

A person in dark shorts is walking on a wooden deck, using two silver hydrotherapy poles. In the background, there is a white hydrotherapy pool with several rectangular openings. To the right, a dark grey pillar stands on the deck. The overall scene is brightly lit, suggesting an indoor or well-lit outdoor facility.

Si tienes que recuperarte (...)

VISTA EXTERIOR DE LA NUEVA
PISCINA DE REHABILITACIÓN DE
MUTUA NAVARRA EN SU CENTRO
ASISTENCIAL DEL POLÍGONO DE
LANDABEN, EN PAMPLONA.



**Mutua
navarra**

www.mutuanavarra.es

SERVICIOS
**Piscina
Hidroterapia**

IMAGEN SUBACUÁTICA
DE LA NUEVA PISCINA
DE REHABILITACIÓN DE
MUTUA NAVARRA EN SU
CENTRO ASISTENCIAL DE
LANDABEN, EN PAMPLONA.

...dentro
del agua
todo duele
menos.

Ponemos a tu disposición la nueva
piscina de rehabilitación y el único servicio
de hidroterapia de una mutua en Navarra.



MUTUA DE ACCIDENTES DE TRABAJO
Y ENFERMEDADES PROFESIONALES
DE LA SEGURIDAD SOCIAL Nº21

www.mutuanavarra.es

CENTRO ASISTENCIAL
Polígono Landaben, calle F, nº 4
31012 Pamplona

TELÉFONO 948 194 400

**EN MUTUA NAVARRA
CREEMOS QUE TÚ ERES
TU MEJOR MUTUA.**

El único servicio de hidroterapia propio de una mutua en Navarra.



Las instalaciones fueron inauguradas en Landaben en marzo de 2006.



Cristaleras en muros para la supervisión de la correcta realización de ejercicios.



Cuatro niveles de altura para regular el efecto del agua en función de la patología.



Indicado para lesiones de hombro, miembros inferiores, columna, lesiones medulares...



Barras de sujeción transversales que asisten a la deambulación interior.



Grúa para introducir en la piscina a pacientes que no pueden hacerlo solos.



Balón, aletas, lastres, palas, espumas... para la potenciación muscular.



Chorros de presión a diversas alturas y de contracorriente regulables.



Baños de contraste y remolino para limitaciones articulares, inflamación, edemas...

HORARIO

7.30 a 20.30 horas.

EQUIPO

Un médico y cinco fisioterapeutas.

Las ventajas del agua para una recuperación más rápida y menos dolorosa.

VENTAJAS DEL TRATAMIENTO EN EL AGUA

- ± Acelera el proceso rehabilitador.
- ± Permite la deambulaci3n y la movilizaci3n precoz.
- ± Disminuye la rigidez.
- ± Mitiga los dolores musculares.
- ± Comprime el sistema venoso y produce relajaci3n muscular.
- ± Contrarresta el efecto de la gravedad.
- ± Ayuda a la movilidad articular y a la potenciaci3n muscular.
- ± Disminuye la sensibilidad dolorosa.

“Esta terapia es beneficiosa cuando se desea contrarrestar parcial o totalmente el efecto de la gravedad, cuando hay inflamaci3n, dolor, defensa muscular, contractura con dolor importante que limita la movilidad”.