

### DATOS

Taller específico de actividades orientadas al fortalecimiento y protección de la espalda. Válido para cualquier edad. Sesiones individuales. Consultar posibilidad de grupos. Principalmente: escoliosis, cifosis, rectificación, hernias discales, mantenimiento, fortalecimiento, control postural, etc.

### PROPUESTA

1- Sesiones de fisioterapia de 45'.

#### PROGRAMA:

- Valoración inicial global.
- Estiramientos generales.
- Estiramientos analíticos de los músculos torácicos.
- Reeduación del esquema corporal.
- Fortalecimiento moderado de los músculos estabilizadores de la espalda.
- Ejercicios de equilibrio y coordinación.
- Electroestimulación combinada.
- Reflexión sobre posibles consecuencias (cambio de actitud ante el problema).
- Tabla de ejercicios para casa.
- Evaluación mensual.

#### OBJETIVOS:

- Conseguir alargamiento de la musculatura acortada.
- Asimilación del nuevo esquema corporal.
- Aumento del tono muscular en la espalda y abdomen.
- Reajuste del tono muscular general para el correcto mantenimiento de la postura.
- Aumento de la calidad de vida del paciente, evitando problemas futuros.
- Dar a conocer la importancia del cuidado y la salud.
- Fomentar la responsabilidad y el trabajo continuado.

### PRESUPUESTO

- 2 sesiones de fisioterapia de 45'-1h. a la semana.	150 €/mes.
- 1 sesión de fisioterapia de 45'-1h. a la semana.	80 €/mes.
- Consejo fisioterápico.	Gratuito.

\*El tratamiento puede incluir un seguimiento audiovisual de la evolución del paciente. Será de uso informativo, exclusivo para el interesado y su terapeuta.

Si es de interés el uso de dichas imágenes, será necesario pedir un documento firmado en el que el paciente autorice al facultativo para usarlas.

En ningún caso, este documento autoriza al profesional a exponer fotos o videos en los que se reconozca la identidad del paciente.