



IDROKINESITERAPIA



POLIAMBULATORI
CONSORZIO IL SOLE

Associazione Sportiva
Dilettantistica

asa
Cinisello

Servizio di Idrokinesiterapia



DALL'ACQUA LA NOSTRA SALUTE

CORSI DI:

💧 BENESSERE PER L'ANZIANO

💧 PSICOMOTRICITÀ

💧 RIABILITAZIONE POSTOPERATORIA

💧 RIABILITAZIONE POSTTRAUMATICA

💧 DOLORI DELLA SCHIENA

💧 DOLORI DELLA SPALLA

💧 RIABILITAZIONE NEUROLOGICA

**I corsi si terranno presso la Piscina Alberti
di Cinisello Balsamo**

PRENOTAZIONI VISITE su appuntamento chiamando il **CUP** (Centro Unico Prenotazioni)

Tel. 02.61.11.11.6

La **idrokinestoterapia** è una disciplina che utilizza le proprietà dell'acqua per finalità terapeutiche e riabilitative.

Nell'acqua, per effetto del galleggiamento, il nostro corpo pesa di meno.

Le ossa, i muscoli e le articolazioni sono quindi sottoposti ad un carico minore e possono lavorare molto più agevolmente.

Diventa possibile, in una persona disabile, che abbia subito un trauma, o che abbia un problema di dolore cronico, far eseguire dei movimenti che sarebbero impossibili fuori dall'acqua.

Questi benefici si possono applicare in malattie quali la osteoartrite, le fibromialgie, i traumi sportivi, le malattie reumatiche, le patologie della colonna vertebrale.

La **idrokinestoterapia** si rivela poi molto utile nel recupero dopo interventi chirurgici sulla spalla, oppure su ginocchio e anca.

Nell'acqua la mobilizzazione avviene in modo più facile e protetto, con recuperi raggiunti in modo più rapido rispetto ad una riabilitazione effettuata fuori dall'acqua. La pressione poi operata dal fluido accelera il riassorbimento degli edemi. E ancora questa disciplina si è rivelata molto utile per la cura delle disabilità psicomotorie e nel recupero dei danni da ictus. Effettuata in piscine con acqua bassa e a temperatura di 31-33 gradi, la **idrokinestoterapia** si è rivelata molto efficace anche per la ginnastica dell'anziano, che nell'acqua può mobilizzare il proprio corpo in modo più facile e armonico.



POLIAMBULATORIO
CONSORZIO IL SOLE **DIAZ**



POLIAMBULATORIO
CONSORZIO IL SOLE **SOLE**

Lunedì - Mercoledì: 14.30 - 19.30
Martedì - Giovedì - Venerdì:
9.00 - 12.30 / 14.30 - 19.30 **Sabato:** chiuso

Viale Rimembranze, 14
20092 - Cinisello Balsamo (MI)

Dal lunedì al venerdì: 09.00 - 19.30
Sabato: 09.00 - 13.00

Via XXV Aprile, 24
20092 - Cinisello Balsamo (MI)

poliambulatori@consorzioilsole.it - www.poliambulatorisole.it

Seguici su : [PoliambulatorioConsortziIlSole](https://www.facebook.com/PoliambulatorioConsortziIlSole)

