

Ha conseguito il diploma di massofisioterapista nel 1994 presso la scuola triennale per massofioterapisti di Bologna.

-Agosto-Novembre 1994: Ha lavorato presso le Terme Zoia di Salsomaggiore Terme (PR)

-Novembre 1994- Aprile 1997: Ha lavorato presso il centro fisioterapico Maria Luigia

-Maggio 1997- Settembre 2008: Ha lavorato presso la Casa di Cura Piccole Figlie

-Dal 2008 a oggi: collabora con il dott. Rocco Ferrari nel suo studio medico

occupandosi prevalentemente di massaggi ed eseguendo le seguenti tecniche massoterapiche:

-massaggio decontratturante

é una tecnica manuale avente lo scopo di sciogliere le tensioni profonde alleviando i dolori muscolari. E' un massaggio che produce grandi cambiamenti nella postura, sulle tensioni permanenti e in tutte le situazioni di stress; infine libera il corpo dalle tossine

-massaggio linfodrenante (DLM)

si utilizza nelle situazioni di stasi linfatica secondaria ad interventi chirurgici, traumi, problemi circolatori e negli inestetismi estetici . Il linfodrenaggio può essere un valido aiuto per la riduzione dell'edema e per la risoluzione dei problemi che l'edema stesso può provocare. Pertanto questa tecnica è una terapia naturale, utile per curare alcuni inestetismi e per la soluzione di alcune patologie specifiche.

-digitopressione manuale

si svolge eseguendo delle pressioni manuali più o meno marcate su specifici punti del corpo al fine di alleviare un'ampia varietà di dolori: vengono utilizzate le dita per stimolare i punti specifici sbloccando l'energia e riportando il corpo al suo naturale equilibrio. La digitopressione è molto utile per calmare ed eliminare i dolori fisici; è utile in caso di raffreddori e influenza, artriti, allergie, asma, tensioni nervose, crampi muscolari e mestruali, sinusite e distorsioni; inoltre porta grande beneficio in presenza di insonnia, nervosismo e ansia.

-massaggio connettivale

si basa sul principio che stimolando la cute si agisca per via riflessa anche su zone distanti da dove si pratica il massaggio. Questo tipo di massaggio agisce sul tessuto connettivo: oltre ad avere effetti riflessi in zone distanti, permette la decontrazione e il rilassamento anche sotto l'area trattata. Inoltre favorisce una maggiore mobilità articolare, aumenta la vascolarizzazione e provoca uno scollamento del tessuto dal muscolo sciogliendo tensioni e aderenze alla cute.

-massaggio sportivo

è un tipo di massaggio eseguito su specifiche regioni corporee al fine di migliorare la performance atletica.

I suoi numerosi benefici derivano da due particolari presupposti:

--azione diretta data dall'aumento del flusso ematico con conseguente ipertermia locale

--azione indiretta data dalla contemporanea eccitazione di terminazioni nervose e conseguente stimolazione del sistema nervoso parasimpatico

riduzione delle tensioni muscolari

diminuzione dei livelli plasmatici di cortisolo e serotonina con conseguente riduzione dello stato d'ansia e miglioramento dell'umore; a tale diminuzione si associa un aumento delle endorfine circolanti con conseguente inibizione della sensazione dolorifica

riduzione della frequenza cardiaca e della pressione arteriosa

stimolazione della microcircolazione locale

effetto drenante abbinato ad accelerata rimozione dell'acido lattico e delle scorie metaboliche prodotte durante l'attività sportiva

decongestionamento e rilassamento dei tessuti, abbinato ad accelerata guarigione dalle contratture muscolari

prevenzione degli infortuni e preparazione muscolare all'attività fisica.