**KINETOTERAPIA**

**Kinetoterapie**, ortografiată și **chinetoterapie**, denumită și ***chineziterapie*** sau ***kinetologie medicală*** este un tip de [gimnastică](https://ro.wikipedia.org/wiki/Gimnastic%C4%83) medicală, care înseamnă, etimologic: **kinesis**, provine din cuvântul grecesc, care înseamnă **mișcare,** deci ***terapia prin mișcare*.**

**Stiinţa** care se ocupă cu studiul mişcării organismelor vii şi al structurilor care participă la aceste mişcări.

 **KINETOTERAPIA NU ÎNSEAMNĂ MASAJ !!!**

**Kinetoterapia face parte din ramura medicinei și poate fi practicată de către absolvenții care au urmat cursurile facultății de specialitate.**

**DEFINIȚIA KINETOTERAPIEI**
**Kinetoterapia** se definește ca terapie prin mișcare efectuată prin programe de recuperare medicală care urmăresc refacerea unor funcții diminuate sau creșterea nivelului funcțional în diferite suferințe.

 **Kinetoterapia este o formă terapeutică individualizată** care, plecând de la programe de exerciții fizice statice și dinamice, se poate folosi în programele terapeutice profilactice (de prevenire), curative și de recuperare.

Astfel, kinetoterapia îsi gasește aria de utilizare în cele trei sectiuni medicale, putându-se descrie:

- **kinetoterapia profilactică** ce cuprinde totalitatea metodelor si mijloacelor de realizare a tratamentului prin care se urmărește: menținerea unui nivel funcțional satisfacător, creșterea nivelului funcțional (profilaxie primară sau gimnastică de întreținere, plimbări, jogging, gimnastică aerobică, pentru menținerea stării de sănătate), aplicarea unor programe de prevenire a agravării sau de aparișie a complicațiilor în unele boli cronice (profilaxie secundară);

- **kinetoterapia de tip curativ** care se asociază cu sectorul de tip profilactic și de recuperare;

- **kinetoterapia de recuperare** reprezintă secțiunea cea mai importantă în programul de recuperare medicală și urmăreșe prin intermediul unor programe de exerciții fizice: refacerea funcțiilor diminuate, creșterea nivelului funcțional, realizarea unor mecanisme compensatorii în situații de readaptare funcțională (în cazul în care, de exemplu, un anumit muschi este afectat ireversibil, se încearcă tonifierea altor mușchi care îi preiau parțial funcțiile, în scopul realizării mișcării în limite acceptabile).

Kinetoterapeutul cu studii universitare efectuează bilanț articular și muscular, urmărind evoluția și eficiența programelor de recuperare .

 **Obiectivele generale** urmărite în tratamentul prin kinetoterapie sunt:

- refacerea forței musculare și creșterea rezistenței musculare;

- creșterea și adaptarea capacității de efort;

- ameliorarea funcției de coordonare, control si echilibru a corpului;

- formarea capacității de relaxare;

- corectarea posturii si aliniamentului corpului;

- cresterea mobilității articulare;

- reeducarea respiratorie;

-reeducarea echilibrului;

- reeducarea sensibilitații.

Există o gamă foarte largă de afecțiuni pentru care recuperarea medicală prin kinetoterapie este specifică și absolut necesară.

Kinetoterapia ajută la tratarea urmatoarelor:

- afecțiunile aparatului locomotor (ortopedice si posttraumatice),

- afecțiunile reumatice (spondilită, poliartrită reumatoidă, artrită, reumatisme degenerative, reumatismul țesutului moale),

- afecțiunile neurologice (accidentele vasculare cerebrale, traumatismele coloanei vertebrale, boli degenerative și inflamatorii ale sistemului nervos, sindroame neurologice),

- afecțiunile aparatului cardio-vascular,

- afecțiunile aparatului respirator,

- afecțiunile neuropsihice,

- afectiunile metabolice (obezitatea),

-  refaceea abilității fizice pentru viața zilnică (ADL)

- maladiile congenitale (distrofia neuro-musculară, luxația congenitală de șold, tetraplegia) etc.

**Kinetoterapeutul licențiat – datorită celor doi ani de sudiu de psihologie din programa de învățământ universitar - susține psihic pacientul, prevenind abandonarea programului de recuperare în urma depresiilor des instalate după traumatisme grave sau boli neurologice ireversibile.**