FB TERAPIA EVOLUTA

Guida ai trattamenti

Cosa aspettarsi, quando evitare e cosa chiedere in visita

Trovi la tecnica proposta nell'indice. Ogni scheda descrive a cosa serve, quali benefici sono realistici e quali sintomi riferire. Le immagini illustrano esempi di seduta e comprendono ricostruzioni grafiche. Il professionista valuta i rischi personali, le alternative e il dispositivo effettivamente utilizzato prima di iniziare.

Indice delle schede

02 Onde d'urto
03 Laser terapeutico
04 Ultrasuoni terapeutici
05 Elettroterapia
06 Tecarterapia e radiofrequenza riabilitativa
07 Ionoforesi
08 Magnetoterapia
09 Crioterapia locale e paraffina
10 LED e terapia fotodinamica
11 Osteopatia e tecniche manuali
12 Chiropratica e manipolazione vertebrale
13 Esercizio terapeutico e ausili
14 Esercizio con BFR
15 Drenaggio linfatico e pressoterapia
16 Biofeedback del pavimento pelvico
17 Elettrostimolazione pelvica
18 Radiofrequenza e HIFEM pelvici
19 Ossigeno locale e acido ialuronico
20 Epilazione con laser o luce pulsata
21 Laser cutanei e fotoringiovanimento
22 Radiofrequenza estetica viso e corpo
23 Criolipolisi
24 Cavitazione a ultrasuoni
25 Stimolazione muscolare HIFEM
26 Carbossiterapia
27 Peeling chimico
28 Biostimolazione e biorivitalizzazione cutanea
29 Valutazione funzionale e strumentale
30 Pronexibus
31 Taping neuromuscolare

Informazioni e disponibilità della sede terapiaevoluta.it/contatti • 375 542 4296

Onde d’urto

Quando si usano, come funzionano e cosa valutare



Un esempio di applicazione delle onde d’urto.

Quando si usano

Le indicazioni sono diverse. Alcuni esempi sono i disturbi persistenti di tendini come quelli del gomito o della spalla e la fascite plantare. Dopo la valutazione, il professionista le spiega se le onde d’urto sono adatte al suo caso, per quale obiettivo e quali alternative ha.

Come funzionano

Il professionista applica un gel e appoggia il manipolo sulla zona da trattare. Il dispositivo trasmette impulsi meccanici ai tessuti. Si avvertono colpi ritmici. Se il fastidio è eccessivo, lo segnali durante la seduta.

Possibili benefici

La seduta si svolge in ambulatorio, senza incisioni.

In alcune condizioni può diminuire il dolore e diventare più facile usare la parte trattata. Il beneficio varia secondo il disturbo e la risposta individuale.

Limiti e rischi

Durante o dopo la seduta possono comparire dolore, rossore, gonfiore o lividi.

Nelle applicazioni su un tendine esiste anche un raro rischio di lesione o rottura. Il rischio dipende dalla zona e dalle condizioni del tessuto.

Quando il trattamento è controindicato

Si evita il trattamento se le onde possono raggiungere un tumore maligno, il feto, un pacemaker o un defibrillatore. Con le onde focali ad alta energia sono controindicazioni anche un grave disturbo della coagulazione o la presenza del polmone nel percorso delle onde.

Segnali prima della seduta se assume anticoagulanti, ha ricevuto infiltrazioni recenti o ha ferite nella zona.

Confronti le alternative. Chieda quale beneficio è realistico nel suo caso e se conviene iniziare o proseguire con esercizi mirati, modifiche delle attività o altre cure.

Dopo la seduta. Se compaiono dolore improvviso intenso o perdita di funzione, si rivolga subito al pronto soccorso.

Fonti cliniche ISMST · Indicazioni e precauzioni / Royal National Orthopaedic Hospital · Onde d’urto radiali

Laser terapeutico

Quando si usa, come funziona e cosa valutare



Esempio di laser terapeutico al ginocchio con protezione oculare.

Quando si usa

In riabilitazione il laser ad alta potenza può essere proposto per alcuni disturbi dolorosi di tendini, muscoli o articolazioni. Dopo la valutazione, il professionista spiega perché lo propone e con quale obiettivo.

Come funziona

Il manipolo dirige sulla zona un fascio di luce, anche invisibile. Si può avvertire calore. Paziente e operatore indossano occhiali protettivi specifici per il laser utilizzato.

Possibili benefici

In alcuni casi può alleviare il dolore e facilitare il movimento durante il percorso riabilitativo.

Il professionista rivaluta sintomi e funzione prima di decidere se proseguire.

Limiti e rischi

I risultati dipendono dalla condizione trattata. Calore eccessivo o arrossamento possono precedere un'ustione.

L'esposizione degli occhi al fascio diretto o riflesso può danneggiare la vista.

Quando il trattamento è controindicato

Il laser ad alta potenza non va diretto sugli occhi né applicato su una zona con tumore noto o sospetto. Gravidanza, fotosensibilità e alcuni farmaci possono escludere la seduta in base al dispositivo e alla terapia in corso.

Prima della seduta, riferisca i farmaci che assume, eventuali malattie oncologiche e tatuaggi o perdita di sensibilità nella zona. Il professionista verifica le controindicazioni del modello utilizzato.

Confronti le alternative. Chieda se esercizio terapeutico, adattamento delle attività o un altro intervento sono indicati nel suo caso.

Durante la seduta. Avvisi subito se avverte bruciore o se gli occhiali protettivi si spostano.

Fonti cliniche BTL · Esempio di manuale HILT, § 1.6 / FDA · Sicurezza laser

Ultrasuoni terapeutici

Quando si usano, come funzionano e cosa valutare



Esempio illustrativo generato con IA: applicazione all'avambraccio.

Quando si usano

In fisioterapia si possono valutare per alcuni disturbi dei tessuti molli, come tendini o muscoli dolenti. La scelta dipende dal problema, dalla fase del recupero e dal movimento che si vuole migliorare.

Come funzionano

Il professionista muove una testina sulla pelle con un gel. La testina trasmette onde sonore ad alta frequenza. In genere si avverte il contatto o il fresco del gel; la seduta non produce immagini diagnostiche.

Possibili benefici

In alcuni casi il trattamento può contribuire a ridurre il dolore e rendere più tollerabile il movimento.

Con il professionista si verifica se il beneficio si traduce in un'attività più facile da svolgere.

Limiti e rischi

Il beneficio varia secondo il disturbo. Per alcune condizioni le prove di efficacia sono limitate.

Un riscaldamento eccessivo può provocare dolore locale o un'ustione, soprattutto se la zona è poco sensibile.

Quando il trattamento è controindicato

Si evita l'applicazione sugli occhi e nelle zone con una trombosi attiva o un tumore noto o sospetto. In gravidanza non si trattano addome, zona lombare o utero con ultrasuoni terapeutici.

Prima della seduta, riferisca problemi di circolazione o difficoltà a percepire caldo e dolore. Questo è importante soprattutto se si prevede di riscaldare i tessuti.

Chieda quali alternative ha. Esercizi graduati e modifiche delle attività possono essere sufficienti o affiancare il trattamento.

Durante la seduta. Se sente bruciore o un dolore profondo e puntiforme, lo dica subito al professionista.

Fonti cliniche South Tees NHS · Ultrasuoni / Physiotherapy Canada · Precauzioni

Elettroterapia

Quando si usa, come funziona e cosa valutare



Esempio illustrativo generato con IA: elettrodi di superficie sulla coscia.

Quando si usa

Comprende più tecniche. Per esempio, il professionista può proporre la TENS per alleviare il dolore o la stimolazione neuromuscolare per aiutare un muscolo a contrarsi durante la riabilitazione.

Come funziona

Gli elettrodi sulla pelle trasmettono impulsi regolati dal professionista. Con la TENS si avverte in genere un formicolio; con la stimolazione muscolare si può vedere o sentire la contrazione.

Possibili benefici

La TENS può offrire sollievo temporaneo dal dolore. La risposta varia da persona a persona.

La stimolazione muscolare può affiancare l'esercizio quando è difficile attivare volontariamente un muscolo.

Limiti e rischi

Sono possibili fastidio, irritazione cutanea e, più raramente, ustioni sotto gli elettrodi.

Alcune correnti possono interferire con dispositivi elettronici impiantati, come pacemaker o defibrillatori.

Quando il trattamento è controindicato

La TENS va evitata in caso di pacemaker o epilessia. In gravidanza serve l'indicazione del medico o dell'ostetrica. Per la stimolazione muscolare si evita il passaggio di corrente attraverso il torace. La ionoforesi è controindicata con una sostanza a cui si è allergici.

Prima della seduta, segnali dispositivi elettronici impiantati, pelle lesionata o sensibilità ridotta nella zona degli elettrodi.

Se le propongono la ionoforesi, chieda quale sostanza verrà applicata e quali reazioni può provocare.

Durante la seduta. Avvisi subito in caso di bruciore, dolore o contrazione troppo intensa.

Fonti cliniche NHS · TENS e dolore / FDA · Stimolazione muscolare

Tecarterapia e radiofrequenza riabilitativa

Fisioterapia strumentale / Informazioni per la visita



Esempio di tecarterapia con il manipolo applicato durante una seduta.

Quando si usa

Per alcuni disturbi muscolari o articolari il professionista può proporla per rendere più tollerabile il movimento. Il motivo va definito in base alla diagnosi e all'obiettivo funzionale.

Come funziona

Un applicatore trasferisce energia a radiofrequenza. L'effetto termico dipende da modalità, zona, intensità e sensibilità della persona.

Possibili benefici

Una riduzione temporanea di dolore o rigidità può facilitare un esercizio o un movimento prima difficile.

Limiti e rischi

La risposta varia; calore eccessivo e contatto inadeguato possono provocare irritazione o ustione. Un beneficio duraturo non è assicurato.

Quando evitare o rinviare

Segnali pacemaker o defibrillatore, gravidanza, metalli nella zona, circolazione o sensibilità ridotte. Ferite, tumore o infezione nell'area richiedono una valutazione prima della seduta.

Da chiedere in visita

Quale movimento proveremo di nuovo dopo l'applicazione?

Quando avvisare. Avvisi subito se il calore punge, brucia o diventa difficile da sopportare. Se dopo la seduta compare una vescica, contatti il professionista.

Per approfondire Agenti fisici · guida clinica alle precauzioni

Ionoforesi

Fisioterapia strumentale / Informazioni per la visita



Esempio di ionoforesi con elettrodi applicati all'avambraccio. Immagine illustrativa.

Quando si usa

L'impiego dipende dall'obiettivo e dal tipo di apparecchio. La ionoforesi con farmaco richiede l'identificazione della sostanza e dell'indicazione prima di iniziare.

Come funziona

Una debole corrente continua può favorire il passaggio attraverso la pelle di specifiche sostanze ionizzate. Esiste anche una tecnica con acqua per la sudorazione eccessiva.

Possibili benefici

Con un'indicazione appropriata si può mirare a un effetto locale. I risultati ottenuti con l'acqua per l'iperidrosi non provano l'efficacia di un farmaco per il dolore.

Limiti e rischi

Può causare pizzicore, arrossamento o piccole ustioni; nell'uso con farmaco si aggiungono i rischi propri della sostanza.

Quando evitare o rinviare

Riferisca allergie, farmaci, gravidanza, pacemaker e lesioni cutanee. Un'allergia al prodotto esclude quel prodotto. La compatibilità di impianti e cute va verificata prima dell'applicazione.

Da chiedere in visita

Quale sostanza intendete usare e con quale obiettivo?

Quando avvisare. Avvisi subito in caso di bruciore sotto un elettrodo; interrompa e chieda aiuto urgente se compare difficoltà a respirare.

Per approfondire South Tees NHS · ionoforesi / Agenti fisici · guida clinica alle precauzioni

Magnetoterapia

Fisioterapia strumentale / Informazioni per la visita



Esempio di seduta con applicatore per la magnetoterapia intorno al ginocchio. Immagine illustrativa.

Quando si usa

Alcuni dispositivi specifici sono impiegati su prescrizione per problemi documentati di consolidazione ossea. Un dolore osseo o articolare richiede prima una valutazione.

Come funziona

Gli applicatori generano campi magnetici. Forma del segnale e destinazione d'uso distinguono strumenti molto diversi tra loro.

Possibili benefici

In indicazioni ortopediche selezionate il medico può considerare uno stimolatore osseo insieme alla gestione ordinaria.

Limiti e rischi

Il risultato dipende dal problema e dall'apparecchio. Le prove per un dispositivo dedicato alla guarigione ossea non dimostrano un beneficio per ogni tipo di dolore.

Quando evitare o rinviare

Con pacemaker, neurostimolatore o altro dispositivo elettronico impiantato serve verifica preventiva di compatibilità. Segnali gravidanza, sospetta frattura e interventi recenti.

Da chiedere in visita

Qual è l'indicazione prevista dal modello proposto per il mio problema?

Quando avvisare. Un dolore che aumenta o la perdita di capacità di carico dopo un trauma richiedono rivalutazione medica prima di proseguire.

Per approfondire FDA · stimolazione ossea e indicazioni dei dispositivi / Agenti fisici · guida clinica alle precauzioni

Crioterapia locale e paraffina

Fisioterapia strumentale / Informazioni per la visita



Esempio di crioterapia locale. L'impacco freddo è applicato al ginocchio con una barriera protettiva. Immagine illustrativa.

Quando si usa

Il freddo locale può alleviare temporaneamente dolore e gonfiore. La paraffina, che cede calore, può essere proposta per la rigidità della mano prima del movimento.

Come funziona

Il professionista controlla pelle e sensibilità prima di applicare freddo o cera tiepida. Esegue un controllo anche durante la seduta.

Possibili benefici

In alcuni casi la mano si muove più facilmente dopo il calore, oppure il freddo attenua il fastidio a breve termine.

Limiti e rischi

Entrambi possono danneggiare la cute se la temperatura è eccessiva o la sensibilità ridotta. L'effetto sul sintomo è temporaneo.

Quando evitare o rinviare

Il freddo va evitato in caso di orticaria da freddo o fenomeno di Raynaud nella zona. La paraffina va evitata su ferite, infezioni o infiammazioni acute. Segnali problemi circolatori o sensibilità ridotta.

Da chiedere in visita

Perché nel mio caso è più indicato il caldo oppure il freddo?

Quando avvisare. Riferisca immediatamente dolore, pallore marcato, intorpidimento insolito o bruciore. Vesciche o alterazioni persistenti del colore richiedono assistenza.

Per approfondire Royal Devon NHS · caldo e freddo nella rigidità della mano / Agenti fisici · guida clinica alle precauzioni

LED e terapia fotodinamica

Luce terapeutica / Informazioni per la visita



Esempio di applicazione con LED. La terapia fotodinamica prevede anche un fotosensibilizzante. Immagine illustrativa.

Quando si usa

La luce LED viene impiegata con obiettivi diversi. Prima della seduta chieda se si propone luce da sola oppure terapia fotodinamica, che abbina la luce a un farmaco fotosensibilizzante.

Come funziona

Il professionista sceglie la lunghezza d'onda e protegge gli occhi. In una vera terapia fotodinamica il farmaco rende temporaneamente la zona più sensibile alla luce.

Possibili benefici

Per alcune lesioni cutanee diagnosticate la fotodinamica può essere un'opzione medica. Per i LED senza farmaco i risultati dipendono dall'obiettivo e dal dispositivo.

Limiti e rischi

Possono comparire rossore, fastidio o bruciore; con il fotosensibilizzante sono possibili dolore e reazioni alla luce anche dopo la seduta.

Quando evitare o rinviare

Segnali fotosensibilità, farmaci, allergie e gravidanza. Una lesione nuova o che cambia va valutata dal medico prima di qualsiasi uso estetico della luce.

Da chiedere in visita

È prevista soltanto luce oppure anche un farmaco?

Quando avvisare. Se compaiono vesciche estese, dolore in aumento o disturbi della vista contatti il medico. Con farmaco segua i tempi di protezione dalla luce indicati per quel prodotto.

Per approfondire NHS · terapia fotodinamica / FDA · tecnologie per il rimodellamento corporeo

Osteopatia e tecniche manuali

Terapia manuale / Informazioni per la visita



Esempio di contatto manuale nella regione tra collo e parte alta del torace.

Quando si usa

Per alcuni dolori muscoloscheletrici, dopo la valutazione, si può proporre un lavoro manuale su articolazioni e tessuti. Un esempio è la lombalgia, per cui NICE integra le tecniche manuali con esercizio.

Come funziona

Il professionista può mobilizzare un'articolazione con movimenti graduali oppure lavorare sui tessuti con tecniche miofasciali e di rilasciamento. Le tecniche si concordano prima di iniziare.

Possibili benefici

Alcune persone riferiscono dolore più tollerabile o una maggiore facilità nel movimento. Si verifica il risultato con un'attività significativa per la persona.

Limiti e rischi

Indolenzimento e stanchezza possono essere temporanei. La risposta è individuale; per sintomi di origine incerta occorre chiarire la causa.

Quando evitare o rinviare

Un trauma con sospetta frattura, un'infezione o una perdita progressiva di forza richiedono prima valutazione medica. Riferisca fragilità ossea, anticoagulanti e interventi recenti.

Da chiedere in visita

Quale tecnica propone e quale movimento useremo per capire se aiuta?

Quando avvisare. Per nuova perdita di controllo di vescica o intestino associata a mal di schiena e perdita di sensibilità tra le gambe, si rivolga subito al pronto soccorso.

Per approfondire NICE NG59 · lombalgia e sciatica / NCCIH · manipolazione vertebrale

Chiropratica e manipolazione vertebrale

Terapia manuale / Informazioni per la visita



Esempio di posizionamento sul fianco durante una seduta di terapia manuale vertebrale.

Quando si usa

Una manipolazione può essere discussa per alcuni disturbi meccanici, ad esempio una lombalgia. Il professionista ne valuta indicazione, alternative e rischi specifici del distretto.

Come funziona

Una manovra applica una spinta rapida e controllata a un'articolazione. È possibile scegliere un approccio più graduale o l'esercizio.

Possibili benefici

Per alcuni pazienti con lombalgia il beneficio su dolore e funzione può essere modesto e a breve termine.

Limiti e rischi

Sono possibili indolenzimento, rigidità o cefalea. Con le manipolazioni cervicali sono stati segnalati rari eventi vascolari gravi; la frequenza e il rapporto causale restano incerti.

Quando evitare o rinviare

Se si sospettano frattura, instabilità, compressione neurologica o un problema vascolare, la manovra si evita. Riferisca osteoporosi, anticoagulanti, traumi e mal di testa o dolore cervicale nuovi e insoliti.

Da chiedere in visita

Per questo distretto, quali alternative esistono alla spinta rapida?

Quando avvisare. Se insorgono improvvisamente difficoltà a parlare, visione doppia, debolezza di un lato o un forte mal di testa insolito, chiami il 112.

Per approfondire NCCIH · manipolazione vertebrale / NICE NG59 · lombalgia e sciatica

Esercizio terapeutico e ausili

Movimento e recupero funzionale / Informazioni per la visita



Esempio di esercizio con un ausilio, sotto la guida del professionista.

Quando si usa

Quando forza, equilibrio o mobilità limitano una funzione, si può allenare quel compito in modo graduale. Nelle persone con lombalgia viene considerato anche l'esercizio adattato.

Come funziona

Si possono usare elastici, pesi o supporti per l'equilibrio. La difficoltà viene adattata alla capacità del giorno e agli eventuali limiti medici.

Possibili benefici

Il lavoro ripetuto può aiutare a recuperare autonomia in attività come alzarsi, fare le scale o maneggiare un carico.

Limiti e rischi

Indolenzimento transitorio o affaticamento possono verificarsi. Carichi eccessivi o appoggi instabili aumentano il rischio di dolore o caduta.

Quando evitare o rinviare

Febbre, dolore toracico, difficoltà respiratoria a riposo o un trauma recente non valutato richiedono di rinviare la seduta. Segnali limiti postoperatori e cadute recenti.

Da chiedere in visita

Quale attività quotidiana vogliamo rendere più facile?

Quando avvisare. Interrompa per capogiro, dolore toracico o fiato corto insolito. Per sintomi improvvisi importanti chiami il 112.

Per approfondire NICE NG59 · lombalgia e sciatica

Esercizio con BFR

Palestra della Salute / Informazioni per la visita



Esempio di esercizio guidato con un manicotto per la restrizione del flusso sanguigno. Immagine illustrativa.

Quando si usa

Quando si vuole allenare il muscolo con carichi contenuti, il professionista può valutare l'esercizio con restrizione del flusso sanguigno. Il servizio è segnalato al Sambuco e alle Magnolie.

Come funziona

Un manicotto esercita una pressione controllata sull'arto durante l'esercizio. La pressione va individualizzata e la seduta richiede supervisione.

Possibili benefici

In persone selezionate può favorire forza e adattamento muscolare a carichi inferiori a quelli impiegati di solito.

Limiti e rischi

Sono possibili disagio, lividi o formicolio. I problemi vascolari e neurologici possono essere seri se l'impiego è inappropriato.

Quando evitare o rinviare

La tecnica è controindicata in presenza di arteriopatia periferica, precedente chirurgia vascolare o fistola arterovenosa nell'arto. Trombosi, ipertensione o gravidanza richiedono valutazione individuale.

Da chiedere in visita

Perché usare il manicotto nel mio caso e come si controlla la pressione?

Quando avvisare. Segnali immediatamente dolore anomalo, perdita di sensibilità o alterazioni del colore; contatti un medico per gonfiore doloroso nuovo o persistente.

Per approfondire Australian Institute of Sport · BFR

Drenaggio linfatico e pressoterapia

Gonfiore e microcircolo / Informazioni per la visita



Esempio di pressoterapia degli arti inferiori con gambali pneumatici.

Quando si usa

Per un linfedema diagnosticato, il percorso può includere cura della pelle, esercizio, compressione e, quando indicato, drenaggio manuale o pneumatico.

Come funziona

Il drenaggio manuale usa manovre leggere. Nella pressoterapia un gambale o manicotto si gonfia in sequenza. Per una stimolazione del microcircolo va specificato quale tecnologia si propone.

Possibili benefici

In alcune persone contribuiscono a controllare gonfiore e senso di peso e facilitano la gestione quotidiana.

Limiti e rischi

Il gonfiore può tornare; una pressione inadeguata può irritare la cute o accentuare dolore e gonfiore in altre zone.

Quando evitare o rinviare

Non iniziare su un arto improvvisamente gonfio e doloroso o in caso di infezione acuta della pelle. Insufficienza cardiaca non compensata e gravi problemi arteriosi richiedono valutazione medica prima della compressione.

Da chiedere in visita

Che cosa devo osservare tra una seduta e l’altra?

Quando avvisare. Pelle calda e arrossata con febbre richiede una valutazione rapida. Se si associa una difficoltà respiratoria improvvisa, chiami il 112.

Per approfondire NHS · trattamento del linfedema / West Suffolk NHS · compressione pneumatica intermittente

Biofeedback del pavimento pelvico

Riabilitazione pelvica / Informazioni per la visita



Esempio di biofeedback. La persona guarda il segnale sul monitor insieme alla professionista.

Quando si usa

In presenza di problemi di continenza o difficoltà nel riconoscere la contrazione, un professionista può proporre un supporto all'esercizio del pavimento pelvico.

Come funziona

L'elettromiografia di superficie rileva l'attività muscolare; l'ecografia osserva il movimento. I feedback meccanici forniscono un riscontro durante il compito. Il metodo si concorda con la persona.

Possibili benefici

In persone selezionate il feedback può aiutare a riconoscere contrazione e rilasciamento e a imparare un esercizio mirato.

Limiti e rischi

Il segnale dipende da posizione e tecnica. Una sonda interna può creare disagio. Il solo valore visualizzato non stabilisce una diagnosi.

Quando evitare o rinviare

Le procedure interne richiedono consenso specifico alla manovra. Sanguinamento inspiegato, infezione, dolore acuto, gravidanza o chirurgia recente vanno segnalati prima di decidere se procedere.

Da chiedere in visita

Possiamo lavorare con una modalità esterna ed esercizio guidato?

Quando avvisare. Può chiedere una pausa o interrompere in ogni momento. Dolore persistente o sanguinamento dopo l'esame vanno riferiti al professionista.

Per approfondire NICE NG210 · riabilitazione del pavimento pelvico

Elettrostimolazione pelvica

Riabilitazione pelvica / Informazioni per la visita



Esempio di seduta di elettrostimolazione pelvica. La paziente è coperta e può chiedere una pausa. Immagine illustrativa.

Quando si usa

Può essere discussa quando è difficile eseguire una contrazione efficace. Il percorso parte dalla valutazione del tipo di disturbo e della capacità di attivare e rilasciare i muscoli.

Come funziona

Una corrente controllata viene erogata con un applicatore compatibile con il trattamento. Un'applicazione interna richiede una spiegazione e il consenso alla manovra.

Possibili benefici

In casi selezionati può aiutare l'apprendimento del lavoro muscolare, insieme al programma di esercizi supervisionato.

Limiti e rischi

Il risultato varia con l'indicazione. Sono possibili irritazione, fastidio o dolore, soprattutto con un contatto non adeguato.

Quando evitare o rinviare

Con gravidanza, dispositivi elettronici impiantati, infezione o sanguinamento pelvico senza spiegazione si rimanda finché è verificata la sicurezza. Dopo chirurgia occorre l'indicazione del curante.

Da chiedere in visita

Come valuteremo che il lavoro muscolare stia migliorando?

Quando avvisare. Se si avverte dolore o bruciore lo comunichi subito. Sanguinamento o dolore persistente dopo la seduta richiedono un contatto medico.

Per approfondire NICE NG210 · riabilitazione del pavimento pelvico / Agenti fisici · guida clinica alle precauzioni

Radiofrequenza e HIFEM pelvici

Tecnologie per il pavimento pelvico / Informazioni per la visita



Esempio di HIFEM pelvico. La paziente resta vestita e siede sulla poltrona dedicata. Immagine illustrativa.

Quando si usa

La valutazione parte dal sintomo. Per l'incontinenza da sforzo l'esercizio supervisionato è una prima opzione. Un dispositivo deve avere un'indicazione specifica per quel disturbo.

Come funziona

La radiofrequenza esterna o endocavitaria trasferisce energia ai tessuti; HIFEM usa campi elettromagnetici per indurre contrazioni muscolari. Le due tecniche hanno precauzioni diverse.

Possibili benefici

Un miglioramento non si può prevedere dal nome del dispositivo. Chieda quali dati clinici riguardano il suo problema e il modello proposto.

Limiti e rischi

La radiofrequenza interna può causare ustioni, dolore o cicatrici. Le prove per generiche finalità di "ringiovanimento vaginale" sono insufficienti; i dati su una metodica non valgono per l'altra.

Quando evitare o rinviare

Sanguinamento senza causa nota, infezione, gravidanza, interventi recenti o dispositivi impiantati richiedono una valutazione prima dell'uso. Si procede soltanto con compatibilità e destinazione d'uso verificate.

Da chiedere in visita

Quali alternative con benefici meglio documentati posso considerare?

Quando avvisare. Segnali subito calore doloroso, crampi o fastidio importante. Dolore pelvico persistente, sanguinamento o febbre richiedono un contatto medico.

Per approfondire TGA · revisione delle tecnologie a energia in ambito vaginale / NICE NG210 · riabilitazione del pavimento pelvico

Ossigeno locale e acido ialuronico

Applicazioni pelviche ed estetiche / Informazioni per la visita



Esempio di applicazione estetica esterna al viso. La modalità pelvica descritta nella scheda è distinta. Immagine illustrativa.

Quando si usa

Alcuni studi hanno valutato l'applicazione locale di ossigeno e acido ialuronico per disturbi vulvovaginali della menopausa. Secchezza o dolore richiedono prima una valutazione clinica.

Come funziona

La via, il prodotto e l'applicatore cambiano secondo la finalità. Un'applicazione estetica sul viso, un'applicazione locale pelvica e la somministrazione di ossigeno per problemi respiratori sono procedure diverse.

Possibili benefici

Piccoli studi riportano un possibile sollievo da sintomi locali; i risultati sono preliminari e non permettono di prevedere il beneficio individuale.

Limiti e rischi

Irritazione, fastidio o reazione al prodotto sono possibili. I risultati ottenuti nell'uso pelvico non dimostrano miglioramenti della cute del viso.

Quando evitare o rinviare

Allergia nota a un componente esclude quel prodotto. Lesioni, infezione o sanguinamento senza causa nota richiedono valutazione prima dell'applicazione. Segnali gravidanza o terapia oncologica.

Da chiedere in visita

Quale prodotto viene applicato, dove e con quali prove?

Quando avvisare. Chieda di interrompere per bruciore persistente. Dolore importante, sanguinamento o gonfiore crescente richiedono una valutazione medica.

Per approfondire Studio prospettico · ossigeno locale e acido ialuronico

Epilazione con laser o luce pulsata

Medicina estetica / Informazioni per la visita



Esempio di epilazione sulla gamba con protezione degli occhi. Immagine illustrativa.

Quando si usa

Può essere proposta per la riduzione a lungo termine dei peli. Il professionista valuta fototipo, abbronzatura, colore del pelo e motivi di un'eventuale crescita improvvisa o anomala.

Come funziona

Il laser emette luce a lunghezze d'onda specifiche; la luce pulsata (IPL) utilizza uno spettro più ampio. Il calore mira al pigmento del pelo. Gli occhi vanno protetti.

Possibili benefici

La densità e lo spessore dei peli possono diminuire dopo più sedute. Può servire mantenimento; la risposta varia tra persone e zone.

Limiti e rischi

Arrossamento e gonfiore sono possibili. Ustioni, variazioni di colore, cicatrici o lesioni oculari sono rischi da conoscere.

Quando evitare o rinviare

Rinviare su cute scottata, infetta o con lesioni da valutare. Segnali abbronzatura recente, farmaci fotosensibilizzanti, herpes e tendenza a cicatrici. La possibilità di trattare tatuaggi o zone vicine va valutata.

Da chiedere in visita

Quali risultati sono realistici per il mio fototipo e il mio pelo?

Quando avvisare. Con vesciche, dolore crescente o disturbi visivi contatti tempestivamente il medico. Segua le indicazioni di fotoprotezione ricevute.

Per approfondire AAD · epilazione laser / FDA · laser medici

Laser cutanei e fotoringiovanimento

Medicina estetica / Informazioni per la visita



Esempio di laser cutaneo sulla mano con protezione degli occhi. Immagine illustrativa.

Quando si usa

Il medico può valutare tecnologie diverse per alcuni capillari, discromie, esiti di acne o alterazioni della superficie cutanea. Una macchia nuova o che cambia richiede una diagnosi.

Come funziona

Il bersaglio e la profondità cambiano con la tecnologia. La procedura e i tempi di recupero di un laser vascolare possono differire molto da quelli di un laser per la superficie cutanea.

Possibili benefici

Una lesione ben identificata può diventare meno visibile. Il risultato è variabile, può essere parziale e può richiedere più sedute.

Limiti e rischi

Arrossamento, gonfiore, croste, modifiche della pigmentazione, ustioni e cicatrici sono possibili. È necessaria una protezione oculare adeguata.

Quando evitare o rinviare

Differire in presenza di lesioni non chiarite o infezioni nella zona. Riferisca herpes, farmaci, abbronzatura e precedenti cicatrici anomale; le esclusioni dipendono dalla tecnologia.

Da chiedere in visita

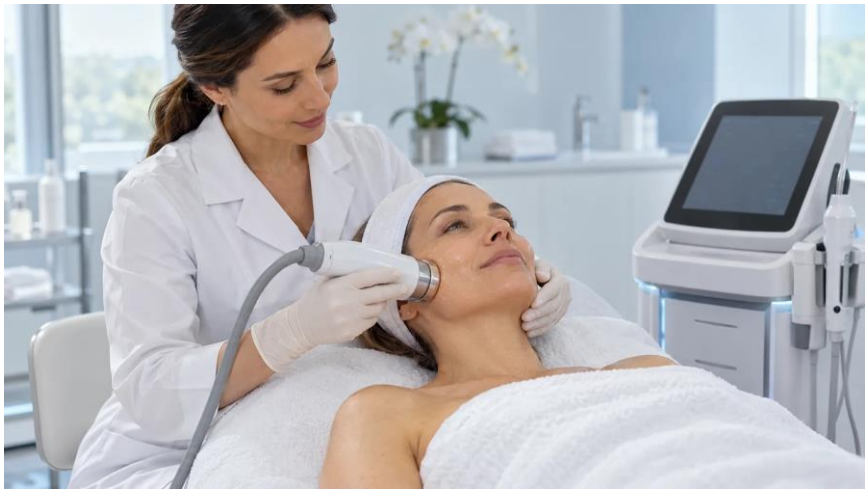
Qual è la diagnosi della lesione e quanto recupero cutaneo devo prevedere?

Quando avvisare. Contatti il medico per vesciche importanti, dolore crescente, secrezione o febbre. Un disturbo visivo nuovo richiede valutazione urgente.

Per approfondire AAD · condizioni cutanee trattate con laser / FDA · laser medici

Radiofrequenza estetica viso e corpo

Medicina estetica / Informazioni per la visita



Esempio di trattamento esterno con radiofrequenza al viso.

Quando si usa

Può essere proposta per l'aspetto della pelle o per irregolarità localizzate. Per il viso e il corpo cambiano aree consentite, manipoli e limiti dell'apparecchio.

Come funziona

L'energia a radiofrequenza scalda i tessuti in modo controllato. Questa scheda riguarda la metodica esterna. Se vengono proposti aghi, occorrono informazioni specifiche prima di decidere.

Possibili benefici

In persone selezionate si può ottenere una variazione dell'aspetto locale. Ampiezza e durata dell'effetto sono variabili.

Limiti e rischi

Sono possibili dolore, gonfiore, alterazioni del colore, vesciche e ustioni. Un beneficio visibile non è garantito.

Quando evitare o rinviare

Dispositivi elettronici impiantati e metallo nella zona possono escludere il trattamento. Riferisca gravidanza, lesioni cutanee, perdita di sensibilità e precedenti interventi o impianti nell'area.

Da chiedere in visita

Il dispositivo è indicato per questa zona del viso o del corpo?

Quando avvisare. Calore doloroso o puntiforme va riferito subito. Dopo la procedura, vesciche o perdita di sensibilità persistente richiedono valutazione.

Per approfondire FDA · tecnologie per il rimodellamento corporeo / FDA · dispositivi con finalità estetiche

Criolipolisi

Medicina estetica / Informazioni per la visita



Esempio di applicazione dell'applicatore durante una seduta di criolipolisi. Immagine illustrativa.

Quando si usa

Può essere proposta per piccoli accumuli adiposi sottocutanei localizzati. L'obiettivo riguarda il profilo corporeo; non è una terapia per obesità o per il grasso intorno agli organi.

Come funziona

Un applicatore raffredda in modo controllato la zona selezionata. Il cambiamento, se presente, si apprezza gradualmente.

Possibili benefici

Alcune persone notano una riduzione modesta del rilievo locale nei mesi successivi.

Limiti e rischi

Gonfiore, dolore e intorpidimento sono possibili. Raramente il tessuto aumenta di volume mesi dopo, anziché ridursi: è l'iperplasia adiposa paradossa e può richiedere chirurgia.

Quando evitare o rinviare

Evitare in presenza di disturbi sensibili al freddo come crioglobulinemia o orticaria da freddo. Segnali ernie nella zona, problemi circolatori, interventi recenti e sensibilità ridotta.

Da chiedere in visita

Come distinguere un gonfiore iniziale da una variazione da rivalutare?

Quando avvisare. Contatti il medico per dolore persistente, vesciche o una tumefazione dura che prende forma dopo settimane o mesi.

Per approfondire FDA · tecnologie per il rimodellamento corporeo

Cavitazione a ultrasuoni

Medicina estetica / Informazioni per la visita



Esempio di applicazione del manipolo sulla coscia durante una seduta di cavitazione.

Quando si usa

Può essere discussa per alcuni accumuli adiposi sottocutanei localizzati. Prima di decidere si valuta se l'obiettivo è realistico e se il dispositivo è destinato a quella zona.

Come funziona

Il manipolo trasferisce energia ultrasonora attraverso la cute. Il tipo di ultrasuono e il dispositivo determinano profondità d'azione e precauzioni.

Possibili benefici

Per indicazioni e dispositivi specifici il contorno locale può modificarsi in misura contenuta. Il risultato può essere poco visibile.

Limiti e rischi

Non determina una perdita di peso generale. Dolore, arrossamento, ustioni e, in alcuni casi, danni ai nervi sono possibili.

Quando evitare o rinviare

Ferite o pelle compromessa nella zona, impianti attivi e metallo sotto la zona sono motivi per evitare l'applicazione secondo le indicazioni FDA. Segnali gravidanza, ernie e precedenti operazioni.

Da chiedere in visita

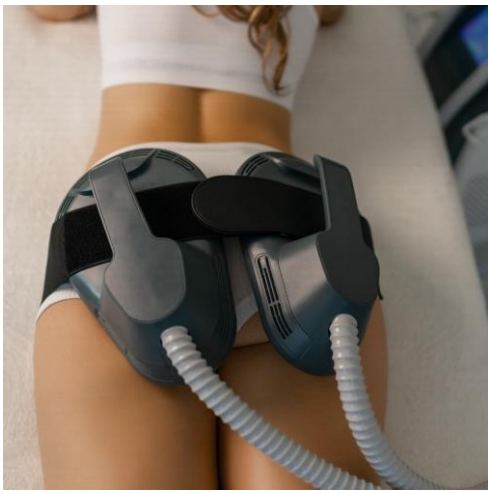
Come misureremo un eventuale cambiamento, e dopo quanto tempo?

Quando avvisare. Interrompa se avverte bruciore o dolore intenso. Vesciche e nuova perdita di sensibilità richiedono una valutazione.

Per approfondire FDA · tecnologie per il rimodellamento corporeo

Stimolazione muscolare HIFEM

Estetica del corpo / Informazioni per la visita



Esempio di stimolazione muscolare con applicatori esterni fissati sul corpo.

Quando si usa

Per alcuni obiettivi estetici localizzati si può discutere la stimolazione elettromagnetica del muscolo, proposta anche con nomi commerciali come EMSculpt.

Come funziona

Un applicatore esterno produce un campo magnetico variabile che provoca contrazioni involontarie. Alcuni apparecchi abbinano altre energie con rischi propri.

Possibili benefici

In alcune persone l'aspetto o il tono dell'area possono cambiare temporaneamente. I risultati dipendono da zona, dispositivo e condizioni di partenza.

Limiti e rischi

Sono possibili affaticamento, indolenzimento o crampi. Non sostituisce l'attività fisica e non è un trattamento dimagrante.

Quando evitare o rinviare

Dispositivi elettronici impiantati o metalli nella zona possono escludere la procedura. Riferisca gravidanza, ernie o interventi recenti; per sistemi combinati valgono anche le precauzioni dell'altra energia.

Da chiedere in visita

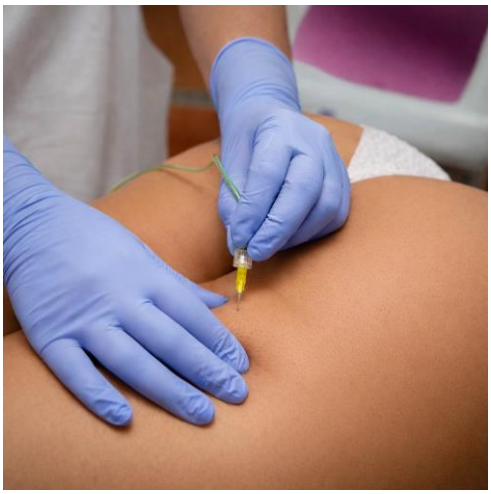
Quali energie usa questo modello e quale beneficio è ragionevole attendersi?

Quando avvisare. Chieda la sospensione se le contrazioni sono dolorose o se il dolore prosegue dopo la seduta.

Per approfondire FDA · tecnologie per il rimodellamento corporeo

Carbossiterapia

Medicina estetica / Informazioni per la visita



Esempio di carbossiterapia. Il medico lavora sulla zona concordata con la persona.

Quando si usa

Il medico può discuterla per obiettivi locali, per esempio irregolarità del tessuto sottocutaneo. Gli studi disponibili sono limitati e l'efficacia varia con l'indicazione.

Come funziona

Il medico somministra anidride carbonica per via iniettiva con un apparecchio dedicato. Durante l'erogazione sono possibili pressione, dolore e sensazione di tensione.

Possibili benefici

Alcuni studi di dimensioni contenute hanno valutato cambiamenti locali. Durata e rilevanza del risultato vanno confrontate con le alternative.

Limiti e rischi

Dolore, lividi e gonfiore possono comparire. Ogni procedura iniettiva comporta anche rischi di sanguinamento e infezione.

Quando evitare o rinviare

Rinviare in caso di infezione o lesioni nella zona. Segnali gravidanza, importanti malattie cardiache o respiratorie, problemi di coagulazione e farmaci anticoagulanti per la valutazione medica.

Da chiedere in visita

Quali risultati sono stati osservati per l'indicazione che mi riguarda?

Quando avvisare. Dolore importante, febbre o arrossamento che si allarga richiedono valutazione. Per difficoltà respiratoria improvvisa o dolore toracico chiami il 112.

Per approfondire Studio clinico · carbossiterapia e tessuto adiposo / Studio clinico · dolore durante la carbossiterapia

Peeling chimico

Medicina estetica / Informazioni per la visita



Esempio di applicazione controllata durante un peeling. Immagine illustrativa.

Quando si usa

Il medico può proporlo per alcune alterazioni della superficie o della pigmentazione cutanea, dopo aver identificato il problema e considerato fototipo e precedenti trattamenti.

Come funziona

Una sostanza chimica provoca un'esfoliazione controllata. Prodotti e profondità differenti richiedono preparazione e tempi di recupero diversi.

Possibili benefici

In casi selezionati la pelle può apparire più uniforme. Il risultato dipende dalla profondità del problema e dalle cure successive.

Limiti e rischi

Sono possibili bruciore, rossore, desquamazione, variazioni della pigmentazione, infezione o cicatrici. La protezione dal sole e la cura della cute sono importanti.

Quando evitare o rinviare

Lesioni sospette o infezioni attive richiedono di rinviare. Riferisca herpes, tendenza a cheloidi, farmaci inclusi retinoidi, gravidanza e precedenti reazioni cutanee.

Da chiedere in visita

Quale profondità propone e quando potrò riprendere la mia routine?

Quando avvisare. Contatti il medico se aumentano dolore o gonfiore, se compaiono secrezioni, febbre o vesciche estese.

Per approfondire AAD · peeling chimici

Biostimolazione e biorivitalizzazione cutanea

Medicina estetica / Informazioni per la visita



Esempio di seduta per la biorivitalizzazione della cute. Immagine illustrativa.

Quando si usa

Queste denominazioni comprendono prodotti e procedure diversi. In caso di proposta iniettiva il medico specifica sostanza, finalità, sede e alternative.

Come funziona

Per certi prodotti si eseguono microiniezioni in aree cutanee definite. La scheda del prodotto stabilisce dove può essere usato e quali persone devono evitarlo.

Possibili benefici

Per alcuni prodotti e sedi specifici sono documentati cambiamenti dell'aspetto della pelle. I dati di un prodotto non si estendono automaticamente ad altri.

Limiti e rischi

Sono possibili lividi, gonfiore, dolore, noduli o infezione. Alcuni iniettabili possono ostruire un vaso, con danno della cute e, in alcune sedi del volto, conseguenze visive gravi.

Quando evitare o rinviare

Si rinvia su cute infetta o infiammata. Allergie ai componenti, terapie anticoagulanti, precedenti iniezioni o impianti nella zona vanno dichiarati al medico; le controindicazioni dipendono dal prodotto.

Da chiedere in visita

Posso sapere il nome del prodotto, i suoi rischi e l'area d'impiego prevista?

Quando avvisare. Riferisca immediatamente dolore anomalo o sbiancamento della cute. Un disturbo visivo improvviso dopo un'iniezione al volto richiede il 112.

Per approfondire FDA · esempio di iniettabile cutaneo e rischi specifici

Valutazione funzionale e strumentale

Valutazioni / Informazioni per la visita



Esempio di valutazione dell'appoggio del piede con pedana.

Quando si usa

Questi strumenti aiutano a rispondere a domande concrete su movimento, appoggio, respirazione o composizione corporea e possono essere ripetuti per seguire il percorso.

Come funziona

Test funzionali e analisi posturale osservano un compito. La baropodometria registra la pressione sotto i piedi; ecografia ed elettromiografia di superficie danno un riscontro sul movimento o sull'attività muscolare.

Possibili benefici

Il confronto con una misurazione iniziale può orientare l'esercizio o far emergere la necessità di ulteriori accertamenti. L'analisi respiratoria e la bioimpedenziometria rispondono a quesiti diversi.

Limiti e rischi

Una misura isolata non dà una diagnosi. Postura e appoggio cambiano con il compito; l'idratazione può influenzare la stima impedenziometrica. Un test da sforzo può generare fatica o capogiro.

Quando evitare o rinviare

Segnali impianti elettronici prima della bioimpedenziometria. Dolore acuto o rischio di caduta richiedono adattamenti. Prima di prove respiratorie forzate riferisca chirurgia recente, infarto o pneumotorace.

Da chiedere in visita

Quale decisione cambierà in base al risultato di questo test?

Quando avvisare. Fermi la prova per dolore toracico, capogiro marcato o dispnea insolita. Chieda come interpretare il dato rispetto ai sintomi e alle attività della giornata.

Per approfondire NHS · spirometria e precauzioni / InBody · precauzioni per la misura impedenziometrica

Pronexibus

Fisioterapia strumentale / Informazioni per la visita



Esempio illustrativo di una seduta con manipolo a radiofrequenza. Il modello può differire. Immagine illustrativa.

Quando si usa

Il fabbricante descrive un impiego fisioterapico per il dolore, anche in seguito a distorsioni o contusioni. Prima di proporre la seduta va valutata la causa del dolore.

Come funziona

Un manipolo esterno applica correnti ad alta frequenza e bassa potenza. Il professionista verifica la versione dell'apparecchio e le istruzioni corrispondenti.

Possibili benefici

Un possibile obiettivo è rendere più tollerabile il movimento di una zona dolente. Si concorda come verificare la risposta nella vita quotidiana.

Limiti e rischi

La destinazione d'uso del fabbricante non indica quanto beneficio otterrà una singola persona. Durante la seduta possono comparire fastidio o irritazione locale.

Quando evitare o rinviare

Il manuale Focusmed rev. 03 esclude l'uso in gravidanza e nelle persone con pacemaker, tumori maligni o elettrodi impiantati per la stimolazione cerebrale.

Da chiedere in visita

Quale problema vogliamo affrontare e quando rivalutiamo il risultato?

Quando avvisare. Se avverte fastidio intenso o bruciore, avverta subito il professionista. Una persistenza o un peggioramento dei sintomi richiede rivalutazione.

Per approfondire Focusmed · manuale PRONEXIBUS, rev. 03, sezioni g–h

Taping neuromuscolare

Fisioterapia e movimento / Informazioni per la visita



Esempio di applicazione del nastro neuromuscolare. Immagine illustrativa.

Quando si usa

Il professionista può proporre un bendaggio adesivo elastico come aiuto temporaneo durante il movimento o in un percorso riabilitativo selezionato.

Come funziona

Il nastro si applica sulla cute integra. Posizione, tensione e durata dipendono dall'obiettivo e dalla tolleranza della pelle.

Possibili benefici

In alcune persone offre un riferimento sensoriale o rende un movimento più confortevole. Si rivaluta l'attività con e senza il nastro.

Limiti e rischi

Il beneficio può essere limitato o assente. Sono possibili prurito, arrossamento, vescicole o irritazione da adesivo e da rimozione.

Quando evitare o rinviare

Evitare su ferite, cute infetta, fragile o già irritata e in caso di allergia all'adesivo. Riferisca alterazioni della sensibilità o precedenti reazioni a cerotti.

Da chiedere in visita

Per quanto tempo posso tenerlo e come posso toglierlo senza irritare la pelle?

Quando avvisare. Rimuova il nastro se provoca prurito, bruciore o dolore seguendo le indicazioni ricevute. Contatti il professionista se l'irritazione persiste.

Per approfondire East Kent Hospitals NHS · taping elastico