



# Dr. Marco Giaracuni

Specialista in Ortopedia e Traumatologia  
Dirigente Medico Ortopedia e Traumatologia  
Ospedale "Vito Fazzi" di Lecce  
C.T.U. del Tribunale di Lecce

## PROTOCOLLO RIABILITATIVO dal 15° al 30° giorno post operatorio

- DEAMBULAZIONE CON TUTORE E DENTRO CASA SENZA TUTORE
- GINNASTICA DI POTENZIAMENTO MUSCOLO QUADRICIPITE FEMORALE, FLESSORI, ADDUTTORI ED ABDUTTORI CON RESISTENZA PROGRESSIVA
- GINNASTICA ISOMETRICA A 45° SENZA RESISTENZA → CON RESISTENZA PROGRESSIVA
- ESERCIZI DI STRETCHING FLESSORI DI COSCIA E FLESSORI DI GAMBA
- COCONTRAZIONI A CATENA CHIUSA
- FACILITAZIONI NEUROMUSCOLARI → POTENZIAMENTO E STRETCHING
- CYCLETTE SENZA RESISTENZA A SELLINO ALTO → CON RESISTENZA PROGRESSIVA ABBASSANDO GRADUALMENTE IL SELLINO
- MASSOTERAPIA ED ELETTROSTIMOLAZIONE ATTIVATORI DI GINOCCHIO
- IDROCHINESITERAPIA (DEAMBULAZIONE, RINFORZO MUSCOLARE, FLUIDITÀ ARTICOLARE)

RESISTENZA: KG 4-6 ALLA COSCIA (INCREMENTO PROGRESSIVO)

**Segreteria:** Tel. 333.7171.535  
dalle ore 9.00 alle 13.00 e dalle 15.30 alle 20.00 (lun-ven)  
**Cellulare:** 328 594 4051 anche WhatsApp  
**mail:** m.giaracuni@gmail.com **sito:** www.marcogiaracuni.it