

L'etimologia della parola "kinesi" deriva dal greco e significa in sostanza "movimento" che può essere passivo o attivo. Nel primo caso il fisioterapista applica delle tecniche sul paziente che lo subisce senza alcuna partecipazione motoria volontaria, se non sul piano propriocettivo; nel secondo caso è proprio il paziente che agisce attivamente e che mette in pratica gli esercizi consigliati dal fisioterapista.

Durante l'esecuzione degli esercizi si possono usare degli ausili che facilitano il movimento o lo rendono più difficile, a seconda dello scopo che vogliamo raggiungere (elastici, bastoni, carrucole, tappetini, palloni, cyclette, tapis-roulant, riabilitatore, ruota di Lapidari etc.).

È comunque indispensabile, soprattutto nella kinesi passiva, che il fisioterapista conosca bene le strutture anatomiche su cui lavora e le risposte che queste possono dare.

INDICAZIONI: in tutti quei casi dove c'è bisogno di un recupero muscolare ed articolare.

CONTROINDICAZIONI: nessuna