

# Pace con le Cicatrici

## *Trattamenti di riequilibrio del tessuto cicatriziale*

Le cicatrici, riducendo mobilità e libertà di movimento, possono creare aderenze in diversi strati dei tessuti (cutaneo, fasciale, muscolare, osseo) e generare tensioni e restrizioni, anche lontano dalla cicatrice stessa. La loro struttura fibrosa compromette, ostacolando, la microcircolazione sanguigna e linfatica, come pure le connessioni nervose già interrotte dalla lesione primaria. Se trascurate, possono divenire fonte di dolore cronico, di alterazioni posturali, di disfunzioni viscerali e difficoltà respiratorie.

Anche il sistema nervoso è particolarmente sensibile a cicatrici che perturbano l'organismo e può reagire con segnali di allarme persistente che instaurano uno stato generale di ansia o nervosismo.

### Questo percorso fa per te

se hai cicatrici recenti o di vecchia data derivanti da interventi chirurgici, incluso il parto cesareo, o da altri tipi di lesione, guarite con o senza punti di sutura, e che provocano restrizioni di movimento, dolori, squilibri posturali, fastidio nel guardarle o toccarle, mancanza di sensibilità o irritazione cutanea, disturbi digestivi, altri sintomi correlabili

### Ti sarà utile per

- ammorbidire e rivitalizzare il tessuto fibroso
- sciogliere le restrizioni fasciali e prevenire la formazione di aderenze
- sostenere il recupero funzionale delle terminazioni nervose
- ripristinare la circolazione sanguigna e linfatica interrotte
- ridurre la sensibilizzazione e il dolore cronico
- accettare la zona lesa come parte integrante del tuo corpo
- percepire maggiore padronanza del corpo e libertà di movimento
- regolare la risposta neurovegetativa e recuperare quiete e vitalità

### Le sedute comprendono

tecniche di rilascio miofasciale e di mobilizzazione rispettose della sensibilità dei tessuti coinvolti, combinate con esercizi di respirazione, movimento e rilassamento per una migliore integrazione del trattamento

Se ti interessa e vuoi prendere un appuntamento, se hai bisogno di ulteriori informazioni o di capire se possiamo lavorare insieme, scrivimi: [merydimilia@gmail.com](mailto:merydimilia@gmail.com) o chiamami: 342 0311888.

## Mery Di Milia

Somatic Bodywork e Supporto Postoperatorio

Presso: Studi Medici Martini, Lucca – Studio Equilibero, Lucca – Centro Kairos, Osteopatia e Medicine Integrate, Lido di Camaiore

Diplomata in massoterapia (equipollenza in itinere), riflessologia plantare e Metodo Grinberg®, integra tecniche di Somatic Experiencing®, Scar Tissue Release (STRAIT Method®), Cranio-Sacrale Upledger® e Terapia Manuale Barral.

Per dettagli: <http://linkedin.com/in/merydimilia>