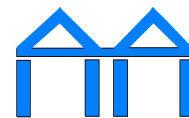


Come accedere:
tramite appuntamento
telefonando al numero
366.3219652



FONDAZIONE
DON STEFANO PALLA
ETS

Presso la Fondazione Don Palla
di Piazza Brembana è operativo il servizio di

AMBULATORIO MASSOTERAPIA

a cura di Ravasi Gabriele



Fondazione Don Stefano Palla ETS
Via Monte Sole, 2 - 24014 Piazza Brembana - Tel. 0345-82434
www.donpalla.org

Presentazione servizio

La massoterapia è un insieme di tecniche manuali che mirano a migliorare il benessere fisico e mentale attraverso la manipolazione dei tessuti molli del corpo, come muscoli, tendini e legamenti.

Questa disciplina si basa sull'uso di movimenti specifici delle mani del terapeuta per alleviare tensioni muscolari, migliorare la circolazione sanguigna, stimolare il sistema linfatico e favorire il rilassamento psicofisico.

Le tecniche utilizzate variano in base agli obiettivi del trattamento, rendendo la massoterapia estremamente versatile e adatta a diverse esigenze.

Le tecniche di massoterapia più comuni si distinguono per i loro effetti specifici sul corpo. Ogni tecnica viene scelta in base alle necessità individuali del paziente, garantendo un approccio personalizzato per migliorare il benessere e la funzionalità del corpo.



Tipologie di massaggio in massoterapia

Massaggio decontratturante

Indicato per sciogliere contratture muscolari causate da sforzi intensi o posture scorrette, il massaggio decontratturante utilizza pressioni profonde per rilassare la muscolatura e alleviare il dolore. E' particolarmente efficace per chi soffre di tensioni croniche e rigidità muscolare.

Massaggio linfodrenante

Questa tipologia di massaggio si concentra sul miglioramento della circolazione linfatica, aiutando a eliminare le tossine e ridurre il gonfiore. Ideale per chi soffre di ritenzione idrica o per accelerare il recupero post operatorio.

Massoterapia sportiva

Particolarmente utile per atleti e sportivi, il massaggio sportivo mira a preparare i muscoli allo sforzo fisico, prevenendo infortuni e migliorando le performance. E' utilizzata sia prima che dopo l'attività fisica per ridurre l'affaticamento muscolare e favorire il recupero.

Manipolazione fasciale

Questa tecnica lavora sul tessuto connettivo che avvolge i muscoli e organi, per migliorare la mobilità e riducendo tensioni profonde. Attraverso pressioni mirate e movimenti lenti, il massaggio fasciale aiuta a ripristinare l'equilibrio muscolare e articolare, riducendo rigidità e dolore cronico. E' particolarmente indicata per chi soffre di problemi posturali, dolori miofasciali e limitazioni nei movimenti.

Massoterapia del benessere

Incentrata sul rilassamento psicofisico, questa tecnica è ideale per chi desidera alleviare lo stress e migliorare il benessere generale.

Movimenti lenti e armoniosi favoriscono il rilassamento profondo, rendendola perfetta per chi cerca un momento di pausa dallo stress quotidiano.

Quanto costa?

Tipo di trattamento

	Costo
• Decontratturante cervicale	€ 30
• Decontratturante schiena + cervicale	€ 40
• Decontratturante arti inferiori	€ 40
• Rilassante corpo intero	€ 60
• Linfodrenaggio arti inferiori	€ 45
• Linfodrenaggio arti superiori	€ 40
• Linfodrenaggio addome	€ 40
• Massaggio sportivo arti inferiori	€ 40
• Massaggio sportivo schiena + cervicale + braccia	€ 50
• Pressoterapia addome + gambe + massaggio	€ 60