

La Casa di Cura Bonvicini, sita a Bolzano in via Pacher 12, sorta più di 50 anni fa come struttura a valenza chirurgica, dai primi anni 80 si occupa di ricoveri di riabilitazione. Da quegli anni la struttura ha sviluppato spazi e attrezzature adeguate allo scopo di affinare tali prerogative. E ha sempre mantenuto aggiornate le attrezzature e gli elettromedicali, in linea con quanto di più innovativo il mercato e la scienza propongono. Nel contempo ha organizzato ed organizza corsi di aggiornamento specifici nel campo della riabilitazione all'interno della struttura e stimola i collaboratori ad approfondire studi ed esperienze all'esterno. Attualmente sono presenti e rappresentate qui tutte le figure del pianeta riabilitativo: fisioterapisti con vari indirizzi, logopedisti, ergoterapisti, psicologa, fisiatra. A queste figure si affiancano altri professionisti la cui consulenza può essere utile in questo ambito: per esempio il cardiologo per le riabilitazioni cardiologiche e eventualmente per le idoneità ai vari corsi e pneumologo per le riabilitazioni respiratorie. La presenza poi di un ambulatorio radiologico con radiologia tradizionale, ecografia e risonanza magnetica completa adeguatamente l'offerta.

Ed è grazie all'esperienza maturata negli anni trattando pazienti ricoverati in Casa di Cura per vari tipi di patologie ortopediche, neurologiche e postumi di vari tipi di interventi chirurgici e traumi che i professionisti della riabilitazione operanti alla Bonvicini ha potuto offrire la propria professionalità anche a clienti esterni, proponendo una vasta gamma di terapie manuali e di riabilitazione, pacchetti personalizzati e programmi fit-

NON SOLO RIABILITAZIONE

Nuovi servizi di fisioterapia e fitness alla Casa di Cura Bonvicini



Il team dei fisioterapisti della Casa di Cura Bonvicini

ness sia in palestra sia in piscina.

Il team che segue i clienti in clinica è composto da quattro fisioterapisti laureati, abilitati e specializzati, giovani ma già con esperienze importanti alle spalle. Eccoli.

Stephan Dal Ri è responsabile team riabilitativo privato. Da sette anni lavora alla Casa di Cura

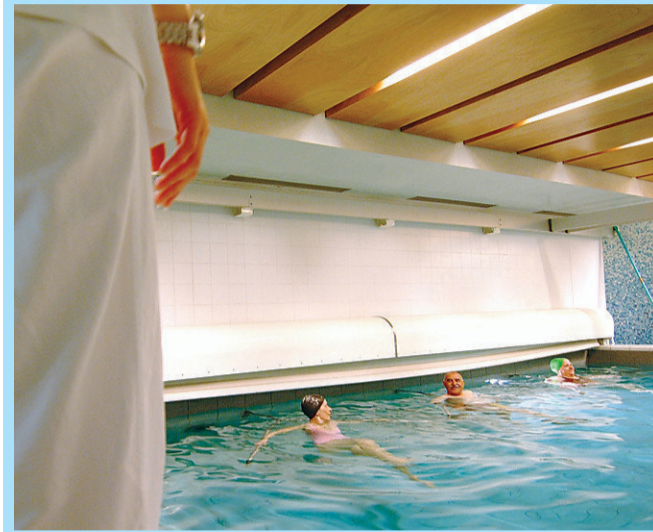
soprattutto in ambito ortopedico, ha esperienza come fisioterapista della squadra di pallavolo "Neruda volley" fino alla serie A2 per 4 anni ed è l'ideatore dei nuovi pacchetti di prevenzione e riabilitazione proposti adesso alla Bonvicini nonché dei nuovi corsi che cominceranno a marzo. Principali tecniche di trattamento sono la terapia manuale

osteopatica e la manipolazione fasciale.

Michela Beni è invece l'ultima arrivata nel team, ma può già vantare una grande conoscenza dell'ambito sportivo soprattutto per quanto riguarda gli sport acquatici. Ha il brevetto di assistente bagnante ed è ex agonista nuotatrice con impegni in gare nazionali ed internazionali. Collabora come fisioterapista con squadre locali e non di nuoto.

C'è poi Francesco Pol, solido riferimento in Casa di cura da 4 anni. È il fisioterapista della squadra di football americano "Giants" di Bolzano, grande amante del sollevamento pesi e del fitness. Si è specializzato nella cura e correzione della postura tramite numerosi corsi di formazione. Ultimo, ma non ultimo - come si dice in questi casi - Gianluca Zanella. Infatti è il più "anziano" per quanto riguarda l'esperienza in struttura, con una attività decennale nell'ambiente riabilitativo. Si occupa dei pazienti privati da 8 anni. Esperto in terapia manuale, in particolare della colonna vertebrale, ha conseguito una specializzazione in tal senso frequentando un corso tenuto da docenti di fama internazionale in Australia, dove è rimasto per 6 mesi. È stato il fisioterapista della squadra di calcio femminile CF Südtirol per 2 anni.

C'è anche la piscina terapeutica per una ginnastica mirata



La piscina calda è una delle tante strutture a disposizione alla Bonvicini

La Casa di Cura può contare al suo interno su una piscina terapeutica e riabilitativa, dotata di mancorrenti e piccoli attrezzi per il galleggiamento. Grazie alla temperatura calda mantenuta intorno ai 30 - 31 gradi che ha un impatto benefico nei disturbi articolari come artrosi, artriti o lombalgie, viene favori-

to il recupero del tono e della flessibilità muscolare, della mobilità articolare e dell'equilibrio. In acqua si fanno corsi di Acquagym per rinforzare, tonificare, dimagrire e prevenire infortuni, e l'Idrokinesiterapia, una ginnastica riabilitativa raccomandata in seguito a traumi e interventi chirurgici.

LE PROPOSTE DELLA CASA DI CURA

L'attività fisica per restare in forma

Pacchetti di esercizi studiati su misura per prevenire gli acciacchi

Chi ha detto che alla fisioterapia si debba ricorrere solo quando "obbligati" dalla necessità di un recupero fisico in seguito a qualche incidente o a qualche intervento chirurgico particolarmente debilitante? Un mirato intervento fisioterapico, al contrario, può essere molto utile anche per mantenersi in forma, prevenire piccoli e grandi fastidi, "allontanare" il più possibile gli acciacchi muscolari che possono presentarsi con l'avanzare dell'età.

Lo staff della Casa di Cura Bonvicini propone ad esempio attività fisica controllata in palestra in gruppi di 5-6 persone, con programmi personalizzati

a seconda delle necessità dei singoli. Si possono quindi sostenere delle sedute di "Rinforzo, equilibrio e propriocezione", un crossfit adatto a migliorare la forma fisica, la resistenza delle articolazioni in condizioni instabili e il tono muscolare, consigliato a persone di età compresa tra i 20 e i 55 anni; oppure di "Global training", una ginnastica ad alta intensità che interessa tutti i grandi gruppi muscolari tramite l'utilizzo di pesistica leggera, con un occhio di riguardo alla corretta postura.

E ancora viene proposto un corso di ginnastica per la terza età, dedicato agli Over 65 in cui attraverso una ginnastica

funzionale di mantenimento muscolare si va ad ottenere un miglioramento posturale volto a prevenire e contenere i principali problemi legati all'età. Infine c'è il corso di "Backschool", una ginnastica posturale di prevenzione, allungamento muscolare, miglioramento dei dolori tipici a carico del rachide, con insegnamento delle posture corrette da assumere quotidianamente, adatto a tutte le età.

Il vantaggio di praticare questi tipi di ginnastica alla Casa di Cura Bonvicini è che qui, oltre agli strumenti più moderni a disposizione e strutture adeguate come piscina e palestra, si può contare sulla sinergia



La Casa di Cura Bonvicini propone sedute per tenersi in forma

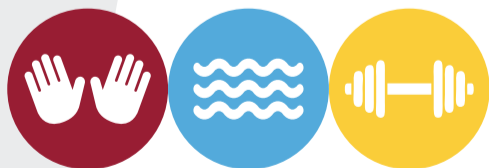
con radiologia per quanto riguarda la diagnostica e con gli ambulatori specialistici per ricevere un parere dal medico fisiatra o ortopedico.

In questo modo terapie e allenamenti sono studiati su misura per il cliente, che potrà

contare su una continua supervisione da parte degli esperti della Casa di Cura. Saranno loro a suggerire i percorsi più idonei per i diversi obiettivi e a consigliare. Per esempio, si tende a sottovalutare l'importanza di un massaggio

dopo lo sforzo di un allenamento. Il massaggio dopo un'intensa attività fisica riduce l'infiammazione e aiuta la muscolatura.

Quindi se l'attività fisica è importante, lo è altrettanto l'aiuto che si dà alla muscolatura dopo l'esercizio. Le azioni meccaniche date da un massaggio post-sforzo decontratturante e rilassante portano a più di un beneficio: promuovono la circolazione sanguigna favorendo la vasodilatazione e quindi il trasporto di ossigeno ai tessuti, smaltiscono le tossine e scorie che il tessuto muscolare accumula durante l'esercizio, velocizzano il fisiologico recupero muscolare. E un recupero più rapido allontana il rischio che la successione frequente dei carichi allenanti possa compromettere gli adattamenti responsabili dell'incremento dello stato di forma.



LA FISIOTERAPIA IN CASA DI CURA BONVICINI

L'esperienza della Casa di Cura Bonvicini inizia nel 1966 e cresce ogni anno al passo con le più moderne terapie di riabilitazione ambulatoriale. Ecco perché oggi siamo fra le prime

strutture per equipe d'avanguardia e impiego di macchinari sofisticati. Dalla piscina alla palestra, ti offriamo tutte le prestazioni necessarie alla tua terapia.

i Per informazioni e prenotazioni: Tel.: 0471 44 27 00 / Email: ambulatori.casadicura@gruppobonvicini.it

i Per informazioni sui trattamenti e sui fisioterapisti: <http://casadicura.gruppobonvicini.it/fisioterapia>

