



Seguir les indicacions del professional de fisioteràpia. Aplicar crema hidratant o oli Rosa Mosqueta.
 Es pot realitzar cada maniobra durant 1-2 minuts. Repetir-les unes 2 vegades al dia (matí i vespre).

Massatge al voltant de la cicatriu	Traços longitudinals	Traços en ziga-zaga / transversals
		
Traços circulars	Separar / estirar cicatriu	Aixecar / elevar el teixit
		
Cicatriu petita: massatge al voltant de la cicatriu	Cicatriu petita: traços longitudinals	Cicatriu petita: traços ziga-zaga / transversals
		
Cicatriu petita: moviments circulars	Cicatriu petita: separar / estirar cicatriu	Cicatriu petita: aixecar / elevar el teixit
		

Utilitza el teu navegador habitual. Clicar a sobre de cada imatge per poder visualitzar els vídeos dels exercicis.
 Utiliza tu navegador habitual. Clicar encima de cada imagen para poder visualizar los videos de los ejercicios.



Utilitza el teu navegador habitual i clica sobre la imatge per visualitzar el vídeo. Aquesta obra està subjecta a una llicència de Reconeixement-NoComercial-SenseObraDerivada (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).
 Citar aquesta obra com: Exercicis de fisioteràpia.