LA SALUTE A PESARO

Magazine



SALUTE & BENESSERE

IMPORTANZA PREVENZIONE DONNA

LESIONI MUSCOLARI

PAVIMENTO PELVICO

0721.33958 www.fisioradi.it

FISIORADI
MEDICAL CENTER





FISIORADI
MEDICAL CENTER





Caro lettore,
in un 2024 dove Pesaro è Capitale della Cultura abbiamo sentito l'esigenza di innalzare il livello del nostro magazine. Questo è il primo numero della nostra rivista che esce dopo l'iscrizione al registro dei periodici del Tribunale di Pesaro.
Questa iscrizione significa per noi avere una maggiore responsabilità nella comunicazione nei vostri confronti, impegnandoci nel pubblicare contenuti di alto valore scientifico e culturale.
Questo numero vuole essere un tributo alle donne e all'importanza del prendersi cura di sé, del proprio corpo in ogni istante della propria vita. Si affrontano tematiche molto importanti come la cura e l'attenzione al pavimento pelvico.
Prendersi cura di sé significa aumentare il Ben-Essere della propria vita quotidiana, sfatare quei tabù che ancora ci portiamo dietro e dare alla donna il giusto valore che si merita.
Ma questo nuovo numero non solo parla di donna, ma anche di quello che per Fisioradi Medical Center è il nostro "fiore all'occhiello" la fisioterapia. Nello specifico, l'articolo spiega un corretto percorso fisioterapico per le lesioni muscolo tendinee, ma sempre più la fisioterapia sta entrando nella vita quotidiana come stile di vita per migliorare il nostro stato di "Salute" e come prevenzione per mantenere uno stato di "Ben-Essere" più prolungato.
Ringrazio il mio amico Paolo Pagnini che ha deciso di entrare a far parte di questo progetto come Direttore Responsabile, sicuramente il suo stile e "tocco di penna" si faranno notare!
Non mi resta che augurarvi una buona lettura.

di **MAURIZIO RADI**

LA SALUTE A PESARO *Magazine*

La Salute a Pesaro Magazine
Via Lambro, 15 61121-Pesaro | T.0721.33958 www.fisioradi.it | segreteria@fisioradi.it

Anno 2024 N.1
periodico quadrimestrale
Iscritto al n. 2 del registro dei periodici del tribunale di Pesaro
Distribuito gratuitamente nella provincia di Pesaro e Urbino

Direttore Responsabile: *Paolo Pagnini*
Caporedattore: *Maurizio Radi*
Coordinamento redazionale: *Laura Mancini*
Impaginazione e grafica: *Eleonora Gennari*
Stampa: *Ideostampa litografia serigrafia digitale, Colli al Metauro (PU)*

INDEX

02
SALUTE & BENESSERE
Articolo di Paolo Pagnini

04
IL TEMPO È SALUTE

06
LESIONI MUSCOLARI
Articolo del Dr. Fabio Piergallini

08
POLIAMBULATORIO

10
DICONO DI NOI

12
L'IMPORTANZA DELLO SCREENING AL SENO
Articolo del Dr. Giovanni Consalvo Traina

14
PAVIMENTO PELVICO
Articolo della Dr.ssa Chiara Eusebi

16
FONDO SANITARIO INTEGRATIVO

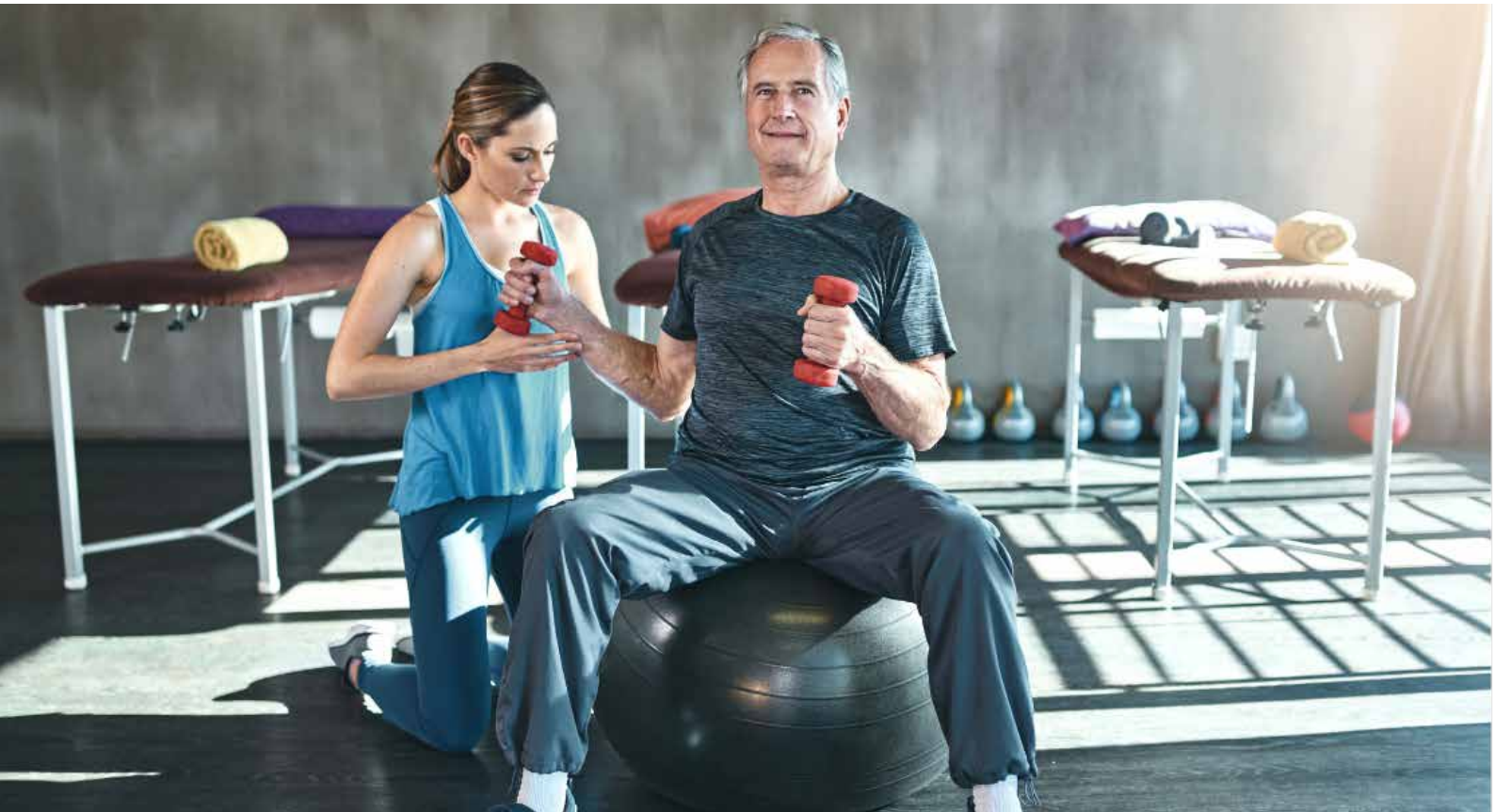
SALUTE & BENESSERE

Si può dire che sia il binomio di questi ultimi anni. A lungo trascurato o relegato all'interesse di ipotetici "addetti ai lavori", di sicuro complice anche la pandemia, è letteralmente esploso nella quotidianità di ognuno di noi.

Come nel più banale e ritrito dei luoghi comuni che vuole che ci si accorga di qualcosa solo quando l'abbiamo perso o stiamo per perderlo, ci siamo improvvisamente tutti resi conto dell'importanza dello star bene. Dell'essere in buona salute. Del godere di buona salute.

Salute & Benessere, sono diventati titoli per riviste, articoli, portali di informazione, servizi giornalistici e trasmissioni televisive.

Insomma, ci siamo accorti di avere un corpo e abbiamo dovuto prendere atto che mantenerlo in salute richiede sì impegno e cura, ma ripaga con quello stato di benessere che è anche parte stessa di quell'impegno e di quella cura. Perché essere in buona salute, naturalmente, fa star star bene e aver cura della propria salute crea ben-essere.
È così, che lo intendono qui da Fisioradi Medical Center: col trattino, che stacca ma unisce, e sottolinea che, quando scegliamo di occuparci di noi stessi, stiamo costruendo il bene dell'essere.
Salute e benessere, a volte vengono indicati come sinonimi, ma si riferiscono in realtà a due ben distinti, se pur intimamente collegati, stati dell'essere.
La salute sta "dentro" il corpo, e costituisce forse il "bene" più personale. Al punto da essere stata inclusa tra i diritti tutelati dalla Costituzione che all'articolo 32 la indica come "fondamentale diritto dell'individuo e interesse della collettività".
Il benessere infatti si basa sullo stato di salute di ciascuno, ma ne amplia l'effetto espandendosi verso l'esterno ed estendendosi anche al di fuori dal corpo, oltre il perimetro fisico e diventando uno stato d'essere collettivo, fondamento per un nuovo modo di intendere una società moderna.





“STATO FELICE DI SALUTE, DI FORZE FISICHE E MORALI”

Così definisce il benessere il dizionario Treccani.

Nell’atto di mettere a disposizione di tutti il nostro stato di benessere, ci vedo infatti una sorta di restituzione di ciò che la società, attraverso gli strumenti di tutela della salute individuale, fa per ciascuno di noi.
La collettività si occupa della salute di ognuno dei suoi individui e ciascuno si impegna a costruire e ad aver cura del benessere collettivo.
Ecco il senso profondo dell’impegno che viene richiesto a ognuno di noi, non solo ad occuparci di restare in buona salute, ma anche ad aver cura per l’ambiente, a tutelare il paesaggio, a limitare l’inquinamento atmosferico, in una parola, ad amare la natura e di conseguenza amare noi stessi.
Ci sono posti dove, come da Fisioradi Medical Center, queste cose le sanno da sempre.
E le vivono non solo da “addetti ai lavori”, ma ciascuno nella sua quotidianità.
Ci sono posti come da Fisioradi Medical Center dove la cura e l’attenzione per ogni dettaglio e per ogni particolare, si sposano con l’altissima professionalità di tutti gli operatori (dai medici al personale amministrativo) per offrire e condividere la propria idea di ben-essere.
Da fine agosto 2023 il “Magazine” di Fisioradi Medical Center è stato iscritto al registro dei periodici del Tribunale di Pesaro (n. 2 - 24/08/23) con Maurizio Radi Editore e con me orgoglioso ed onoratissimo Direttore Responsabile.
L’indiscussa autorevolezza di Fisioradi Medical Center e di conseguenza del suo “House Organ” vengono così “certificati” e da questo numero il magazine esce in veste di “testata registrata” come periodico scientifico, attribuendo ulteriore prestigio ai temi trattati e agli autori degli articoli, oltre che naturalmente all’editore Maurizio Radi e a tutto il suo Staff.
Quasi superfluo aggiungere quanto io mi senta felice di questo incarico e grato per la fiducia che Maurizio ha riposto in me nell’affidarmelo, e mi auguro curiosità e letture attente da parte di tutti voi.

Paolo Pagnini



IL TEMPO È SALUTE

FISIORADI
MEDICAL CENTER



A FISIORADI MEDICAL CENTER
UN PERCORSO COMPLETO PER
LA TUA SALUTE

NEW

TAC E RISONANZA MAGNETICA CON MEZZO DI CONTRASTO (MDC)





Via Lambro, 15 Pesaro (PU)
Tel. 072133958
www.fisioradi.it
segreteria@fisioradi.it

DIAGNOSTICA

ALTA QUALITÀ IN TEMPI BREVI



Il grande passo del nuovo Fisioradi Medical Center è stato puntare su una diagnostica completa e di qualità.
Macchinari di ultima generazione e uno staff di Medici e Tecnici Radiologi di alto livello per garantire un servizio di eccellenza in tempi brevi.

- RISONANZA MAGNETICA
- RISONANZA MAGNETICA CON MEZZO DI CONTRASTO
- TAC
- TAC CON MEZZO DI CONTRASTO
- MAMMOGRAFIA
- RX
- MOC
- ECOGRAFIA
- ECOCARDIOGRAMMA
- ECODOPPLER
- ELETTROMIOGRAFIA
- PROVA DA SFORZO
- HOLTER PRESSORIO
- HOLTER CARDIACO

SIAMO CONVENZIONATI CON LA MAGGIOR PARTE DEI FONDI E ASSICURAZIONI SANITARI

UniSalute
SPECIALISTI NELL'ASSICURAZIONE SALUTE

mètaSalute
FONDO SANITARIO LAVORATORI METALMECCANICI

POSTEVITA FONDOSALUTE
Fondo di Assistenza Sanitaria Integrativa Postevita

GENERALI

welion

Previmedical®
Servizi per la Sanità Integrativa

Lesioni muscolari

Cosa sono le lesioni muscolari?

Per lesione muscolare si intende un'interruzione della normale struttura del muscolo. Le lesioni muscolari sono tra i più comuni infortuni della traumatologia sportiva sia in ambito professionistico che amatoriale e possono riguardare persone di tutte le fasce d'età.

Come si classificano le lesioni muscolari?

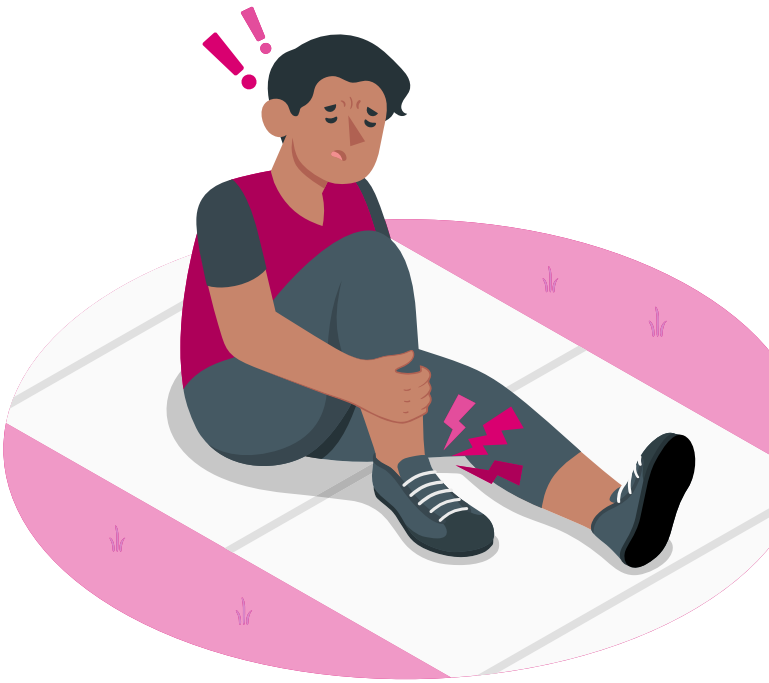
Le lesioni muscolari possono essere classificate in base al meccanismo d' azione che le ha provocate in:
• Lesioni da trauma DIRETTO
• Lesioni da trauma INDIRETTO

DR. FABIO PIERGALLINI
Fisioterapista



Nelle lesioni da trauma diretto interviene una forza esterna che provoca un trauma direttamente sul tessuto muscolare (una contusione). Sono tipiche degli sport da contatto come rugby e calcio
Nelle lesioni da trauma indiretto la lesione non è generata da alcuna forza traumatica esterna. L'infortunio avviene senza contatto ed è causato da un'anomala contrazione muscolare, il più delle volte in allungamento (ad esempio un'accelerazione nella corsa). Le lesioni da trauma indiretto sono frequenti sia negli sport da contatto che in quelli individuali come atletica e tennis.

Inoltre le lesioni muscolari vengono classificate in base alle dimensioni della lesione in:
• Stiramento-grado 0 (eccessivo allungamento delle fibre muscolari senza evidente rottura)
• Lesione di I° grado (danno muscolare che interessa meno del 10% della sezione del muscolo)
• Lesione di II° grado (danno che interessa fino al 50% della sezione del muscolo)
• Lesione di III° grado (rottura di un' ampia porzione del ventre muscolare, danno che interessa più del 50% della sezione muscolare)



Lesioni muscolari

Quali sono i sintomi e i segni clinici?

Una lesione muscolare provoca un dolore acuto nella zona interessata che non permette di continuare l'attività sportiva. In relazione alla localizzazione ed al grado di lesione, al dolore si possono accompagnare edema, impotenza funzionale, perdita di forza, rigidità muscolare ed ecchimosi.

Come viene fatta la diagnosi?

La diagnosi viene effettuata attraverso visita specialistica dal medico ortopedico o dal medico dello sport, i quali successivamente si possono avvalere di esami strumentali come l'ecografia e la risonanza magnetica (RM) per confermare l'entità del danno. E' consigliabile ripetere gli esami strumentali anche durante il percorso terapeutico del caso, al fine di valutare la corretta evoluzione del processo riparativo del tessuto lesionato.

Quale sarà il trattamento terapeutico?

La prima fase del trattamento ha come obiettivo la riduzione dell' infiammazione e del dolore.
Il medico specialista potrà prescrivere un trattamento farmacologico antinfiammatorio o antiedemigeno che aiuterà il ridursi/a ridurre dell'infiammazione e dell'edema.
Verranno effettuati, su prescrizione medica, dal fisioterapista dei trattamenti di terapia fisica strumentale con Tecarterapia, Laserterapia ed Ultrasuoni.
Superata la fase acuta dei primi giorni sarà inserito un programma di idrokinesiterapia, in grado di migliorare la vascolarizzazione dei tessuti.
L' idrokinesiterapia, inoltre, risulta essere molto importante per la riattivazione muscolare;
quest'ultima permetterà il corretto orientamento del nuovo tessuto cicatriziale, evitando la formazione di fibrosi.
Quest'ultimo aspetto consente di ridurre il rischio di andare in contro a recidive.
Successivamente la persona infortunata seguirà un programma di esercizio terapeutico in palestra con l'obiettivo di recuperare la forza muscolare. Gli esercizi verranno proposti in maniera graduale e progressiva. Si inizierà da un lavoro muscolare isometrico, per poi passare ad un lavoro concentrico e infine ad un lavoro eccentrico. Saranno parte della riabilitazione esercizi propriocettivi ed esercizi di ricondizionamento aerobico al fine di riportare il soggetto infortunato ad una condizione ottimale che gli permetterà di tornare alla propria attività.



POLIAMB

FISIORADI MEDICAL CENTER, È UN CENTRO POLISPECIALISTICO
CHE COINVOLGE ALCUNI TRA I MIGLIORI MEDICI E CONSULENTI DEL CENTRO ITALIA.



AGOPUNTURA

Dr.ssa AGNESE FIORELLI
Medico Chirurgo
Specialista in Agopuntura

CARDIOLOGIA

Dr.ssa SIMONA BOARIN
Medico Chirurgo
Specialista in Cardiologia
ECG - Ecocardio - Ecodoppler

Dr. ANGELO SQUERI
Medico Chirurgo
Specialista in Cardiologia
ECG - Ecocardio - Ecodoppler
Responsabile U.O. di Cardiologia Maria Cecilia Hospital

Dr. GINO DURONIO
Medico Chirurgo
Specialista in Cardiologia
ECG - Ecocardio - Ecodoppler

CHIRURGIA GENERALE

Dr. FILIPPO PIERANGELI
Medico Chirurgo
Specialista in Chirurgia Generale
Addominale e Proctologica
Specialista in Chirurgia Bariatrica

CHIRURGIA VASCOLARE

Dr. GIULIO BOSCARINO
Medico Chirurgo
Specialista in Chirurgia Vascolare
Esperto in Chirurgia Bariatrica (SICOB)
Esperto in Medicina e Chirurgia Estetica

DERMATOLOGIA

Dr. MASSIMO MORRI
Medico Chirurgo
Specialista in Dermatologia
e Venereologia

DIAGNOSTICA

Dr. FABRIZIO BALZI
Medico Chirurgo
Specialista in Radiodiagnostica

Dr. GIOVANNI CONSALVO TRAINA
Medico Chirurgo
Specialista in Radiologia
Esperto in Radiologia Senologica

Dr. ROBERTO ESPOSITO
Medico Chirurgo
Specialista in Radiodiagnostica
Neuroradiologo

Prof. CARLO MASCIOCCHI
Medico Chirurgo
Specialista in Radiodiagnostica

DIETISTA-NUTRIZIONISTA

Dr. ANDREA BUCCARINI
Biologo Nutrizionista
Nutrizionista Clinico
Esperto in Nutrizione Sportiva

EMATOLOGIA

Dr. MARINO BRUNORI
Medico Chirurgo
Specialista in Ematologia

ENDOCRINOLOGIA

Dr.ssa LUCIA MINGOLLA
Medico Chirurgo PhD
Specialista in Endocrinologia
Diabetologia e Malattie del Metabolismo

FISIATRIA

Dr. PAOLO LAZZARI
Medico Chirurgo
Specialista Fisiatra

GASTROENTEROLOGIA

Dr.ssa MARIA EUGENIA MINARDI
Medico Chirurgo
Specialista in Gastroenterologia ed
Endoscopia Digestiva

GINECOLOGIA

Dr. PAOLO PERRELLA
Medico Chirurgo
Specialista in Ginecologia
Specialista in Fisiopatologia della
Riproduzione

MAXILLO-FACCIALE

Dr. MATTEO CASADEI
Medico Chirurgo
Specialista in Chirurgia Maxillo-Facciale
Medicina e Chirurgia Estetica

MEDICINA DELLO SPORT

Dr. VITTORIO GEMMELLARO
Medico Chirurgo
Specialista in Medicina dello Sport

MEDICINA LEGALE

Dr. LUCA ARCANGELI
Medico Chirurgo
Specialista in Medicina Legale

NEUROCHIRURGIA

Dr.ssa ILARIA BARNI
Medico Chirurgo
Specialista in Neurochirurgia
Specialista Ossigeno Ozono Terapia

Dr. IGNAZIO BORGHESI
Medico Chirurgo
Specialista in Neurochirurgia
Responsabile U.O. di Neurochirurgia
Maria Cecilia Hospital

Dr. MASSIMILIANO PULIDORI
Medico Chirurgo
Specialista in Neurochirurgia
Specialista in Chirurgia Vertebrale
Specialista in Ossigeno Ozono Terapia

NEUROLOGIA

Dr. MAURIZIO FRONZONI
Medico Chirurgo
Specialista in Neurologia

Dr. GUIDO NICOLA PROLOGO
Medico Chirurgo
Specialista in Neurologia Elettromiografia



ULATORIO

UN SERVIZIO DI VISITE ORGANIZZATO
SU APPUNTAMENTO
CHE SI DISTINGUE PER COSTANZA E PUNTUALITÀ.

OCULISTICA

Dr. LUCA BRANDI
Medico Chirurgo
Specialista in Oculistica ed Oftalmologia

Dr.ssa VERONICA FORLANI
Medico Chirurgo
Specialista in Oculistica ed Oftalmologia

Dr. DAVIDE MONTEDURO
Medico Chirurgo
Specialista in Oculistica ed Oftalmologia

Dr. ANDREA RODEZNO
Medico Chirurgo
Specialista in Oculistica ed Oftalmologia
Diregente Medico Ospedale degli Infermi (RN)

ORTOTTICA

Dr. MARCO UMBERTI
Ortottista Assistente Oftalmologico

ONCOLOGIA

Dr. SEBASTIANO CALPONA
Medico Chirurgo
Specialista in Oncologia
Referente Percorso Salute dell'Osso
IRST-IRCCS "Dino Amadori"
Referente dei Tumori Testa e Collo

OTORINOLARINGOIATRIA

Dr. GIOVANNI D'AGOSTINO
Medico Chirurgo
Specialista in Otorinolaringoiatria
Specialistica in Chirurgia Cervico-Facciale

ORTOPEDIA PEDIATRICA

Dr.ssa GIADA SALVATORI
Medico Chirurgo
Specialista in Ortopedia e Traumatologia
Specialista in Ortopedia Pediatrica

ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA

Dr. MARCO CORZANI
Medico Chirurgo
Specialista in Ortopedia e Traumatologia
Specialista in Chirurgia del Ginocchio,
Piede e Caviglia

Dr. MARCO FRAVISINI
Medico Chirurgo
Specialista in Ortopedia e Traumatologia
Specialista in Chirurgia del Ginocchio
Traumatologia dello Sport

Dr. RICCARDO LUCHETTI
Medico Chirurgo
Specialista in Ortopedia
Specialista in Chirurgia della Mano

Dr. ANTONIO PADOLINO
Medico Chirurgo
Specialista in Ortopedia e Traumatologia
Specialista Spalla e Gomito

Dr. PAOLO PALADINI
Medico Chirurgo - Specialista in
Ortopedia e Traumatologia
Direttore Unità Operativa di Chirurgia
Ortopedica della Spalla Romagna
Ospedale Cervesi di Cattolica

Dr. PAOLO RAZZABONI
Medico Chirurgo
Specialista in Ortopedia e Traumatologia
Chirurgia Mininvasiva Protesica di Anca
Traumatologia dello Sport

Dr. GIUSEPPE SIRCANA
Medico Chirurgo
Specialista in Ortopedia e
Traumatologia
Specialista Spalla e Gomito

PODOLOGIA

Dr. PAOLO BRUNETTI
Podologo

PSICOLOGIA

Dr.ssa MICAELA UCCHIELLI
Psicologa e Psicoterapeuta

REUMATOLOGIA

Dr. FERDINANDO SILVERI
Medico Chirurgo
Specialista in Reumatologia

TERAPIA DEL DOLORE

Dr. ALESSANDRO INGARDIA
Medico Chirurgo
Specialista in Anestesia e Rianimazione
Specialista in Terapia Antalgica
Terapia del Dolore

Dr. VALERIO SCIASCIA
Medico Chirurgo
Specialista in Anestesia e Rianimazione
Specialista in Terapia Antalgica
Terapia del Dolore

UROLOGIA ED ANDROLOGIA

Dr. GAETANO GALLO
Medico Chirurgo
Specialista in Urologia ed Andrologia
Specialista in Chirurgia Robotica
e Laser Mininvasiva

ALTRE SPECIALIZZAZIONI

Dr. FEDERICO DALL'OLIO
Tecnico Ortopedico
Esame Baropodometrico
Esame Baropodometrico del Gesto
Sportivo

Dr. FEDERICO SCOTTI
Laureato in Scienze Motorie
Preparatore Atletico Ciclismo

ALESSANDRO MARIANO
Biomeccanico
Valutazione Biomeccanica del Ciclista

ZICO PIERI
Mental Coach

DICONO DI NOI...

FISIORADI
MEDICAL CENTER



Cortesia ed efficienza sono i tratti distintivi di questo centro polispecialistico. Ho portato mio figlio di 7 anni per un problema al braccio e lo hanno messo a suo agio dal primo momento. Un grazie enorme a tutto lo staff. Lo raccomando senza dubbio. Elena

Elena Gennari

1.

Mi ci sono trovato benissimo.
Andrea poi simpatico e molto bravo.
Ragazze alla reception fantastiche sempre disponibili per risolverti i problemi.
Tornato anche quest'anno. Un'anno dopo la prima recensione.
Stavolta palestra.
Giovanni e Stefano. Il Top
E reception sempre fantastica.
Ps Non dimentichiamoci di Francesco. Grandi

Tommaso Vagnini





2.

Ottimo centro riabilitativo!
Sono circa 2 mesi che sto facendo riabilitazione (sia kinesiterapia che idrokinesi) a seguito di una ricostruzione del crociato e mi sto trovando veramente bene!
Le ragazze al desk sono sempre disponibili, Francesco è molto professionale e preparato, ma in generale tutto lo staff è molto preciso!
Inoltre la struttura è nuova, completa anche di piscina, moderna.
Infine, sottolineo che è possibile anche utilizzare l'assicurazione Unisalute!!

Francesco Guarino

3.

Dopo una frattura poliframmentata tibiale e malleolare Sono stato seguito dalla clinica dal momento della rimozione del gesso fino a terminare il percorso e mi sono trovato molto bene, il personale gentile e disponibile, una clinica professionale e di qualità che risponde a tutte le esigenze, la consiglio vivamente a tutti!

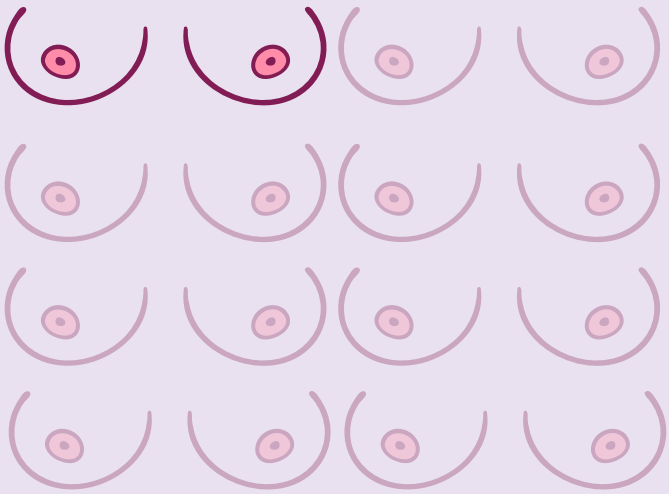
Luca Bedini

L’importanza dello screening al seno

Dai dati del Ministero della Salute I numeri del cancro in Italia 2022 confermano che il tumore della mammella è la neoplasia più frequente nelle donne.

Per l’anno 2022, 55.700 nuove diagnosi di tumore mammario nelle donne, con un incremento dello 0,5% rispetto al 2020.

Nel 2018 erano stati stimati circa 52.300 nuovi casi di tumore della mammella.



1 donna su 8 nel corso della propria vita va incontro a tumore mammario

La sopravvivenza a 5 anni è pari all’88% e supera il 90% quando la malattia è individuata negli stadi iniziali:
- maggiore diffusione dei programmi di screening

- maggiore efficacia delle nuove terapie

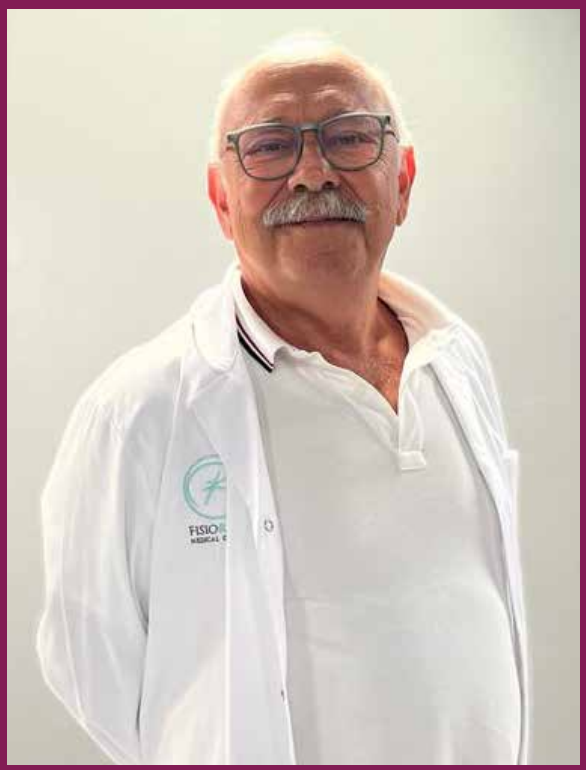


Ecco perchè è importante la diagnosi precoce

Screening mammografico

Programmato Servizio Sanitario Nazionale:
1 mammografia con cadenza biennale dai 50 ai 69 anni

Volontario: mammografia ed ecografia con cadenza annuale dai 38 anni



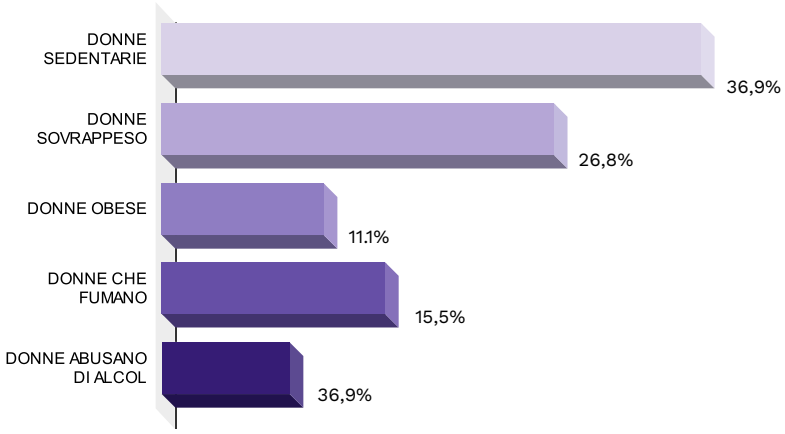
DR. GIOVANNI CONSALVO TRAINA
Medico Chirurgo
Specialista in Radiologia
Esperto in Radiologia Senologica

Negli ultimi 30 anni sono quasi raddoppiati i casi di tumore al seno nelle giovani donne.

- Fumo
- peso in eccesso
- mutazioni genetiche
sono i principali fattori di rischio che hanno fatto lievitare i numeri.

Gli stili di vita sani possono ridurre del 27% i rischi di sviluppare il tumore del seno.

In Italia, però...





Questi comportamenti aumentano la probabilità di sviluppare non solo il carcinoma mammario, ma anche altre neoplasie e gravi malattie, come quelle cardiovascolari, metaboliche e neurodegenerative.

Inoltre, la frequenza degli stili di vita scorretti incrementa con l'avanzare dell'età, proprio quando il rischio di sviluppare il cancro del seno è più alto anche per i cambiamenti ormonali legati alla menopausa.

SEDENTARIETÀ AUMENTA



CONSUMO DI ALCOL A RISCHIO PER LA SALUTE AUMENTA



SOVRAPPESO PASSA



Si consiglia:

l'abolizione del fumo, la sensibile dell'assunzione di alcool, una costante attività fisica atta al raggiungimento del peso forma, la riduzione dell'assunzione di cibi proteici , la dieta a base di legumi, frutta , verdure, pesce e carni bianche.
L'inizio dei controlli ecografici del seno dai 30 anni
Un esame mammografico ed ecografico con cadenza annuale dai 38 anni .

FISIOTERAPIA E PAVIMENTO PELVICO

Che cos'è il pavimento pelvico?

Il pavimento pelvico è l'insieme di muscoli situato a livello del bacino, la cui posizione e conformazione ricorda, come suggerito dal nome stesso, quella di un "pavimento" o "amaca" con funzione di sostegno dei visceri.
Questa struttura, seppur con alcune differenze anatomiche, è presente sia nell'uomo che nella donna e svolge importanti funzioni, come la gestione di minzione e defecazione, la funzione sessuale, la gravidanza e il parto.



Come è strutturato e come funziona il pavimento pelvico?

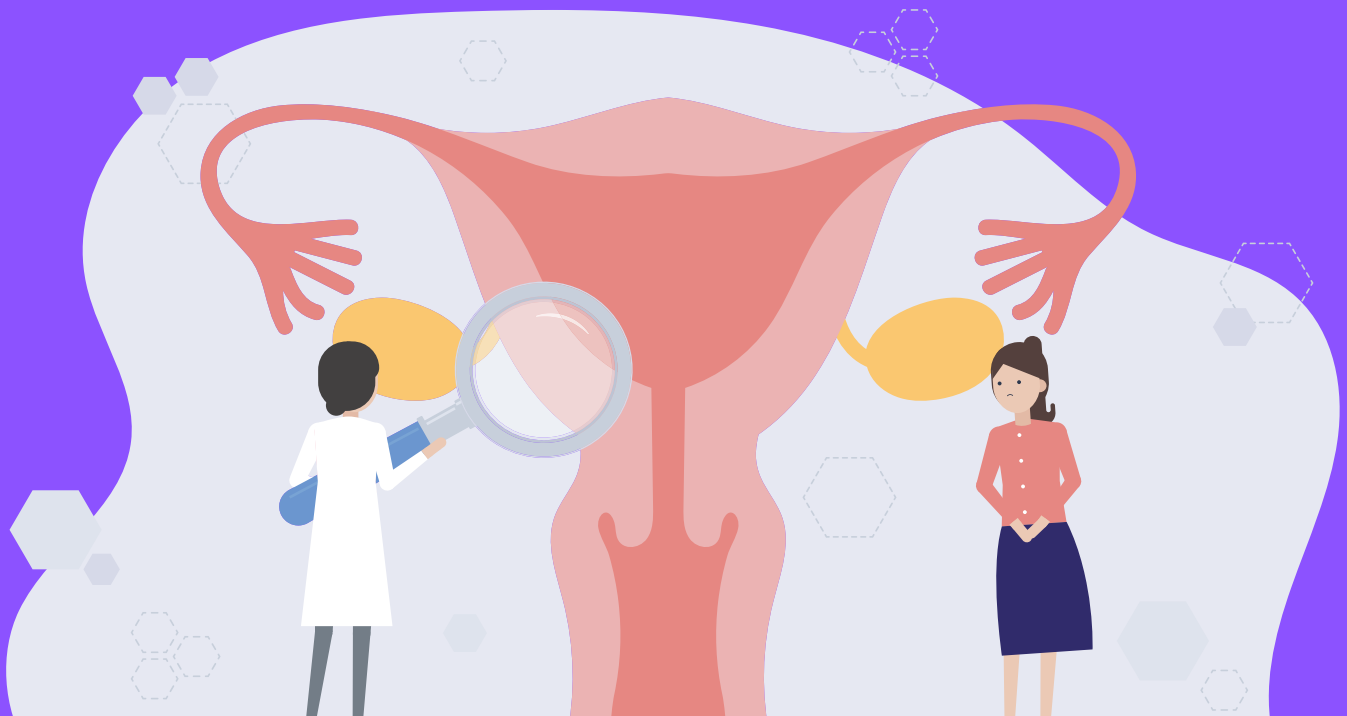
Il pavimento pelvico è composto da una serie di muscoli suddivisi in tre differenti strati in base alla profondità:

- diaframma pelvico
- diaframma uro-genitale
- strato superficiale degli sfinteri

Tali muscoli hanno la capacità di mantenersi attivi in maniera prolungata e costante nel tempo, senza andare incontro ad eccessivo affaticamento, ed è proprio grazie a questa caratteristica che la principale funzione del pavimento pelvico è quella di sostegno degli organi e delle strutture relative alla zona addominale.

Cosa succede in presenza di problematiche di tali muscoli?

In alcuni casi il pavimento pelvico può andare incontro a problematiche di diversa natura, le quali comportano significative limitazioni nello svolgimento delle attività di vita quotidiana dell'individuo, implicando di conseguenza anche una importante riduzione della qualità di vita stessa.



Quali sono le principali problematiche che si possono riscontrare in presenza di un' alterata funzione del pavimento pelvico?

Le principali problematiche sono:
- incontinenza
- cistite ricorrente
- stitichezza
- dolore pelvico persistente
- prolassi
- secchezza vaginale

Perché la fisioterapia è importante?

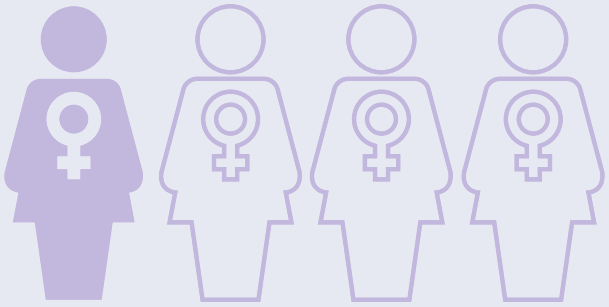
La fisioterapia risulta essere un elemento fondamentale nella gestione di tali problematiche, in quanto ha come obbiettivo primario quello di restituire alla persona il massimo stato di benessere psico-fisico.
Infatti la fisioterapia non si occupa unicamente di Riabilitare la persona, riportandola quindi allo stato di benessere precedentemente perso, ma agisce anche e soprattutto in ambito di prevenzione; alcuni esempi a riguardo sono:
- Il ruolo essenziale della fisioterapia prima e dopo la gravidanza, periodo nel quale la riabilitazione ha l'obbiettivo di facilitare l'espulsione del neonato durante il parto e prevenire/attenuare possibili problematiche correlate alla gravidanza, come l'incontinenza.
- Evitare l'insorgenza o il peggioramento di prolassi (discesa di organi pelvici quali vescica, retto e utero) in persone praticanti sport ad alto impatto e con un notevole aumento di pressione addominale durante lo svolgimento del gesto sportivo.
- Prevenire/ ridurre la presenza di eccessiva secchezza e atrofia in concomitanza o dopo l'insorgenza della menopausa.
- Prevenire/ controllare l'insorgenza di incontinenza da sforzo, da urgenza o mista, in seguito ad interventi chirurgici riguardati la zona genitale, come ad esempio l' intervento di prostatectomia.



DR.SSA CHIARA EUSEBI
Fisioterapista

Quante donne soffrono di problematiche legate al pavimento pelvico nel mondo e in Italia?

Secondo la pubblicazione scientifica "Pelvic floor dysfunction: prevalence and associated factors", i disturbi del pavimento pelvico rappresentano un aspetto importante dell'assistenza sanitaria globale, con circa 28 milioni di donne affette da queste patologie in tutto il mondo. Di queste, quasi 1 donna su 4 soffre di disturbi del pavimento pelvico (Wu et al. , 2014) e quasi 1 donna su 7 soffre di dolore pelvico cronico (Mathias et al. , 1996). Risulta quindi fondamentale riporre la giusta attenzione nel monitorare la salute del proprio pavimento pelvico tramite apposite visite ed accertamenti.



SCOPRI I VANTAGGI DI UN'ASSICURAZIONE INTEGRATIVA.

SEI IN POSSESSO DI UN FONDO INTEGRATIVO SANITARIO O DI UNA POLIZZA MALATTIA E INFORTUNI DI UNISALUTE?

PRESSO IL NOSTRO CENTRO PUOI USUFRUIRE DI VARI SERVIZI:

- **VISITE MEDICHE SPECIALISTICHE**
- **FISIOTERAPIA E RIABILITAZIONE**
- **ESAMI DIAGNOSTICI COME:**
- **RISONANZA MAGNETICA AD ALTO CAMPO,**
- **TAC AD ALTA RISOLUZIONE,**
- **RADIOGRAFIE,**
- **MAMMOGRAFIA,**
- **MOC PER DENSITOMETRIA OSSEA,**
- **ECOGRAFIA,**
- **ECODOPPLER,**
- **ECOCARDIO,**
- **HOLTER CARDIACO E PRESSORIO.**

PER INFORMAZIONI E CHIARIMENTI CHIAMACI! SAREMO LIETI DI OFFRIRTI IL SUPPORTO DI CUI HAI BISOGNO!
TI ASPETTIAMO!



LAURA MANCINI
Marketing

Allianz

I NOSTRI SERVIZI



CENTRO DI RIABILITAZIONE

FISOTERAPIA E RIABILITAZIONE
LINFODRENAGGIO
DRENAGGIO LINFATICO MANUALE
FISIOPALESTRA
IDROCHINESITERAPIA
OSTEOPATIA
PRESSOTERAPIA
ULTRASUONI
IONOFORESI
TENS
TOTAL LEG
BENDAGGIO FUNZIONALE E KINESIOTAPING
MOBILIZZAZIONE ARTICOLARE
CHINESITERAPIA PASSIVA E ATTIVA
MASSOTERAPIA
ONDE D'URTO
ONDE D'URTO UROLOGICHE
ACUSCOPE
VIBRA 3.0
LASER TERAPIA
TECATERAPIA
RIABILITAZIONE PROPRIOCETTIVA
NEURODINAMICA
CRIOTERAPIA
RPG
GINNASTICA POSTURALE
RIABILITAZIONE PAVIMENTO PELVICO
RIABILITAZIONE RESPIRATORIA
MANUTECH

FISIOESTETICA
CAVITAZIONE
RADIOFREQUENZA CORPO E VISO
MANUTECH
LINFODRENAGGIO
PRESSOTERAPIA



POLIAMBULATORIO

VISITE SPECIALISTICHE
ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
ORTOPEDIA PEDIATRICA
NEUROCHIRURGIA
FISIATRIA
NEUROLOGIA
REUMATOLOGIA
TERAPIA DEL DOLORE
MEDICINA DELLO SPORT
CHIRURGIA GENERALE
CARDIOLOGIA
CHIRURGIA VASCOLARE
ENDOCRINOLOGIA
UROLOGIA E ANDROLOGIA
GINECOLOGIA
EMATOLOGIA
MEDICINA E CHIRURGIA ESTETICA
MAXILLO FACCIALE
DERMATOLOGIA
AGOPUNTURA
DIETISTA-NUTRIZIONISTA
GASTROENTEROLOGIA
OTORINOLARINGOIATRIA
OCULISTICA
PSICOLOGIA
ONCOLOGIA
PODOLOGIA
MEDICINA LEGALE

SERVIZIO INFERMIERISTICO
ASSISTENZA CHIRURGICA GENERALE
ELETTROCARDIOGRAMMA
HOLTER CARDIACO 24H/7 GIORNI
HOLTER PRESSORIO 24H
MEDICAZIONE SEMPLICE
MEDICAZIONE COMPLESSA
RIMOZIONE GESSO
RIMOZIONE PUNTI
TERAPIA INTRAMUSCOLARE
FLEBOCLISI
PRELIEVI DEL SANGUE SU PRENOTAZIONE

ALTRE SPECIALIZZAZIONI
BIOMECCANICA DEL CICLISTA
MENTAL COACH
VALUTAZIONE E PREPARAZIONE ATLETICA DEL CICLISTA
VALUTAZIONE BAROPODOMETRICA IN STATICA E DINAMICA
PLANTARI PERSONALIZZATI
TUTORI TERMOPLASTICI PERSONALIZZATI



DIAGNOSTICA

DIAGNOSTICA
RISONANZA MAGNETICA (ALTO CAMPO 1,5T)
RISONANZA MAGNETICA CON MEZZO DI CONTRASTO (ALTO CAMPO 1,5T)
TAC
TAC CON MEZZO DI CONTRASTO
RX - RADIOLOGIA TRADIZIONALE
MOC - DENSINOMETRIA OSSEA
MAMMOGRAFIA 3D
ELETTROMIOGRAFIA

ECOGRAFIA
ADDOME COMPLETO SUPERIORE E INFERIORE
CAPO E COLLO
GROSSI VASI ADDOMINALI
MUSCOLOSCHELETRICA
OSTEOARTICOLARE

ECOCOLORDOPPLER
CAROTIDEO – TRONCHI SOVRAORTICI
ARTI INFERIORI VENOSO – ARTERIOSO
ARTI SUPERIORI VENOSO – ARTERIOSO
ECOGRAFIA CARDIACA (ECOCARDIOGRAFIA)

I NOSTRI SERVIZI

FISIORADI
MEDICAL CENTER



CENTRO DI
RIABILITAZIONE



POLIAMBULATORIO



DIAGNOSTICA



SCIENZA E SALUTE
DEL CICLISTA



SPALLA TOP
THERAPY



MANO TOP
THERAPY



CERVICALE E
MAL DI SCHIENA



CENTRO
ARTROSI

CENTRO
OSTEOPOROSI



TRAUMATOLOGY
SERVICE

0721.33958 Via Lambro, 15 www.fisioradi.it segreteria@fisioradi.it follow us