

Desde Nassaia Fisioterapia y Osteopatía nos ponemos en contacto con ustedes para ofrecerles nuestros servicios y prestaciones con el objetivo de mejorar sus resultados empresariales en base a la reducción de costes laborales por bajas o absentismo derivados de trastornos musculoesqueléticos.

Somos un centro de fisioterapia y osteopatía que lleva 10 años dedicándose a la mejora de la salud a través de la terapia manual. Nuestra experiencia y eficacia nos han permitido seguir adelante, aumentando nuestro equipo profesional durante estos años.

Tratamientos y servicios:

Masoterapia, osteopatía, punción seca, acupuntura, vendaje neuromuscular, drenaje linfático manual, reeducación postural, nutrición ortomolecular, ...  
Talleres de higiene postural, talleres de suelo pélvico, ...

Nuestros fisioterapeutas colegiados tienen una amplia experiencia tratando patologías como:

- Patología musculotendinosa: sobrecargas o contracturas musculares, tendinitis, bursitis, síndrome del túnel carpiano, contusiones, elongaciones, roturas fibrilares, espasmos musculares, ...
- Afecciones de la columna vertebral: cervicalgia, dorsalgia, lumbalgia, ciática, hernias discales, artrosis, ...
- Molestias y afecciones musculoesqueléticas y ligamentosas: esguinces, distensiones, contracturas, fracturas, ...
- Patologías compensatorias.

Sus trabajadores podrán disfrutar de un **25% de descuento** sobre nuestras tarifas generales en los tratamientos de fisioterapia y osteopatía que precisen.

Tarifa general: 42€/sesión de 1 hora de tratamiento aproximadamente.

Tarifa para sus empleados: 31.5€/sesión de 1 hora de tratamiento aproximadamente.

Esperando que esta información resulte de su interés, reciban un cordial saludo.



Dunia González de Uriarte Pérez

Dunia González de Uriarte Pérez (Responsable del centro)  
Fisioterapeuta colegida nº 555

Donostia 74 Bajo  
VITORIA-GASTEIZ 01010

Teléfono: 945 19 77 76  
nassaia@gmail.com

## FISOTERAPIA Y PATOLOGÍA LABORAL:

España es uno de los países de la Unión Europea con mayores índices de siniestralidad laboral. Aunque en estos últimos años las campañas de prevención de accidentes laborales y el aumento de las medidas de seguridad en las empresas han conseguido disminuir en gran proporción los accidentes en el trabajo.

Uno de los motivos, entre otros, es el aumento insidioso de los trastornos músculo-esqueléticos (TME) derivados de la actividad laboral que aunque aparentemente no son graves si resultan en muchos casos muy incapacitantes.

### MOVIMIENTOS REPETITIVOS:

Son lesiones que producen inflamación y dolor, que ocurren como consecuencia de trabajos con movimientos repetidos. Estas lesiones suelen afectar a cuello, espalda, hombros, codos, muñecas y manos. Algunas de las más frecuentes son: tendinitis, bursitis, epicondilitis, síndrome del túnel carpiano...

Los síntomas más comunes de estas lesiones son dolor, hinchazón, hormigueo o entumecimiento, pérdida de fuerza o disminución de la coordinación.

### MALAS POSTURAS O POSTURAS MANTENIDAS:

Se producen por la realización de un trabajo en una postura forzada o el mantenimiento de una misma postura estática a lo largo de la jornada laboral. Las malas posturas más frecuentes son:

En trabajos de oficina: regular mal la silla, sentarse en la parte delantera, colocar la pantalla del ordenador a un lado de la mesa...

En otros trabajos: mala manipulación de cargas, coger cosas del suelo mediante flexión de tronco, realizar un trabajo en rotación o inclinación de tronco...

Las zonas más frecuentemente afectadas suelen ser: cuello, hombros y espalda.

Los TME ocupan el primer lugar en el registro de enfermedades profesionales de nuestro país llegando a ser el 80 % de las mismas además son la primera causa de incapacidad en el sector Industrial.

Los TME son un problema sanitario con costes laborales muy altos que no dejan de aumentar. Este problema no es ajeno a otros países de nuestro entorno, de hecho, para alguno de ellos representan mayores índices de incapacidad, hacia los que tiende a ir España. La Unión Europea registra anualmente una media de más de 5.000 casos de tendinopatía en la mano y 4.585 en el codo, el síndrome de Raynaud provocado por las vibraciones se presenta en 3.120 casos; el síndrome del túnel carpiano en 2.483 casos.



Es aquí donde surge la figura del fisioterapeuta, un profesional experto en la prevención y tratamiento precoz de los trastornos músculo-esqueléticos. Por ello desde Nassaia nos gustaría colaborar con su empresa en actividades como la vigilancia de la salud de los trabajadores, labor asistencial de las patologías derivadas de su actividad profesional (movimientos repetitivos, manipulaciones de cargas, fatiga postural, etc.), educación y promoción de la salud, y de reincorporación de trabajadores con limitaciones.

Se abordaran en sesiones individuales las patologías de los trabajadores de forma precoz antes de que se agraven y provoquen una incapacidad temporal o una lesión crónica.

Seguimiento periódico de su estado de salud en cuanto a movilidad articular, lesiones neurológicas, lesiones tendinosas, algias, etc.

## QUIENES SOMOS:

El centro de Fisioterapia y Osteopatía Nassaia nace motivado por el interés en las personas y su salud, combinado en todo momento con la profesionalidad y el trato personalizado.

Contamos con profesionales cualificados y en continua formación, los cuales poseen la titulación en Fisioterapia y están formados en Osteopatía, así como en otras ramas de especialización como acupuntura, punción seca, vendajes neuromusculares y nutrición. En Nassaia realizamos tratamientos personalizados y con objetivos claros, gracias a la valoración, diagnóstico y evolución de nuestros pacientes. De esta manera conseguimos la mejoría y bienestar de la persona.

## TRATAMIENTOS:

### **FISIOTERAPIA**

La fisioterapia es el arte y la ciencia del tratamiento de múltiples dolencias por medio del ejercicio terapéutico. Es un método curativo que ofrece una alternativa terapéutica no farmacológica, realizándose el tratamiento mediante la terapia manual (masoterapia, movilizaciones, estiramientos, manipulaciones, control motor etc). La fisioterapia tiene como objetivo curar, prevenir, recuperar y readaptar las distintas afectaciones, mejorando así la calidad de vida del paciente.

### **OSTEOPATIA**

La osteopatía es una terapia manual que toma al cuerpo como un todo. Se basa en la creencia de que todos los sistemas del cuerpo están relacionados y, por lo tanto, los trastornos en un sistema afectan al funcionamiento de los otros. La osteopatía da solución a la causa del problema.

### **ACUPUNTURA**

La acupuntura es un método de tratamiento que proviene de la medicina tradicional china que implica la inserción de agujas finas en el cuerpo en puntos específicos. La conexión de los puntos induce a la producción de sustancias endógenas analgésicas, que buscan bloquear la información de dolor que llega al cerebro. Los beneficios de la acupuntura son la reducción del dolor e inflamación, la mejora del estado general, el alivio del estrés, ansiedad y/o depresión entre otros.



## **PUNCIÓN SECA**

La punción seca es una de las técnicas locales más eficaces para tratar el síndrome de dolor miofascial (SDM). El SDM es un trastorno no inflamatorio que se manifiesta por dolor localizado, rigidez y cuya característica primordial es la presencia de "puntos gatillo". Estos puntos son palpables e hipersensibles, y están localizados en una banda tensa del sistema musculoesquelético.

La punción seca es una técnica semi-invasiva en la cual se introduce una aguja de acupuntura en el cuerpo, presionando el punto gatillo y liberando la tensión, para disminuir el dolor que estos producen. Es importante destacar que no se introduce ninguna sustancia en el cuerpo.

## **VENDAJE NEUROMUSCULAR**

El vendaje neuromuscular o kinesiotaping es una venda elástica terapéutica usada para una variedad de trastornos que, a diferencia de los clásicos vendajes, permite el movimiento de la zona vendada. Los efectos de este vendaje son apoyar a los músculos y articulaciones lesionadas a realizar un movimiento correcto, calmar el dolor, e incrementar el flujo linfático y sanguíneo en la zona lesionada.

## **PATOLOGÍAS MÁS COMUNES QUE SE TRATAN EN NUESTRO CENTRO:**

- Musculo-tendinosas: sobrecargas o contracturas musculares, contusiones, elongaciones, roturas fibrilares, espasmos musculares, etc...
- Capsulo ligamentosas: esguinces, retracciones, luxaciones, etc...
- Articulares: condromalacias, artrosis, derrames articulares, etc...
- Óseas: fracturas, fisuras, periostitis, etc...
- Afecciones de la columna vertebral: cervicalgia, dorsalgia, lumbalgia, ciática, hernias discales, artrosis...
- Patologías compensatorias.