appoggio del piede o da problematiche osteo-artro-muscolari (scoliosi, ipercifosi, etc).

ESAME FUNZIONALE DEL GESTO ATLETICO

Consiste in una prima valutazione globale della postura e successivamente nell'analisi della dinamica di corsa effettuata su tapis roulant.

Ha l'obiettivo di valutare il gesto tecnico, evidenziare eventuali errori che rendono la corsa anti-economica e quindi apportare le dovute correzioni.



CHINESITERAPIA

RIEQUILIBRIO MUSCOLARE E POSTURALE

Attraverso l'uso di più tecniche terapeutiche (allungamento muscolare con pancafit, stimolazione manuale di agopunti, massoterapia, esercizi di respirazione diaframmatica, consigli di alimentazione e integrazione naturopatica per detossificazione organica e muscolare) si cerca di riportare il corpo in armonia strutturale ed energetica.

Questo lavoro permette il miglioramento del gesto atletico e rappresenta un'ottima forma di prevenzione contro gli infortuni sportivi e non e tutte le patologie da sovraccarico (es. cervicalgie, lombo-sciatalgie, pubalgie, tendiniti, tunnel carpale, fasciti plantari, dolori articolari ecc.)

RIEDUCAZIONE FUNZIONALE POST-TRAUMA

La rieducazione funzionale è indicata per il completo recupero posturale e funzionale in seguito a interventi chirurgici, traumi sportivi e non, esiti cicatriziali etc.

A seguito di una valutazione medica iniziale si individuerà la terapia più idonea alla problematica (es. chinesiterapia articolare, infrarossi, magnetoterapia, ionoforesi, allungamento posturale, massoterapia ect.).

ALLUNGAMENTO MUSCOLARE GLOBALE DECOMPENSATO (METODO DR RAGGI)

La metodica prende in esame la persona in modo globale, dall'aspetto fisico a quello emozionale, si avvale dello strumento Pancafit che permette di effettuare un allungamento muscolare globale decompensato, agendo su tutto il sistema corporeo muscolare, connettivale e respiratorio, riportando armonia e comfort.



CENTRO
FisioSport
medicina dello sport & chinesiterapia

CHINESITERAPIA MASSOFISIOTERAPIA

TRATTAMENTO DI MICROMASSAGGIO REFLESSOGENO

È un trattamento terapeutico che deriva dalla Medicina Tradizionale Estremo-Orientale. Le manovre comprendono la massoterapia manuale, l'uso di olii essenziali, l'uso di tecniche con il calore, la stimolazione manuale dei punti di agopuntura.

Il micromassaggio può essere preventivo, terapeutico e rieducativo; è indicato per il trattamento di problematiche osteo-articolari, muscolari, circolatorie e linfatiche.

CONSULENZE NATUROPATICHE

Lo scopo della Naturopatia è armonizzare ed equilibrare la persona sul piano psicofisico ed emozionale.

La consulenza Naturopatica consiste in un colloquio con la persona, in un esame della struttura corporea ed energetica, nell'analisi dello stile di vita (alimentazione, attività fisica, ecc.) per arrivare a stilare un programma di metodiche naturali, con lo scopo di aiutare la persona a ritrovare il proprio stato originale di benessere e favorire una condizione di vita ottimale.



TERAPIE FISICHE

MAGNETOTERAPIA

Nella magnetoterapia si utilizzano gli impulsi elettromagnetici a bassa frequenza per curare diverse sintomatologie legate a stati infiammatori o a patologie ossee. Gli impulsi elettromagnetici aiutano la rigenerazione dei tessuti ossei e cutanei, migliorano la circolazione sanguigna e stimolano la produzione di endorfine riducendo in tal modo il dolore che accompagna inevitabilmente lo stato infiammatorio.

La magnetoterapia è indicata nelle fratture recenti o nel ritardo di consolidazione, osteoporosi, artrosi, artropatie di natura infiammatoria e degenerativa.

IONOFORESI (CON FARMACI O PRODOTTI OMEOPATICI)

La ionoforesi è un tipo di elettroterapia antalgica che usa la corrente continua unidirezionale per introdurre nella zona da trattare medicinali in modo indolore e senza apportare alcun danno ad altri organi.

INFRAROSSI TDP

La lampada TDP si differenzia dalle comuni lampade ad infrarossi per l'emissione di onde elettromagnetiche nel campo del lontano infrarosso (2-25 microns), mediante il riscaldamento di un disco minerale.

Queste onde coincidono in lunghezza ed intensità con le onde generate dal corpo umano e conseguentemente sono facilmente assorbite dallo stesso, dispensando l'effetto terapeutico anche in profondità, regalando un piacevole effetto di calore sulla superficie cutanea.

T.E.N.S.

La T.E.N.S. terapia è una tecnica elettroterapica che ha finalità analgesico-antalgica utilizzata nella terapia del dolore per trattare patologie neuronali, osteo-articolari dei legamenti e dei tendini.



CENTRO
FisioSport
medicina dello sport & chinesiterapia



C E N T R O
FisioSport

medicina dello sport & chinesiaterapia

Via Battaglione Gemona, 29/B 33075 - Cordovado (PN)
Centro FisioSport: tel. 0434 - 684262
Dott.ssa Francesca Della Bianca Cell. 349 4322453
Dott. Stefano Cassin Cell. 347 9504432
info@centrofisiosport.it www.centrofisiosport.it