



BIENVENIDO AL PROGRAMA DE THERAPIA AQUATICA DEL CENTRO DE RECUPERACION DEL DOLOR CRONICO

INFORMACION IMPORTANTE ACERCA DE SU TRATAMIENTO DE TERAPIA AQUATICA

QUE SE PUEDE ESPERAR

Las sesiones de terapia corren 45-60 minutos (por favor, deje saber a su terapeuta al comienzo de la sesión, si tiene alguna falta de tiempo)

Temperatura del agua oscila de 92-95 grados

Su sesión puede ser 1:1 o en un grupo pequeño

Su tratamiento se ha personalizado basado en su evaluación y metas.

QUE USAR

Un traje de baño es mejor, pero si usted no tiene un traje de baño o prefiere cortos/camiseta puede usar eso. Se recomienda llegar usando su traje debajo de la ropa para aprovechar al máximo su tiempo en la piscina.

Vestuarios privados y casilleros pequeños están disponibles en la piscina.

Una ducha que no es privada está disponible para usar para enjuagar se antes y después de cada sesión de piscina. Pedimos que los participantes se enjuaguen antes y después de las sesiones de terapia acuática.

QUE TRAER

Toalla

Bolsa de plástico para el traje de baño/ropa mojada

Agua para beber en una botella de plástico (tratamiento en la piscina puede ser deshidratante)

Merienda (si es diabético)

Gel de baño/loción para después de la ducha

La plataforma de la piscina puede ser resbalosa. Si usted no está usando zapatos de agua, le recomendamos que use zapatos (sandalias por ejemplo, flip flops) en el área de cambio de la piscina. Si usted es diabético o tiene problemas de sensaciones que afectan las piernas/pies, le recomendamos usar cubiertas de pie adecuados en la piscina.

Esto suena gracioso, pero si te pones tu traje de baño debajo de la ropa, no se te olvide traer tu ropa interior necesarias para cambiarte después de la sesión.

Su terapeuta le ayudará en la entrada/salida de la piscina si es necesario. Favor de traer ayuda si necesita ayuda para cambiarse de su traje de baño.

LO QUE DEBE EVITAR

La aplicación de lociones y geles para el cabello antes de la sesión de terapia acuática

Goma de mascar/productos de tabaco

Aparatos auditivos en la piscina

El exceso de joyería/objetos de valor

Por favor, cancele su sesión programada terapia acuática si está ejecutando una fiebre o está enfermo con vómitos o diarrea.

¡NOS VEMOS EN LA PISCINA!