

PREPARAZIONE ALLA PRESTAZIONE GINNASTICA POSTURALE / PERSONAL

Introduzione

Gentile Paziente, presso il Kinetic Sport Center Ceccano, Le forniamo le informazioni necessarie per una piena comprensione del trattamento di Ginnastica Posturale e Personal. La presente ha lo scopo di riassumere gli obiettivi, le modalità e gli eventuali rischi del trattamento, così come spiegato dal nostro personale sanitario, e acquisire il Suo consenso informato.

1. Titolo della Prestazione

GINNASTICA POSTURALE / PERSONAL

2. Descrizione Generale della Prestazione

Il trattamento di Ginnastica Posturale o Personal consiste in un programma personalizzato di esercizi mirati al riequilibrio muscolo-scheletrico e al miglioramento della postura, della mobilità e del benessere generale.

Finalità principali:

- Miglioramento della postura e prevenzione delle recidive dolorose.
- Riequilibrio muscolare e funzionale.
- Ottimizzazione della mobilità articolare.
- Educazione al movimento corretto.
- Recupero delle capacità motorie nei soggetti post-infortunio o post-operatori.

Metodologia:

- Il percorso è personalizzato in base alla valutazione fisioterapica iniziale.
- Il trattamento si svolge in sedute individuali o di piccoli gruppi, con assistenza continua da parte di un fisioterapista o personal trainer specializzato.
- Ogni esercizio è adattato alle capacità e necessità del paziente.

3. Benefici Attesi

- Riduzione del dolore muscolo-scheletrico.
- Miglioramento della qualità del movimento e della postura.
- Aumento della flessibilità, forza e resistenza.

 **0775 1851077**

prenotazioni@kineticsportceccano.it
Via Gaeta Prima Traversa n.9 03023 Ceccano FR

Aut.Reg. n. G02102 del 27/02/2024
Dir.San. Dott.ssa Simona Turriziani O.d.M. FR n.3771

Per una prenotazione immediata **invia un messaggio**
con il tuo nome e cognome e **sarai subito contattato**

 **+39 392 26 25 419**



Scansiona e scopri tutti i nostri Servizi

- Prevenzione di infortuni e recidive.
- Miglioramento della consapevolezza corporea.

4. Rischi Possibili

- Lieve affaticamento o dolore muscolare post-esercizio.
- Possibili riacutizzazioni transitorie di sintomatologie dolorose preesistenti.
- Piccoli traumi da movimento scorretto, se non seguite le indicazioni del personale.
- Disagi legati a condizioni fisiche pregresse non comunicate all'inizio del trattamento.

5. Complicazioni

Sebbene rare, possibili complicazioni possono includere:

- Stiramenti muscolari o contratture in caso di esecuzione errata o brusca degli esercizi.
- Peggioramento della sintomatologia in caso di patologie non note al personale.
- Malesseri fisici in caso di attività non compatibili con lo stato di salute generale.

6. Possibili Alternative

In base alla valutazione iniziale e alle condizioni fisiche del paziente, possono essere proposte alternative come:

- Fisioterapia tradizionale.
- Rieducazione motoria.
- Idrochinesiterapia.
- Trattamenti manuali.

7. Regole da Rispettare – Raccomandazioni Specifiche

Per un corretto svolgimento del trattamento e per garantire l'efficienza organizzativa del Centro, il paziente è tenuto a rispettare le seguenti regole:

1. Arrivare 15 minuti prima dell'orario stabilito per la seduta di Ginnastica Posturale o Personal.
2. Effettuare obbligatoriamente il pagamento della seduta in fase di accettazione.
3. Portare e far aggiornare il proprio cartellino presenze ad ogni accesso.
4. Pagare anticipatamente almeno due sedute a titolo di cauzione, da utilizzare in caso di disdetta non giustificata.
5. Comunicare eventuali disdette entro e non oltre 24 ore precedenti la seduta, per rispetto degli obblighi organizzativi e del personale.

 **0775 1851077**

prenotazioni@kineticsportceccano.it
Via Gaeta Prima Traversa n.9 03023 Ceccano FR

Aut.Reg. n. G02102 del 27/02/2024
Dir.San. Dott.ssa Simona Turriziani O.d.M. FR n.3771

Per una prenotazione immediata **invia un messaggio**
con il tuo nome e cognome e **sarai subito contattato**

 **+39 392 26 25 419**



Scansiona e scopri tutti i nostri Servizi

Ulteriori raccomandazioni:

- Riferire eventuali dolori o sintomi nuovi prima della seduta.
- Indossare abbigliamento comodo e adeguato.
- Seguire attentamente le indicazioni del personale qualificato.
- Rispettare gli orari per non compromettere il proprio e l'altrui trattamento.

8. Acquisizione del Consenso Informato

Il/La sottoscritto/a (paziente o tutore) dichiara con la propria firma:

- Di aver ricevuto informazioni complete e comprensibili sul trattamento di Ginnastica Posturale / Personal.
- Di essere consapevole dei benefici, dei possibili rischi e delle complicazioni.
- Di aver compreso le regole organizzative riportate nel presente documento e di impegnarsi a rispettarle.
- Di accettare liberamente il trattamento proposto, con possibilità di revocare il consenso in qualunque momento.

Le informazioni contenute devono sempre essere discusse con il personale sanitario per personalizzazioni cliniche.

I dati saranno trattati secondo le norme del GDPR UE 2016/679 e del D.Lgs. 196/2003.

 **0775 1851077**

prenotazioni@kineticsportceccano.it
Via Gaeta Prima Traversa n.9 03023 Ceccano FR

Aut.Reg. n. G02102 del 27/02/2024
Dir.San. Dott.ssa Simona Turriziani O.d.M. FR n.3771

Per una prenotazione immediata **invia un messaggio**
con il tuo nome e cognome e **sarai subito contattato**

 **+39 392 26 25 419**



Scansiona e scopri tutti i nostri Servizi