CV Dott.ssaFrancesca Tiloca – Fisioterapista.

Fisioterapista in continuo aggiornamento, iscritta regolarmente al n° 2971 dell’Albo Nazionale dei Fisioterapisti FNOFI, presso l’Ordine di Milano Como Lecco Lodi Monza-Brianza Sondrio.  
Specializzata nella valutazione e nel trattamento dei vari disordini neuro-muscolo-scheletrici.   
Il suo intervento è orientato all’individuo nella sua salute globale e si basa su un solido ragionamento clinico, sull’utilizzo dei criteri di appropriatezza clinica e delle strategie terapeutiche condivise più idonee al singolo. Collabora con altre figure professionali sanitarie e non, per mettere in atto un lavoro completo multidisciplinare.

Nata e cresciuta in Sardegna, consegue la Laurea in Fisioterapia cum laude nell’aprile 2017 presso l’Università degli Studi di Sassari.

A gennaio 2018 si trasferisce a Milano e svolge tre mesi di frequentazione attiva presso l’IRCCS Istituto Ortopedico Galeazzi.

Inizia a collaborare da libera professionista con la Fondazione Don Carlo Gnocchi presso il Centro Girola, punto di riferimento per la riabilitazione su Milano nord, nell’aprile 2018 e prosegue tutt’ora.

Da febbraio 2019 frequenta il Master Universitario di I° livello in Terapia Manuale e Fisioterapia Neuro- Muscolo-Scheletrica, in collaborazione con il GSTM -Gruppo di Studio della Terapia manuale e della Riabilitazione Muscoloscheletrica- presso la sede didattica di Milano, ottenendo nel dicembre 2020 il titolo a pieni voti.

La formazione e l’aggiornamento costante le permettono di allinearsi ad una cultura incentrata allo Sviluppo Professionale Continuo basato ed ispirato alla miglior Evidenza Scientifica disponibile.

Ad aprile 2021 nasce la collaborazione con Studio Kosmos e con il suo grande team multiprofessionale.

Nel 2022 frequenta e conclude il Master specialistico in Linfodrenaggio Manuale e Bendaggio Linfologico per il trattamento ed integrato del linfedema sulla base delle ultime evidenze, in collaborazione con EdiAcademy.

Attualmente si occupa del trattamento delle più comuni problematiche legate al dolore in tutte le sue forme, partendo dall’individuazione delle cause all’origine del problema e procedendo con:  
- l’eliminazione dei fattori che contribuiscono al mantenimento del dolore  
- la rieducazione del paziente  
- l’applicazione di tecniche di terapia manuale  
- la pratica dell’esercizio terapeutico, fondamentale per ottenere e mantenere i risultati.

Si occupa inoltre nello specifico di:   
- dolori, deficit e patologie articolari, muscolari e neurologiche  
- rieducazione posturale e controllo motorio  
- riabilitazione post traumatica, pre e post chirurgica  
- linfodrenaggio e bendaggio multicomponente nel linfedema  
- propriocezione e training dell’equilibrio  
- ricondizionamento fisico

Riceve su appuntamento presso lo studio Kosmos ed effettua su richiesta trattamenti fisioterapici a domicilio.