



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Reggio Emilia



IL LINFEDEMA

auto-trattamento

Dipartimento Aziendale di Riabilitazione

L'auto-trattamento del linfedema comprende l'auto-linfodrenaggio, l'autobendaggio e gli esercizi

Cos'è il linfedema

Il linfedema del braccio è un effetto collaterale (una conseguenza) dell'intervento chirurgico e dei trattamenti di cura radioterapici per l'asportazione del tumore al seno con rimozione dei linfonodi ascellari. Si tratta di un accumulo di liquidi nei tessuti molli che si manifesta come gonfiore (edema) del braccio e della mano della parte operata. Il linfedema è una patologia cronica che può comparire precocemente dopo l'intervento o anche dopo molto tempo.

Questi i sintomi più frequenti:

- senso di pesantezza,
- tensione e indurimento della pelle,
- dolore, bruciori e intorpidimento del braccio,
- riduzione dell'elasticità della pelle e della mobilità articolare,
- limitazione delle attività della vita quotidiana,
- infezioni frequenti.

Cosa fare per ridurre i rischi

La causa del linfedema non sempre è identificabile, a volte basta anche solo una piccola ferita (come una puntura d'insetto o un graffio), tuttavia si manifesta sempre con un gonfiore.

Perciò la vera terapia è la prevenzione ed è fondamentale fare attenzione a:

- evitare qualsiasi trauma o ferita. Se capita, disinfettare accuratamente e coprire con una garza sterile (indossare guanti durante i lavori domestici e soprattutto durante i lavori a rischio);
- non misurare la pressione né fare iniezioni/prelievi nel braccio operato;
- non indossare anelli, bracciali e vestiti stretti (sono preferibili tessuti naturali come il cotone o la seta);
- evitare movimenti ripetitivi e sforzi eccessivi (non portare borse pesanti con la tracolla sulla spalla del braccio operato, non stirare o tenere i bimbi in braccio per tempi prolungati);
- se il braccio si affatica, metterlo in una posizione "di scarico" ad esempio appoggiato su un cuscino, possibilmente più alto della spalla;
- curare e pulire con cura la pelle ed evitare di stare per lungo tempo al sole;
- evitare cambiamenti bruschi di temperatura e l'esposizione prolungata a fonti di calore;

- evitare di ingrassare e seguire una dieta mediterranea, povera di grassi saturi (formaggi, burro, parte grassa della carne, ecc...), povera di carboidrati raffinati (pane bianco, biscotti, pasticcini, dolci, gelati, bevande gassate e zuccherate) e povera di sale e insaccati;
- fare gli esercizi dell'attività educativa post-operatoria durante la radioterapia e la chemioterapia (uno/due volte al giorno);
- fare regolarmente un'attività fisica leggera (sono raccomandati cammino, nuoto, bicicletta, ginnastica dolce, stretching, pilates, yoga, qi-gong, ecc...);
- durante i viaggi lunghi, soprattutto in aereo, utilizzare il manicotto elastico prescritto dal fisiatra;
- al bisogno, preparare un litro di tisana drenante da bere durante la giornata (50 gr di centella, 50 gr di betulla, 50 gr di pilosella, 50 gr di ortosifon, 50 gr di gramigna, 50gr di vite rossa, bollire in acqua per 10 minuti e filtrare).

Cosa fare se si gonfia il braccio

È possibile controllare il linfedema con un trattamento riabilitativo intensivo specifico che comprende linfodrenaggio manuale e meccanico, elastocompressione (bendaggio e manicotto elastico), esercizio fisico ed educazione respiratoria.

Per ottenere buoni risultati è fondamentale intervenire il prima possibile e impegnarsi anche a casa eseguendo alcune manovre di auto-linfodrenaggio, l'auto-bendaggio e gli esercizi come riportato di seguito.

ATTENZIONE

Se il braccio diventa improvvisamente rosso, caldo, dolente e gonfio potrebbe trattarsi di un'infezione acuta chiamata "erisipela".

È importantissimo rivolgersi subito al medico ed evitare di fare esercizi e linfodrenaggio.

Auto-trattamento

L'auto-trattamento deve essere eseguito senza reggiseno, anelli, collane o braccialetti.

ATTENZIONE

In questo opuscolo viene considerato il braccio destro come esempio di braccio con linfedema.

Le manovre devono essere eseguite sul braccio operato (quando non specificato diversamente).

In fase di riacutizzazione, eseguire l'auto-trattamento tutti i giorni per una settimana.

In fase di stabilizzazione, decidere con il medico e il fisioterapista di riferimento la frequenza dell'auto-trattamento.

MANOVRE DI AUTO-LINFODRENAGGIO

Queste manovre devono essere eseguite direttamente sulla pelle stando sedute.

La pressione delle dita durante le manovre deve essere molto leggera. Ogni manovra di massaggio va eseguita 5 volte nello stesso punto del corpo e ogni sequenza va ripetuta 3 volte.

Alla fine di ogni sequenza bisogna alzare le mani verso l'alto, aprire bene e chiudere le mani a pugno alcune volte (manovra di scarico – foto 1a e 1b).

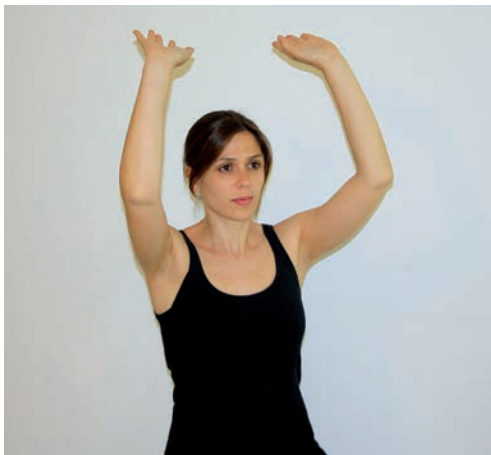


Foto 1a
Aprire le mani

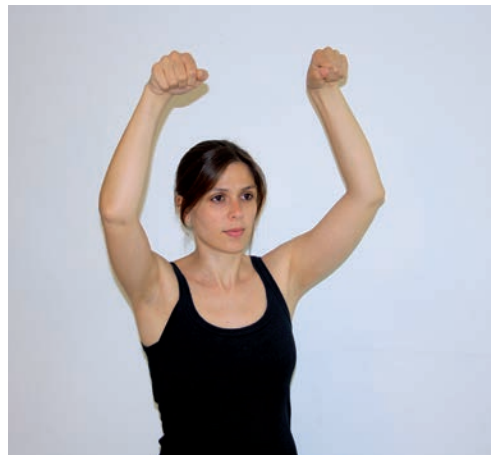


Foto 1b
Chiudere le mani

Collo

a) Sequenza anteriore

- Appoggiare le dita a piatto sulla pelle sotto le orecchie (foto 2a). Fare 5 semicerchi consecutivi con movimento all'indietro poi in basso con entrambe le mani contemporaneamente.
- Appoggiare le dita a piatto sulla pelle ai lati del collo (foto 2b). Fare 5 semicerchi consecutivi con movimento all'indietro poi in basso con entrambe le mani contemporaneamente.
- Come nella foto 2c (mani sulle clavicole) fare 5 semicerchi consecutivi con direzione in basso e verso il centro, appoggiando i polpastrelli nelle fossette sopra le clavicole, con entrambe le mani contemporaneamente.

Ripetere le tre manovre per 3 volte.

(Ripetere manovra di scarico - foto 1a e 1b)



Foto 2a
Sotto le orecchie



Foto 2b
Parte laterale del collo

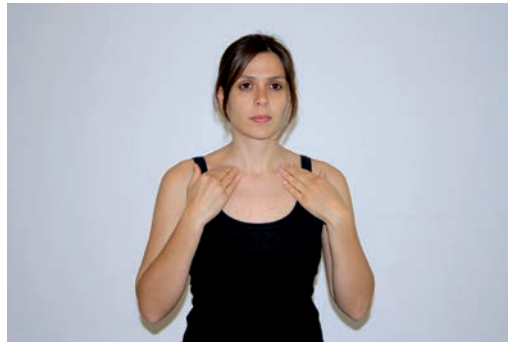


Foto 2c
Clavicola

b) Sequenza posteriore

- Appoggiare le dita a piatto sulla pelle nella parte alta dietro al collo (foto 3a).
Fare 5 semicerchi consecutivi con movimento all'indietro poi in basso con entrambe le mani contemporaneamente.
- Appoggiare le dita a piatto sulla pelle dietro al collo in basso (foto 3b). Fare 5 semicerchi consecutivi con movimento all'indietro poi in basso con entrambe le mani contemporaneamente.
- Come nella foto 3c (mani sulle clavicole) fare 5 semicerchi consecutivi con direzione in basso e verso il centro, appoggiando i polpastrelli nelle fossette sopra le clavicole, con entrambe le mani contemporaneamente.

Ripetere le tre manovre per 3 volte.

(Ripetere manovra di scarico - foto 1a e 1b)



Foto 3a
Parte alta dietro al collo



Foto 3b
Dietro al collo in basso



Foto 3c
Clavicola

Torace

a) **Appoggiare il braccio NON operato sul tavolo:** con la mano del braccio operato fare 5 spinte consecutive verso dietro nelle tre posizioni illustrate nelle foto 4a, 4b e 4c.

Ripetere per 3 volte.

(Ripetere manovra di scarico - foto 1a e 1b)



Foto 4a
Sotto l'ascella



Foto 4b
Appena sotto



Foto 4c
Sotto al seno

b) **Appoggiare il braccio operato sul tavolo:** con la mano del braccio NON operato fare 5 spinte consecutive verso dietro nelle tre posizione illustrate nelle foto 5a, 5b e 5c.

Ripetere per 3 volte.

(Ripetere manovra di scarico - foto 1a e 1b)



Foto 5a
Sotto l'ascella



Foto 5b
Appena sotto



Foto 5c
Sotto al seno

a) **Appoggiare il braccio operato sul tavolo.** Sul petto con la mano della parte non operata **tirare la pelle** per 5 volte consecutive nelle tre posizioni (foto 6a, 6b e 6c). La direzione in cui tirare deve sempre essere **dal seno operato verso l'altro seno.**

Ripetere per 3 volte.

(Ripetere manovra di scarico - foto 1a e 1b)



Foto 6a
Sul seno operato



Foto 6b
Al centro del torace



Foto 6c
Sul seno non operato

b) Ripetere l'esercizio precedente per 5 volte consecutive nelle tre posizioni (foto 7a, 7b e 7c), mettendo la mano della parte non operata **sotto al seno**. La direzione in cui tirare deve sempre essere **dal seno operato verso l'altro seno**.

Ripetere per 3 volte.

(Ripetere manovra di scarico - foto 1a e 1b)



Foto 7a
Sotto al seno operato



Foto 7b
Al centro sotto ai seni



Foto 7c
Sotto al seno non operato

Con tutte e due le mani, fare pressione in profondità con la punta delle dita negli spazi intercostali (quando possibile) per 5 volte consecutive in ogni punto indicato dalle posizioni illustrate nelle foto 8a, 8b e 8c. (Manovra "soldatini").

Ripetere per 3 volte.

(Ripetere manovra di scarico - foto 1a e 1b)



Foto 8a
Ai lati dello sterno



Foto 8b
Tra i due seni



Foto 8c
Sotto al seno a braccia incrociate

Braccio

Queste manovre devono essere eseguite **da seduta e solo sul braccio con linfedema, tenuto appoggiato.**

Mettere delicatamente la mano del braccio NON operato attorno al braccio CON linfedema, tenendo tutte le dita (anche il pollice) unite come in foto. Eseguire 5 spinte consecutive verso l'alto in direzione della spalla nei tre punti indicati dalle foto 9a, 9b e 9c.

Ripetere per 3 volte.

(Ripetere manovra di scarico - foto 1a e 1b)



Foto 9a
Vicino al gomito



Foto 9b
Al centro del braccio



Foto 9c
Alla spalla

Eseguire 5 semicerchi nell'incavo del gomito del braccio con linfedema, in direzione della spalla. Ripetere per 3 volte.

(Ripetere manovra di scarico - foto 1a e 1b)



Foto 10
Semicerchi nell'incavo del gomito
(in direzione della spalla)

Avambraccio

a) Appoggiare la mano del braccio con linfedema "di taglio", come in foto (appoggiare al tavolo solo il mignolo). Con la mano del braccio NON operato eseguire 5 spinte consecutive in direzione del gomito nei 3 punti indicati nelle foto 11a, 11b e 11c.

Ripetere per 3 volte.

(Ripetere manovra di scarico - foto 1a e 1b)



Foto 11a
Vicino al polso



Foto 11b
Al centro dell'avambraccio



Foto 11c
Al di sotto del gomito

b) Appoggiare sul tavolo solo il palmo della mano del braccio con linfedema come in foto.

Con la mano del braccio NON operato eseguire 5 spinte consecutive in direzione del gomito nei 3 punti indicati nelle foto 12a, 12b e 12c. Ripetere per 3 volte.

(Ripetere manovra di scarico - foto 1a e 1b)



Foto 12a
Vicino al polso



Foto 12b
Al centro dell'avambraccio



Foto 12c
Al di sotto del gomito

Eeguire 5 semicerchi sul polso del braccio con linfedema in direzione del gomito.

Ripetere per 3 volte.

(Ripetere manovra di scarico - foto 1a e 1b)



Foto 13

Palmo verso l'alto. Semicerchio sul polso in direzione del gomito

Appoggiare il palmo della mano con linfedema sul tavolo.

Con i polpastrelli (punta delle dita) dell'altra mano eseguire 5 pressioni consecutive in direzione del pavimento ("soldatini") nei punti indicati dalle linee nere della foto 14.

Ripetere per 3 volte.

(Ripetere manovra di scarico - foto 1a e 1b)



Foto 14

Sul dorso della mano, pressioni in profondità con la punta delle dita

Avvolgendo ogni singolo dito della mano con l'infedema, eseguire 5 piccole spinte consecutive in direzione della base del dito.
Ripetere la sequenza per tutte le dita, per 3 volte.
(Ripetere manovra di scarico - foto 1a e 1b)



Foto 15
Avvolgere ogni singolo dito

Eeguire una sola spinta verso l'alto, in direzione della spalla, nei 6 punti indicati dalle foto seguenti lungo tutto il braccio, dal polso alla spalla.

(Ripetere manovra di scarico - foto 1a e 1b)



Foto 16a



Foto 16b



Foto 16c



Foto 16d



Foto 16e



Foto 16f

Spinte lungo tutto il braccio dal polso fino alla spalla (una volta per ogni posizione)

Per concludere, fare un massaggio di sfioramento, passando con la punta della dita sul braccio operato dal basso verso l'alto per 3 volte.

AUTOBENDAGGIO

Cosa occorre per l'autobendaggio:

- 2 bende elastiche per la mano,
- 1 manica di tessuto,
- 1 rotolo di cotone germanico,
- 3 bende elastiche (una da 6 cm e due da 8 cm).

Dopo aver fermato la benda con un giro nel polso (senza stringere), srotolare la benda andando dal pollice verso il mignolo e bendare le dita iniziando dal mignolo (foto 17a).

Fare 3 giri per ogni dito: uno sotto l'unghia, uno a metà e uno alla base del dito.

È importante lasciare libera l'unghia e coprire uniformemente il dito. Nel bendaggio della mano è importante passare sempre sul dorso e lasciare libero il palmo della mano (foto 17b e 17c).



Foto 17a



Foto 17b



Foto 17c

Dopo aver infilato la manica di tessuto (evitando le pieghe), bendare la mano e il braccio fino alla spalla con il cotone germanico, lasciando libere le dita.

Partire dal polso per fermare il rotolo, poi passare alla mano facendo almeno 3 passaggi, assicurandosi di aver coperto bene tutta la mano, tranne le dita.

Salire fino alla spalla sovrapponendo per metà il cotone ad ogni giro. Sul gomito fare due giri completamente sovrapposti per proteggerlo (foto 18).



Foto 18



Foto 19

La prima benda elastica (quella più piccola da 6 cm) deve partire, come il cotone, dal polso e avvolgere tutta la mano e parte dell'avambraccio.



Foto 20

La seconda benda (da 8 cm) deve partire dal polso e salire verso il gomito fino alla fine del rotolo. Nei punti in cui si sovrappone alla prima benda i giri possono essere più distanti tra loro. Invece, da dove finisce la prima benda, i giri devono essere distanziati di 1 cm circa.



Foto 21

La terza benda (da 8 cm) parte circa da metà avambraccio e deve arrivare fino all'ascella. Dove copre l'altra benda i giri possono essere più distanti tra loro. Invece, da dove finisce la seconda benda, i giri devono essere distanziati di 1 cm circa.

IMPORTANTE

Il bendaggio finale deve essere compatto e uniforme.

Il bendaggio deve essere più stretto alla mano e meno stretto salendo verso l'ascella.

Se le unghie diventano bianche, togliere immediatamente il bendaggio e ripeterlo.



Foto 22

ESERCIZI

Questi esercizi devono essere eseguiti indossando il bendaggio o il manicotto elastico. Indicativamente, bisogna eseguire ogni esercizio 10 volte. Accompagnare ogni movimento con l'inspirazione (prendere dentro l'aria) dal naso e l'espirazione (buttare fuori l'aria) soffiando dalla bocca.

Esercizi di mobilizzazione

In posizione seduta con le mani appoggiate sulle gambe, inspirare e alzare le spalle, espirare e abbassare le spalle (foto 23a e foto 23b).



Foto 23a
Inspirare



Foto 23b
Espirare

Eeguire lo stesso esercizio, alzando e abbassando le spalle, con le braccia alzate verso il soffitto.
Appoggiare la mano del braccio bendato sull'altra mano.
Durante la respirazione le braccia non si abbassano mai (foto 24a e foto 24b).



Foto 24a
Inspirare



Foto 24b
Espirare

In posizione seduta con le mani appoggiate alle gambe, inspirare e cercare di avvicinare tra loro le scapole aprendo il petto (foto 25a), quindi espirare allontanando le scapole e chiudendo il petto (foto 25b).



Foto 25a
Inspirare



Foto 25b
Espirare

Eeguire l'esercizio precedente (aprire e chiudere il petto e le scapole) con le braccia sollevate in avanti all'altezza delle spalle. La mano del braccio bendato appoggia sull'altra e i palmi delle mani sono rivolti verso il basso. Le braccia non si abbassano mai (foto 26a e foto 26b).



Foto 26a
Inspirare



Foto 26b
Espirare

In piedi con le mani appoggiate all'angolo di un muro all'altezza del viso (foto 27a), inspirare ed alzare le braccia verso l'alto facendo scivolare le mani sul muro (foto 27b).

Espirare e tornare con le mani alla posizione di partenza all'altezza del viso.



Foto 27a
Posizione di partenza



Foto 27b
Inspirare

Esercizi con elastico

In posizione seduta, con l'elastico dietro alla schiena, i gomiti piegati tenuti vicino ai fianchi, inspirare e stendere i gomiti portando le braccia in fuori tenendo il palmo della mano verso l'alto.

Espirare e tornare alla posizione di partenza.

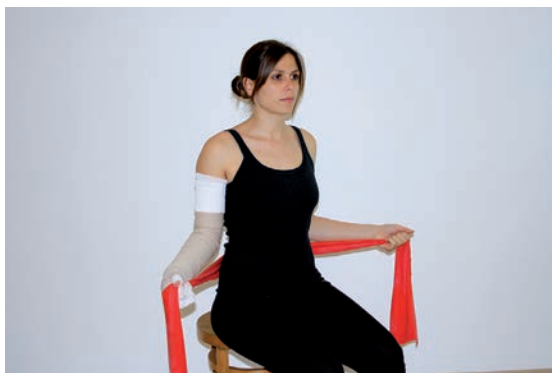


Foto 28a
Posizione di partenza



Foto 28b
Inspirare e stendere i gomiti

In posizione seduta, con l'elastico davanti alla pancia e le mani alla stessa larghezza delle spalle, mantenendo i gomiti piegati attaccati ai fianchi, inspirare e portare le mani verso l'esterno senza staccare i gomiti dai fianchi.
Espirare e tornare alla posizione di partenza.



Foto 29a
Posizione di partenza



Foto 29b
Inspirare e portare le mani verso l'esterno

In posizione seduta, con l'elastico davanti alla pancia e il palmo delle mani verso il basso, inspirando portare il braccio destro verso l'alto e contemporaneamente il sinistro verso il basso, portando entrambe le braccia indietro.

Espirare e tornare nella posizione di partenza.

Ripetere l'esercizio scambiando le braccia (sinistro in alto e destro in basso).



Foto 30a
Posizione di partenza



Foto 30b
Inspirare

In posizione seduta, tenere il braccio sinistro fermo lungo il fianco e il braccio destro piegato sopra la testa.

Inspirando stendere il braccio destro verso l'alto; espirando tornare alla posizione di partenza.

Ripetere lo stesso esercizio con l'altro braccio.



Foto 31a
Posizione di partenza



Foto 31b
Inspirare

Esercizi a terra

Posizione di partenza: in posizione supina (sdraiata con la schiena a terra, su un tappetino o un asciugamano) con le gambe piegate e i piedi appoggiati a terra (ginocchia e piedi devono essere in linea con i fianchi), braccia lungo i fianchi.

- Senza staccare il sedere da terra, inspirare inarcando leggermente la schiena; espirare riappoggiando TUTTA la schiena al pavimento, sempre senza staccare il sedere da terra.



Foto 32a
Inspirare e inarcare la schiena



Foto 32b
Espirare

- Inspirare nella posizione di partenza ed espirare sollevando il sedere da terra.
Tornare nella posizione di partenza.



Foto 33a Posizione di partenza, inspirare



Foto 33b Espirare e sollevare il bacino

- Inspirare nella posizione di partenza ed espirare portando un ginocchio al petto. Inspirare tornando con il piede a terra.
Eseguire lo stesso esercizio con l'altra gamba.



Foto 34a Posizione di partenza, inspirare



Foto 34b Espirare

- Eseguire l'esercizio precedente portando contemporaneamente al petto tutte e due le ginocchia.



Foto 35a Posizione di partenza, inspirare



Foto 35b Espirare

- Inspirare nella posizione di partenza ed espirare portando le ginocchia unite verso sinistra senza sollevare i piedi. Inspirare nuovamente tornando nella posizione di partenza. Ripetere l'esercizio verso destra.



Foto 36a Posizione di partenza, inspirare



Foto 36b Espirare

- Eseguire l'esercizio precedente accavallando una gamba sull'altra: accavallare la gamba destra sulla sinistra e scendere con le ginocchia a destra; accavallare la gamba sinistra sulla destra e scendere a sinistra.



Foto 37a Posizione di partenza, inspirare



Foto 37b Espirare

- Nella posizione di partenza ruotare i palmi delle mani verso l'alto, inspirare portando le braccia tese verso l'alto, passando da fuori e facendole scivolare sul pavimento. Espirare tornando nella posizione di partenza.



Foto 38a Posizione di partenza



Foto 38b Inspirare

- Nella posizione di partenza tenere le braccia aperte con il palmo verso l'alto all'altezza delle spalle e inspirare.
Espirare unendo le mani sopra il petto tenendo le braccia tese.
Inspirare nuovamente e tornare nella posizione di partenza.



Foto 39a
Posizione di partenza, inspirare



Foto 39b
Espirare e unire le mani

CONSIGLI E SUGGERIMENTI

Posizione di scarico

Al termine degli esercizi e/o a fine giornata è consigliato mantenere la posizione di scarico, sdraiata con le gambe sollevate e i piedi appoggiati al muro.

Aprire e chiudere le dita dei piedi muovendo la punta dei piedi verso l'alto e verso il basso, come indicato nelle foto 40a e 40b.



Foto 40a
Inspirare e flettere i piedi



Foto 40b
Espirare e stendere i piedi

Massaggio decontratturante con la pallina

Piede: da seduta, con la pallina sotto il piede, disegnare dei cerchi. Alternare il piede destro e il piede sinistro.



Foto 41
Piede

Schiena: in piedi appoggiata al muro, posizionare la pallina sul muscolo, facendo attenzione a non premere sulle ossa. Eseguire tutti i massaggi sia a destra che a sinistra.

1. Tenere la pallina tra il muro e la spalla (zona del trapezio, sopra alla scapola); eseguire movimenti verso destra e sinistra.



Foto 42
Zona del trapezio

2. Tenere la pallina tra il muro e la zona tra le due scapole (a destra e poi a sinistra della colonna vertebrale); fare rotolare la pallina in alto e in basso, piegando e stendendo leggermente le ginocchia.



Foto 43
Tra le scapole

3. Tenere la pallina tra il muro e la parte bassa della schiena (zona lombare, ai lati della colonna vertebrale); fare rotolare la pallina in alto e in basso, piegando e stendendo leggermente le ginocchia.



Foto 44
Zona lombare

4. Tenere la pallina tra il muro e la parte centrale del gluteo; premere contro la pallina poi rilasciare, alternare con movimenti circolari.

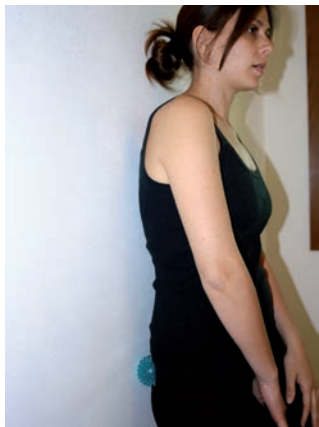


Foto 45
Gluteo

Camminata sul posto: per concludere camminare sul posto a ginocchia alte, 10 volte per gamba.



Foto 46
Camminata a ginocchia alte

Infine è utile ricordare che **il manicotto elastico** (non il bendaggio) deve essere portato tutti giorni, solo durante il giorno, anche durante l'attività fisica o sportiva.

Si ricorda, inoltre, che una alimentazione corretta ("***tu sei quello che mangi***") e uno stile di vita ricco di attività fisica è fondamentale per il mantenimento e il miglioramento dei risultati ottenuti.

Contatti

mariabernadette.ligabue@ausl.re.it

paola.veroni@ausl.re.it

agnese.cepelli@ausl.re.it

Palestra di Correggio - Telefono 0522 630626

Il progetto è stato sviluppato da:

Responsabile del progetto:

Mirco Lusuardi Direttore del Dipartimento aziendale di riabilitazione

Referente clinico del progetto:

Maria Bernadette Ligabue Fisiatra della Neuroriabilitazione di Correggio

Referente fisioterapico del progetto:

Paola Veroni Massofisioterapista al RRF di Correggio

Responsabile scientifico e coordinamento metodologico:

Isabella Campanini Responsabile LAM - Laboratorio Analisi Movimento di Correggio

Supporto statistico:

Andrea Merlo Ingegnere LAM - Laboratorio Analisi Movimento di Correggio

Hanno partecipato attivamente al progetto:

Chiara Albertini Fisioterapista RRF di Guastalla

Maria Luisa Albertini Fisioterapista RRF di Guastalla

Massimo Bedogni Fisiatra di Castelnovo ne' Monti

Marianna Carlino Fisioterapista RRF di Correggio

Maria Teresa Cataldo Fisioterapista RRF di Correggio

Umberto Ceccardi Fisioterapista RRF di Correggio

Agnese Cepelli Fisioterapista RRF di Correggio

Maria Letizia D'Agostino Fisiatra di Scandiano

Giuliana Ferrarotti Fisioterapista RRF di Castelnovo ne' Monti
Adele Gardini Fisioterapista RRF di Guastalla
Giorgio Leonardi Fisioterapista RRF di Montecchio
Daniela Marocchi Fisioterapista RRF di Guastalla
Lucia Marotta Fisiatra di Guastalla
Cristina Melegari Fisioterapista RRF di Montecchio
Mirca Pignedoli Fisioterapista RRF di Castelnovo ne' Monti
Benedetta Pigozzi Fisioterapista RRF di Scandiano
Giacinta Runza Fisioterapista RRF di Montecchio
Paola Emilia Tesauri Fisioterapista RRF di Scandiano
Samantha Valeriani Fisiatra di Montecchio
Sara Villa Fisioterapista RRF di Scandiano

Si ringraziano le laureande in Fisioterapia dell'Università di Modena e Reggio Emilia che hanno svolto la loro tesi su questo progetto:

Elena Gigli, Carlotta Mainini, Laura Musiani e Lara Schiatti.

Si ringrazia inoltre l'associazione di volontariato oncologico **SIAMO CON TE onlus** di Correggio per aver finanziato parte del progetto e il **reparto di Medicina Fisica e Riabilitativa dell'Azienda Ospedaliera Santa Maria Nuova** di Reggio Emilia per aver contribuito allo studio.

Dipartimento Aziendale di Riabilitazione



ausl.re.it



facebook.com/AuslRE



twitter.com/Ausl_RE



youtube.com/user/AuslReggioEmilia