



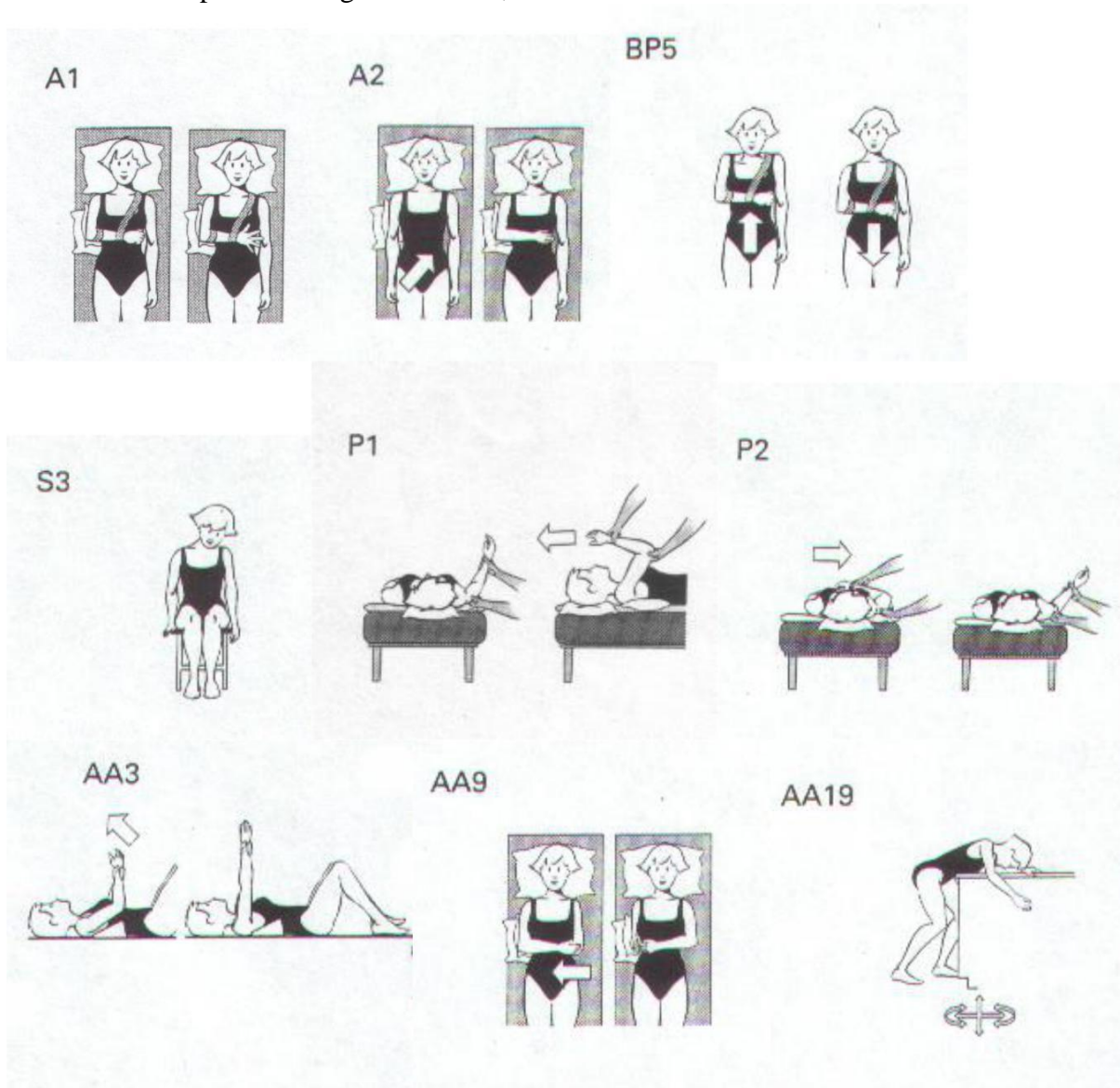
DR GIUSEPPE SFORZA
SPECIALISTA IN ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA

**Programma riabilitativo post-intervento
di endoprotesi od artroprotesi di spalla
con lesione dei tessuti molli periarticolari**

Tutore con braccio al collo e rotazione neutra o intrarotazione per 15-20 giorni, ghiaccio in loco per i primi 3 giorni.

1°-20° giorno:

- Esercizi di pompa manuale, flessione-estensione del gomito, autostretching del trapezio, movimenti di elevazione e depressione delle scapole,
- Mobilizzazione articolare passiva ed assistita con l'arto controlaterale da supino: elevazione 0-90 gradi, intra e extrarotazione 0-30 gradi eseguita a 30 gradi di abduzione (o secondo l'indicazione del chirurgo),
- Esercizi pendolari a gomito flesso,

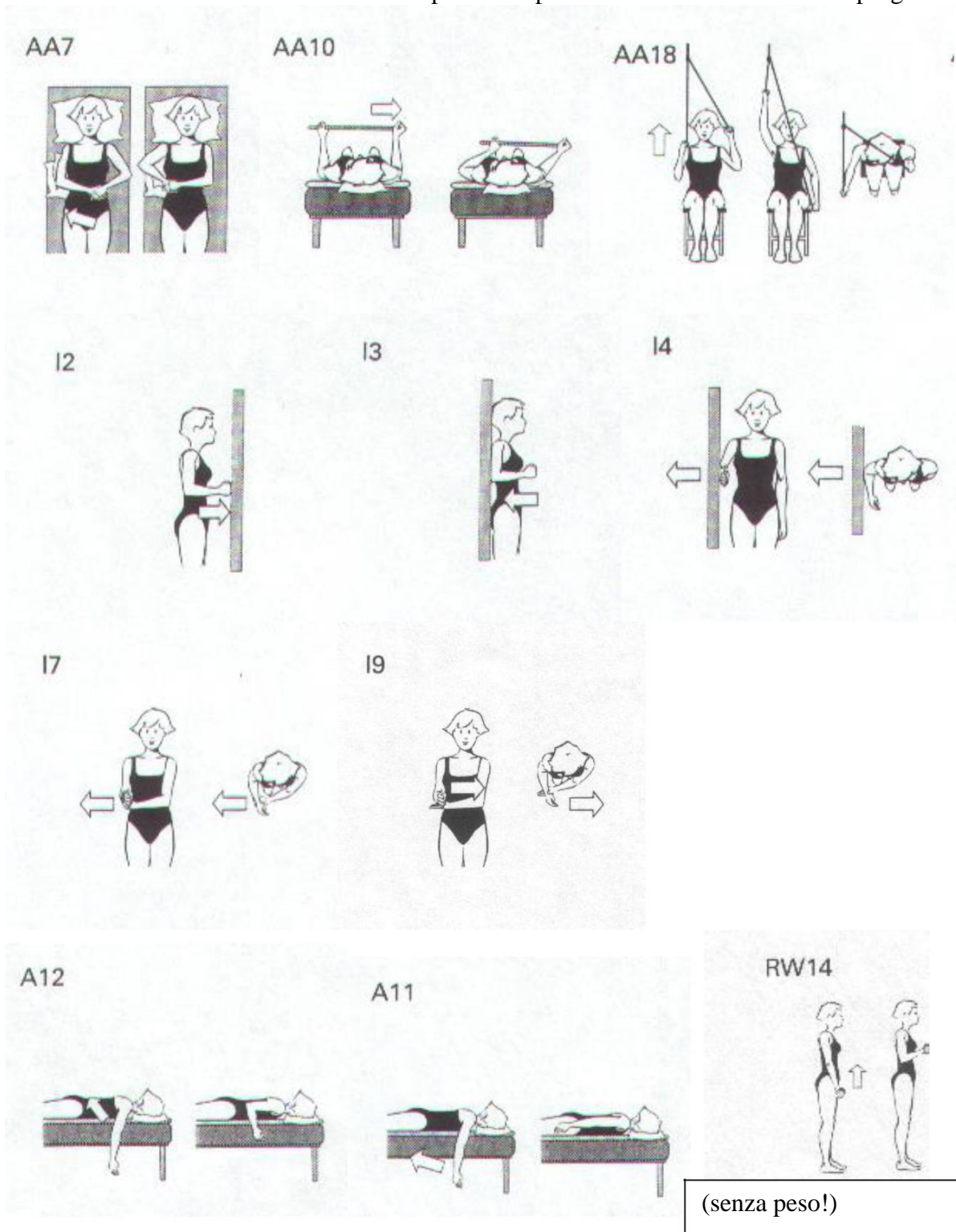


20°-40° giorno:

- Proseguire con esercizi pendolari a gomito esteso,
- Mobilizzazione assistita con carrucola e bastoncino e con l'arto controlaterale in posizione supina e seduta: elevazione 0-110 gradi, extrarotazione 0-60 gradi (o secondo l'indicazione

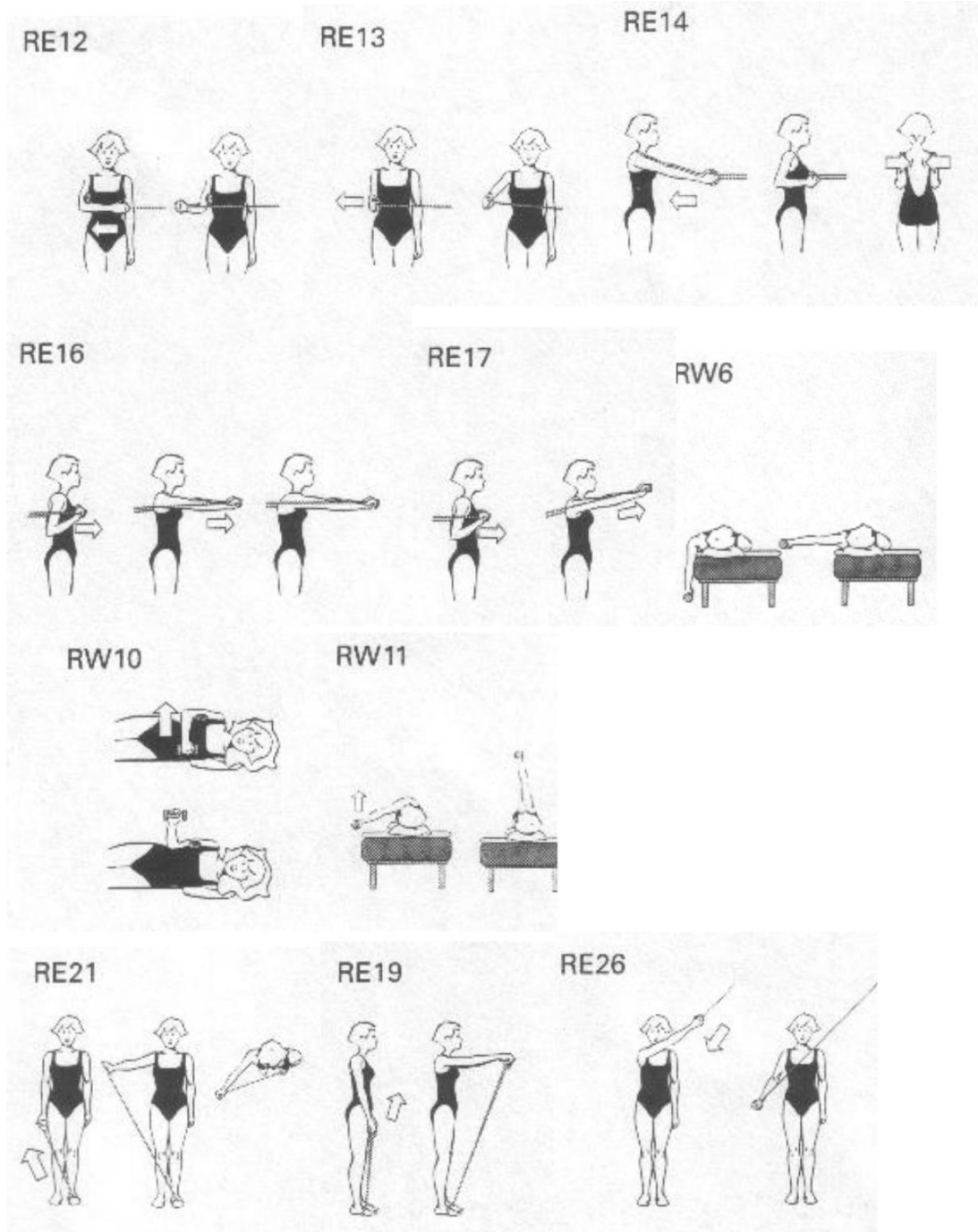
del chirurgo), intrarotazione 0-45 gradi (o secondo l'indicazione del chirurgo), abduzione 0-70 gradi,

- Esercizi di rinforzo isometrico: deltoide, extrarotatori ed intrarotatori a 0-30 gradi di abduzione,
- Mobilizzazione attiva secondo quanto consentito dal dolore,
- Rinforzo muscolare isotonicico bicipite e tricipite eventualmente con carichi progressivi,



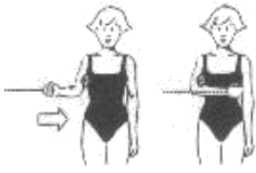
6°-10° settimana:

- Mobilizzazione attiva fino a raggiungere il completo range di movimento della spalla, secondo quanto consentito dal dolore,
- Rinforzo muscolare eccentrico ed isotonic con bande elastiche: deltoide, intra e extrarotatori e muscoli scapolo-toracici,
- Autostretching capsulare progressivo in elevazione, intra e extrarotazione

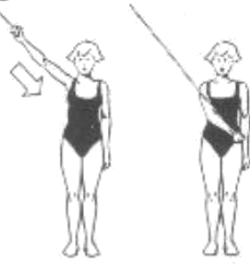


Ed a seguire:

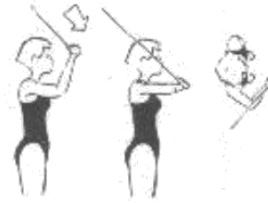
RE11



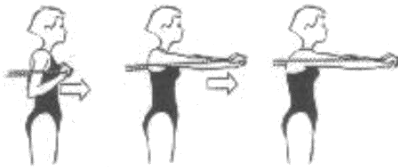
RE25



RE29



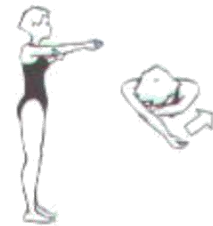
RE16



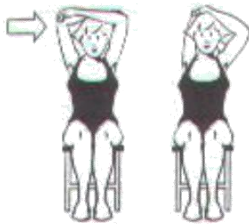
S6



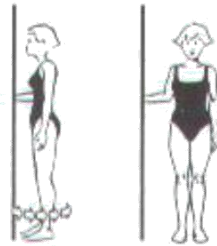
S7



S5



S8



S9



S10



S12

