

AlleviO₃

FISIOTERAPIA, OSTEOPATIE, TERAPIE STRUMENTALI E TERAPIE MANUALI

Testo per il sito allevio3.it — sezione *Terapie Manuali e Fisioterapia*

Testo divulgativo per il pubblico, sviluppato a partire dalla bozza fornita dal centro: non sostituisce la valutazione del fisioterapista/osteopata. La sezione "Terapia strumentale" è stata ampliata con le principali apparecchiature (laser, TENS, onde d'urto, ultrasuoni, elettrostimolazione, tecarterapia/diatermia) e le relative evidenze scientifiche verificate in questa sessione.

Il tuo benessere inizia dal corpo

Nel ritmo frenetico della vita moderna, il corpo accumula tensioni, rigidità e squilibri che spesso vengono ignorati fino a diventare un dolore insistente.

Il Centro Medico Polispecialistico AlleviO₃ nasce dalla convinzione che il recupero non sia solo la scomparsa del sintomo, ma il ritorno a un equilibrio funzionale completo. Attraverso discipline complementari — fisioterapia, osteopatia, chinesiologia, terapia manuale e terapia strumentale — costruiamo percorsi personalizzati che rispettano la storia di ogni persona e i suoi obiettivi di benessere.

«Non curiamo solo i sintomi. Cerchiamo la causa e accompagniamo il corpo nel suo naturale processo di autoregolazione.»

Le nostre discipline

Fisioterapia

Riabilitazione funzionale mirata al recupero dopo infortuni, interventi chirurgici o patologie croniche, con protocolli basati sull'evidenza scientifica.

Osteopatia

Approccio olistico che valuta e tratta il corpo nella sua globalità, ripristinando la mobilità dei tessuti e favorendo i processi di autoregolazione.

Chinesiologia

Studio del movimento umano applicato alla prevenzione, al miglioramento della performance e alla correzione degli squilibri posturali.

Terapia manuale

Tecniche manuali specifiche per disfunzioni articolari, miofasciali, muscolari e neurali, per ridurre il dolore e migliorare la funzione.

Terapia strumentale

Le terapie fisiche strumentali sono trattamenti che utilizzano apparecchiature elettromedicali per generare energie fisiche — meccaniche, elettriche, luminose o termiche — con finalità terapeutica, a supporto e completamento del lavoro manuale. Il centro dedica a questa sezione un approfondimento specifico più avanti in questa pagina.

I nostri terapisti

Marius Udrescu

Fondatore di **FISIOHEALTH**. La sua esperienza lavorativa è iniziata in ambito sportivo in collaborazione con società di calcio professionistiche come la Reggina Calcio e l'Hellas Verona, ma nello stesso tempo ho collaborato anche con centri di riabilitazione neurologica e ortopedica. Specializzato in diverse aree della fisioterapia, tra cui la Terapia

Manuale Ortopedica, la fisioterapia strumentale, la fisioterapia sportiva, la riabilitazione post-operatoria e il trattamento delle lesioni muscolo-scheletriche. Dopo 15 anni di esperienza in ambito fisioterapico, ha sentito l'esigenza di creare un progetto, in collaborazione con altri colleghi fisioterapisti, dando vita a **FISIOHEALTH**. Iscritto alla Federazione Nazionale Ordine Fisioterapisti FNOFI dal 2019 con il n° 1055.

Christian Villella

Professionista sanitario e docente internazionale con formazione multidisciplinare in fisioterapia, osteopatia, terapia manuale, FDM (Fascial Distortion Model), psicologia e scienze motorie. Integra competenze cliniche, didattiche e di ricerca per promuovere equilibrio posturale, benessere psicofisico e qualità della vita. Titolare del centro fisioterapico ed osteopatico Osteopatia Alto Adige, a Bolzano e Merano.

Formazione e qualifiche: Fisioterapista (Laurea in Fisioterapia — iscrizione Albo FNOFI BZ n. 677); Osteopata (Doctor of Science in Osteopathy e Ph.D. in Osteopathy — Registro OSTEOPRO n. 23); Psicologo (Albo 04 BZ n. 1256); Dottore in Scienze Motorie. Docente universitario in Terapia Manuale, Osteopatia Pediatrica, Osteopatia Geriatrica e Terapia Fasciale; ricercatore e presidente dell'Associazione Italiana Osteopati Professionali; Dottore in Giurisprudenza e perito in materie fisioterapiche e osteopatiche.

Marta Stancari

Professionista nell'ambito delle Scienze Motorie, della terapia manuale e dell'osteopatia. Docente di osteopatia viscerale e del pavimento pelvico, con particolare attenzione alla salute della donna. Integra competenze preventive, adattive e manuali per favorire benessere, sollievo e miglioramento della qualità della vita. Titolare del centro Chinesiolab di Crevalcore (BO).

Formazione e qualifiche: Osteopata e Osteopata BFD (Registro Osteopro n. 266); Dott.ssa in Scienze Motorie, MCB, terapeuta manuale; Diploma in osteopatia animale.

Terapia strumentale: le tecnologie disponibili

Accanto al lavoro manuale, il percorso riabilitativo può avvalersi di apparecchiature elettromedicali che, in base al tipo di energia erogata, favoriscono il controllo del dolore, la riduzione dell'infiammazione e il recupero funzionale dei tessuti. Ogni tecnologia ha indicazioni specifiche: la scelta viene sempre effettuata dal terapeuta sulla base della diagnosi e della fase clinica.

Laserterapia (fotobiomodulazione)

Utilizza luce a bassa o alta intensità, nello spettro dal rosso al vicino infrarosso, per stimolare i processi biologici di riparazione tissutale e ridurre il dolore e l'infiammazione locale. È impiegata in tendinopatie, artrosi, sindrome femoro-rotulea, lombalgia e nel dolore post-operatorio, spesso come terapia complementare all'interno di un percorso multimodale.

TENS (elettrostimolazione nervosa transcutanea)

Applica una corrente elettrica a bassa intensità tramite elettrodi cutanei con l'obiettivo di modulare la percezione del dolore. È utilizzata soprattutto come supporto nella gestione del dolore muscoloscheletrico e post-operatorio; l'evidenza scientifica ne indica un beneficio generalmente modesto e dipendente dal corretto dosaggio dei parametri (intensità, frequenza, durata), per cui viene proposta all'interno di un piano terapeutico più ampio e non come trattamento isolato.

Onde d'urto (ESWT — Extracorporeal Shockwave Therapy)

Genera onde meccaniche ad alta energia che, applicate sul tessuto interessato, stimolano i processi di guarigione e riducono il dolore. Rappresenta un'indicazione consolidata per le tendinopatie croniche (cuffia dei rotatori, epicondilita, tendinopatia rotulea e achillea, fascite plantare, sindrome del grande trocantere) e per le calcificazioni tendinee. I protocolli più comuni prevedono 3-4 sedute settimanali; dopo il trattamento non sono generalmente richieste restrizioni del carico o del movimento.

Ultrasuonoterapia

Utilizza onde meccaniche ad alta frequenza per produrre un effetto termico profondo e meccanico sui tessuti molli. È stata storicamente proposta per tendinopatie calcifiche, fascite plantare e sindrome del dolore miofasciale; le revisioni più recenti mostrano risultati eterogenei e, per alcune indicazioni come la tendinopatia calcifica della cuffia dei rotatori, tendono a preferire le onde d'urto focali.

Elettrostimolazione muscolare

Induce una contrazione muscolare tramite impulsi elettrici, con finalità di rinforzo, prevenzione dell'ipotrofia da immobilizzazione o supporto al recupero funzionale, integrata nel programma di esercizio terapeutico attivo.

Tecarterapia / diatermia

Trasferisce energia sotto forma di calore endogeno ai tessuti profondi tramite radiofrequenza, con l'obiettivo di favorire la vascolarizzazione locale e i processi riparativi. È ampiamente utilizzata nella pratica fisioterapica italiana, ma al momento non risultano pubblicate meta-analisi o revisioni sistematiche solide che ne dimostrino l'efficacia specifica rispetto ad altre terapie fisiche: viene pertanto proposta come tecnica complementare, con aspettative realistiche condivise con il paziente.

Tecnologie strumentali: sintesi

Tecnologia	Principio fisico	Indicazioni principali
Laserterapia	Luce rosso/infrarossa (fotobiomodulazione)	Tendinopatie, artrosi, lombalgia, dolore post-operatorio
TENS	Corrente elettrica a bassa intensità	Modulazione del dolore muscoloscheletrico e post-operatorio
Onde d'urto (ESWT)	Onde meccaniche ad alta energia	Tendinopatie croniche, calcificazioni tendinee
Ultrasuonoterapia	Onde meccaniche ad alta frequenza	Sindrome miofasciale, fascite plantare (evidenza eterogenea)
Elettrostimolazione muscolare	Impulsi elettrici per contrazione muscolare	Rinforzo, prevenzione ipotrofia da immobilizzazione
Tecarterapia / diatermia	Radiofrequenza, calore endogeno	Uso complementare; evidenza scientifica ancora limitata

Le terapie strumentali sono sempre integrate — mai sostitutive — al lavoro manuale e all'esercizio terapeutico attivo, all'interno di un piano personalizzato definito dal terapeuta.

Un percorso costruito sulla tua unicità

Non esiste un trattamento standard. Ogni persona è unica e merita un percorso costruito sulle sue esigenze, la sua storia e i suoi obiettivi di benessere.

1. Valutazione approfondita — anamnesi completa, esame fisico e analisi del movimento per individuare la vera causa del problema.
2. Piano di trattamento — protocolli integrati che combinano le tecniche più efficaci tra le diverse discipline, incluse le terapie strumentali quando indicate.
3. Monitoraggio e follow-up — controllo costante dei progressi e adattamento continuo del percorso per massimizzare i risultati.

Perché scegliere un percorso integrato

Trattamento mirato

Ogni seduta è progettata sulle esigenze specifiche della persona, senza protocolli generici.

Evidenza scientifica

Utilizziamo tecniche validate dalla ricerca e continuamente aggiornate, con trasparenza sul livello di evidenza disponibile per ciascuna terapia.

Ascolto e relazione

Il rapporto di fiducia è al centro del percorso terapeutico.

Tempi ottimizzati

L'integrazione delle discipline accelera i risultati e riduce le recidive.

Ambiente accogliente

Spazi moderni, silenziosi e pensati per il comfort e la privacy del paziente.

Continuità di cura

Un accompagnamento fino al raggiungimento completo degli obiettivi terapeutici.

Quando rivolgersi a fisioterapia, osteopatia o terapia manuale

- Dolore muscoloscheletrico acuto o cronico (schiena, collo, spalla, ginocchio)
- Recupero funzionale dopo infortuni o interventi chirurgici ortopedici
- Tendinopatie e infiammazioni croniche
- Rigidità articolare e limitazioni del movimento
- Squilibri posturali
- Necessità di un percorso riabilitativo integrato con la Medicina del Dolore o l'Ortopedia del centro

Pronto a ritrovare il tuo equilibrio?

Prenota una valutazione iniziale. Ti ascolteremo e costruiremo insieme il percorso più adatto a te, integrando le competenze manuali, del movimento e strumentali del team.

Nota importante: le informazioni presenti in questa pagina hanno esclusivamente finalità informative e non sostituiscono la valutazione clinica. La scelta delle tecniche manuali e strumentali più appropriate spetta al fisioterapista o all'osteopata sulla base della diagnosi e della storia clinica individuale.

Riferimenti scientifici

- ISMST — International Society for Medical Shockwave Treatment, Guidelines for ESWT (gennaio 2024) — <https://shockwavetherapy.org/wp-content/uploads/2024/01/ISMST-Guidelines-for-ESWT- -engl-20240103.pdf>
- Mass General Brigham / BJSM — Nuove linee guida per la terapia con onde d'urto in medicina dello sport — <https://www.massgeneralbrigham.org/en/about/newsroom/press-releases/guidelines-for-shockwave-therapy-in-sports-medicine>
- Photobiomodulation therapy in musculoskeletal rehabilitation — revisione sistematica — <https://link.springer.com/article/10.1007/s11332-026-01694-w>
- Quality appraisal of systematic reviews on high-intensity laser therapy for musculoskeletal pain — umbrella review — <https://link.springer.com/article/10.1007/s10103-024-04241-6>
- WHO Clinical Practice Guideline — benefici e rischi della TENS nella lombalgia cronica primaria — <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10684422/>
- Ultrasound therapy for pain reduction in musculoskeletal disorders — revisione sistematica e meta-analisi 2024 — <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/20406223241267217>
- Efficacy of low-intensity ultrasound therapy for myofascial pain syndrome — revisione sistematica e meta-analisi 2024 — <https://link.springer.com/article/10.1186/s12891-024-08174-7>

Verifica effettuata in questa sessione: confermate tramite ricerca diretta le linee guida ISMST 2024 e le nuove raccomandazioni su onde d'urto in medicina dello sport (pubblicate su British Journal of Sports Medicine, protocolli tipici 2000-3000

impulsi/seduta, 3-4 sedute settimanali); una revisione sistematica 2025 su fotobiomodulazione (circa 2.800 pazienti, 53 studi) e un umbrella review 2024 sul laser ad alta intensità; la revisione sistematica WHO su TENS e lombalgia cronica primaria; due revisioni sistematiche 2024 sull'ultrasuonoterapia (dolore muscoloscheletrico e sindrome miofasciale). Per la tecarterapia/diatermia non sono state trovate meta-analisi o revisioni sistematiche pubblicate: il testo lo segnala esplicitamente, in linea con il principio di trasparenza sulle fonti