

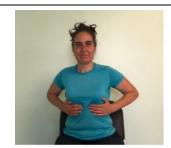
FISIOTERÀPIA FUNCIONAL I RESPIRATÒRIA



EXERCICIS RESPIRATORIS



RESPIRACIÓ ABDOMINAL



RESPIRACIÓ COSTELLES



RESPIRAR AMB BRAÇOS



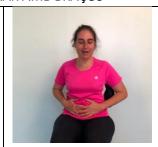
US DE L'INSPIRÒMETRE



TREURE AIRE BOCA
OBERTA LENTAMENT
AMB O SENSE TUB



TREURE AIRE BOCA
OBERTA RÀPIDAMENT
AMB O SENSE TUB



TOS!



3-4-5-6 VEGADES / DIA

EXERCICIS A LA CADIRA



AIXECAR PUNTES I TALONS



ESTIRAR EL GENOLL



AIXECAR EL GENOLL



MOURE EL TRONC



AVANÇAR EL TRONC



AIXECAR-SE I ASSEURE'S



FISIOTERÀPIA FUNCIONAL I RESPIRATÒRIA



EXERCICIS AL LLIT







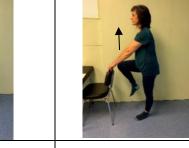
CIRCULATORIS PEUS

AIXECAR LA PELVIS

FLEXIONAR LA CAMA

EXERCICIS DE PEUS









PUNTES I TALONS

AIXECAR GENOLLS

OBRIR LA CAMA LATERALMENT

SENTADETA AMB RECOLZAMENT









del fisioterapeuta CAMINAR PEL PASSADÍS AMB EL PRODUCTE

RECOMANAT

Camini segons indicacions

GLUTIS

FER VEURE QUE CAMINA

CAMINAR **LATERALMENT**

*http://españasabor.es/wp-content/uploads/2012/07/botella-vaso-agua-Fuente-ICEX.ES_.jpg **https://facilitando.es/wp-content/uploads/2019/11/tipos-de-bastones-y-muletas.png

- Realitzar els exercicis pautats pel seu fisioterapeuta; NO FATIGAR-SE.
- Important realitzar una pausa d'uns segons entre la inspiració i l'espiració.
- Realitzar els exercicis prioritàriament després de les nebulitzacions / esprais.
- Realitzar els exercicis del llit amb el capçal incorporat.
- És important la mobilització precoç després d'una intervenció.
- Realitzar els exercicis 30 minuts o 1 hora abans dels àpats.
- Realitzar els exercicis 1 -2 -3 -4 vegades/ dia segons pauta del seu fisioterapeuta.

