



Come Funziona la Tecarterapia?

La Tecarterapia è una forma di **termoterapia endogena**:

- La parola "**termoterapia**" significa "**terapia basata sul calore**". L'impiego del calore con finalità terapeutiche, soprattutto in presenza di affezioni dolorose muscolari e articolari, è diffuso da diversi decenni. Alcune termoterapie che hanno preceduto la Tecar e che sono in uso ancora oggi sono: l'infrarosso, gli ultrasuoni e il laser (laserterapia).
- Il termine "**endogena**" si riferisce al fatto che lo strumento per la Tecar induce la produzione di calore a partire dall'interno del corpo (**calore endogeno**). L'infrarosso, gli ultrasuoni e il laser, invece, prevedono l'utilizzo di apparecchiature che emettono loro stesse calore. Ciò vuol dire che il calore è esogeno, cioè proviene da una fonte esterna al corpo.

La particolarità del funzionamento della Tecarterapia è che lo strumento in uso stimola la produzione di calore (che è una forma di energia) da parte del soggetto in cura. In altre parole, induce il corpo del paziente a **collaborare in modo attivo**, per il raggiungimento più veloce della guarigione.

Modalità d'Uso della Tecarterapia:

Il dispositivo Tecar può lavorare in **due modalità**: la **modalità capacitiva** e la **modalità resistiva**.

La modalità capacitiva è indicata per il trattamento di problematiche a livello dei tessuti molli, con una bassa resistenza alla corrente, come i muscoli, la cute, il tessuto connettivale, i vasi sanguigni e i vasi linfatici.

La modalità resistiva, invece, è ideale per il trattamento di danni a livello di tessuti con un'alta resistenza al passaggio di corrente, come le ossa, le articolazioni, i tendini, i legamenti, le cartilagini ecc.

Alla luce di ciò, risulta abbastanza chiaro che la scelta della modalità di utilizzo della Tecar dipende, esclusivamente, dal tipo di tessuto biologico su cui bisogna agire.

- Nella modalità capacitiva, l'impiego di una piastra mobile isolata è ciò che permette di agire specificatamente sui tessuti molli.
- Viceversa, nella modalità resistiva, è l'uso di una piastra mobile non isolata che consente di agire a livello dei tessuti con un'alta resistenza alla corrente.

Effetti della Tecarterapia:

Gli effetti biologici prodotti dalla Tecarterapia sono **tre** e consistono, brevemente, in:

- **Incremento del microcircolo**
- **Vasodilatazione**
- **Incremento della temperatura interna**

Secondo anche i risultati di numerosi studi scientifici condotti a riguardo, il raggiungimento di tali effetti dipende dalla **quantità di energia** (livello energetico) che il dispositivo Tecar, per mano del terapeuta, trasferisce alle piastre. Infatti, per ottenere un incremento del microcircolo, il terapeuta deve impostare lo strumento a un basso livello energetico (atermia); per ottenere la vasodilatazione, deve lavorare a un livello energetico intermedio (medio-termia); infine, per ottenere un incremento della temperatura interna, deve regolare il dispositivo in maniera tale che eroghi un alto livello energetico (ipertermia). In sostanza, quindi, i livelli energetici sono tre e a ciascuno di essi è associato un effetto biologico diverso.

Gli effetti principali del calore endogeno:

- Produzione di calore endogeno anche in profondità.
- Abbassamento della viscosità del tessuto muscolare e connettivo.
- Aumento della circolazione sanguigna.
- Stimolazione del drenaggio linfatico.
- Incremento dell'attività metabolica.
- Aumento dell'ossigenazione dei tessuti.
- Maggior apporto di sostanze nutritive.
- Eliminazione rapida di scorie e cataboliti.
- Accelerazione dei processi rigenerativi.
- Rilascio di endorfina e riduzione del dolore.

In ambito medico, la Tecarterapia trova largo impiego nel **recupero da infortuni**, quali distorsioni, lesioni tendinee, tendiniti, borsiti, esiti di traumi ossei, distrazioni legamentose e problemi articolari.

Nel **trattamento di patologie muscolari e osteoarticolari**, come contratture, stiramenti e strappi muscolari, miositi, lombalgie, sciatalgie, artrosi e infiammazioni osteoarticolari.

Nei **programmi riabilitativi post-operatori**, come per esempio dopo gli interventi chirurgici per l'inserimento di una protesi.

Usi più comuni della Tecarterapia:

- Patologie muscolari:
 - Contratture
 - Stiramenti o strappi
 - Contusioni
 - Edema
- Patologie dolorose della colonna:
 - Lombalgie
 - Dorsalgie
 - Cervicalgie
- Patologie della spalla:
 - Tendinite e tenosinovite della spalla
 - Tendinopatie inserzionali
 - Capsulite adesiva (spalla congelata o frozenshoulder)
- Patologie del gomito:
 - Epicondilite
 - Epitrocleite
- Patologie del polso e della mano:
 - Tendiniti e tenosinoviti della mano
 - Tendiniti e tenosinoviti del polso
 - Rizoartrosi
- Patologie dell'anca:
 - Coxartrosi
 - Borsite
 - Pubalgia
- Patologie del ginocchio:
 - Condropatia rotulea
 - Gonartrosi
 - Esiti di lesioni traumatiche dei legamenti crociati anteriore e posteriore
 - Distorsioni
- Patologie della caviglia e del piede:
 - Esiti di fratture
 - Distorsioni
 - Fascite plantare
 - Tendinite achillea
- Riabilitazione post-chirurgica

La lista non è esauritiva, l'utilizzo di questa apparecchiatura è vasto. Per qualsiasi informazione rivolgetevi a noi.

Risultati:

Diversi studi clinici, basati anche sulle testimonianze dirette dei pazienti, hanno dimostrato che la Tecarterapia è **efficace**; essa, infatti, riesce nell'intento di accorciare i tempi di guarigione di patologie traumatiche, muscolari od osteoarticolari sia acute che croniche.

Gli effetti della TECAR si vedono dopo quanto?

In linea generale, gli effetti della Tecarterapia sono apprezzabili dopo un ciclo di **5-10 sedute avvicinate nel tempo** (l'ideale sarebbe 3 sedute a settimana). È doveroso puntualizzare, tuttavia, che esistono condizioni per le quali è necessario un ciclo più lungo o sedute di mantenimento a cadenza periodica.

Vantaggi della Tecarterapia:

I principali vantaggi che fanno della Tecarterapia un'affidabile e sicura soluzione terapeutica sono:

- Risultati apprezzabili in relativamente poche sedute
- Grandissima precisione sul bersaglio da trattare
- Effetti positivi anche su tessuti molto profondi
- Assenza di controindicazioni ed effetti collaterali di rilievo

IMPORTANTE! Ricordiamo che uno strumento elettromedicale non è la panacea di ogni male, resta quindi al fisioterapista, combinare durante il processo riabilitativo del paziente, tecniche specifiche sia strumentali che manuali e/o di recupero attivo, per raggiungere l'obiettivo prefissato all'inizio del trattamento.