

# REACT<sup>®</sup>

FISIOGASPAR MEDICINE AND SPORTS PERFORMANCE LAB







*can you imagine  
what I would do if  
I could do all I can?*

*Sun Tzu*



## quem somos

A Fisiogaspar, fundada em 1998, é reconhecida como um centro de saúde e bem-estar de excelência, uma referência tanto a nível nacional como internacional. Conta com uma equipa de profissionais altamente qualificados e com uma genuína capacidade de cuidar da saúde e bem-estar dos seus clientes.

Investimos na contínua formação dos nossos profissionais e na aquisição das mais recentes e eficazes

tecnologias pensadas para oferecer o máximo conforto, tranquilidade e confiança para o nosso cliente.

Enquanto espaço de inovação e desenvolvimento apostamos na investigação científica realizando estudos de eficácia e aperfeiçoando técnicas de tratamento de forma única e exclusiva.

Este é o nosso ADN.



## missão

Neste inovador conceito integrado de saúde e bem-estar, a Fisiogaspar pretende criar uma complementaridade racional e equilibrada entre as suas diversas áreas de negócio, com o objetivo máximo de garantir um acompanhamen-

to único, completo e inteiramente direcionado para as necessidades específicas de cada cliente.

O seu bem-estar nas nossas mãos desde 1998.

## valores

### **Rigor**

Conhecer profundamente as necessidades, os desejos e as limitações de cada cliente e ajudá-lo a atingir os seus objetivos.

### **Compromisso**

Colocar os clientes no centro de tudo o que fazemos, em prol da sua saúde e do seu bem-estar.

### **Integridade**

Respeitar as dimensões éticas no relacionamento com os clientes, mantendo uma conduta de honestidade e transparência.

### **Excelência**

Imprimir um caráter de excelência em todas as ações, conciliando a nossa atividade com uma busca constante para superarmos os nossos objetivos.

# REACT<sup>®</sup>

FISIOGASPAR MEDICINE AND SPORTS PERFORMANCE LAB

que  
projeto  
é este?

O React FMSPL é um desafio de excelência na área da medicina e ciências do desporto que transporta o *expertise* de quase duas décadas, oferecendo uma abordagem multidisciplinar às constantes solicitações físicas de um atleta de elite.

A interação entre as várias áreas das ciências biomédicas, nomeadamente medicina, fisioterapia, fisiologia do exercício e nutrição vai permitir atingir níveis de performance e saúde física essenciais para o sucesso pessoal e desportivo dos atletas e equipas de alto rendimento desportivo.

Este laboratório de serviços *premium* foi pensado para dar a resposta mais adequada às necessidades de cada um, em contexto competitivo ou em contexto de recuperação de lesões.

Apesar desta aposta vanguardista ser dedicada a *performers* de alta competição, a Fisiogaspar reconhece que o *focus* está muito para além da idade, género ou condição física. Quando se trata da sua saúde, identificamos todas as oportunidades de sucesso com o objetivo de maximizar a sua condição sob os mais rigorosos critérios de eficiência.

## Referência Internacional

A Fisiogaspar é uma referência em Portugal e no estrangeiro ao nível da avaliação física e clínica, recuperação física após lesão (Return To Play), e na otimização da performance física dos atletas que praticam desporto. É nesta perspetiva que a Fisiogaspar fundamenta a sua visão, procurando estar dotada de toda a estrutura de recursos materiais e humanos proporcionando apoio ao nível de diferentes aspetos que interferem no bem-estar de todos os nossos clientes.

# chaves do sucesso

## **Centro de Excelência**

A Fisiogaspar é reconhecida como um centro de saúde e bem-estar de excelência, uma referência tanto a nível nacional como internacional cumprindo todos os standards internacionais de qualidade ao abrigo da norma ISO 9001.

## **Inovação e Investigação**

Enquanto espaço de inovação e desenvolvimento, apostamos na investigação científica realizando estudos de eficácia e aperfeiçoamento, técnicas de avaliação, recuperação e otimização.

## **Tecnologia Recente e Eficaz**

Adquirimos e atualizamos as mais recentes e eficazes tecnologias pensadas para oferecer o melhor serviço e qualidade ao cliente.

## **Recursos Humanos Qualificados**

Conta com uma equipa de profissionais altamente qualificados e com uma genuína capacidade de cuidar da saúde, otimizar a performance e bem-estar dos seus clientes.

## **Formação Contínua**

Investimos na contínua formação dos nossos profissionais em todas as áreas. Só assim é possível obter o reconhecimento internacional e maximizar a eficiência do trabalho que desenvolvemos com profissionais de performance desportiva.

## **Diversas Especialidades**

A clínica integra várias e crescentes especialidades de abordagem ambulatoria para dar resposta a todas as suas necessidades.





# quais as etapas deste projeto?

01

INICIAL

Apresentação dos serviços e packs React

Avaliação inicial do estado dos atletas

IMPLEMENTAÇÃO

02

Recuperação clínica e física dos atletas lesionados



Consultoria a nível médico, fisioterapia e fisiologia do exercício em caso de lesão e em contexto competitivo

**SUSTENTAÇÃO**

**03**

**04**

**INTEGRAÇÃO**

Formação contínua dos elementos do clube ou federação

Otimização de jovens talentos com vista à integração nas seleções principais

**AVANÇADA**

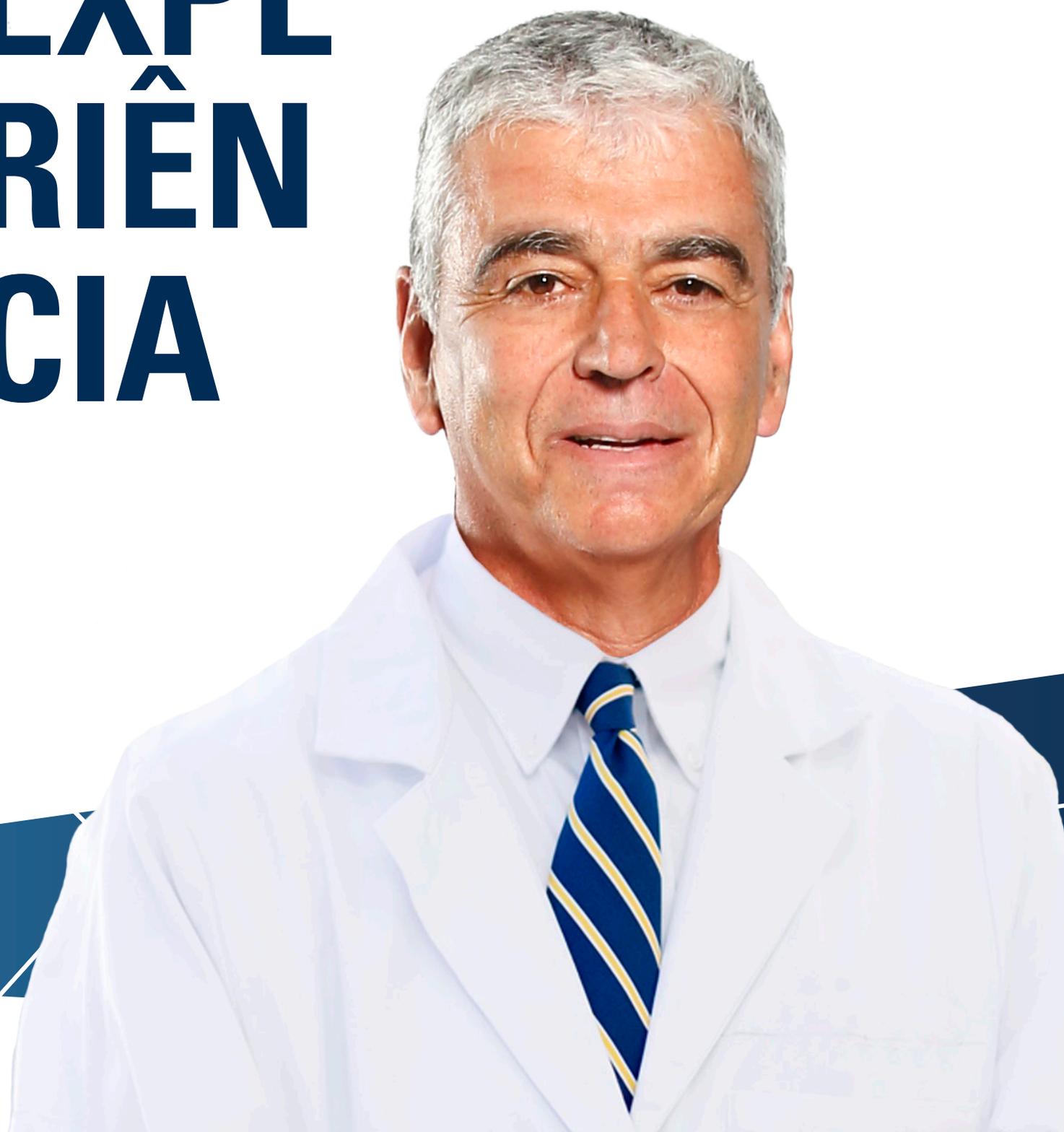
**05**

**06**

**INVESTIGAÇÃO**

Estudos científicos com vista à dinamização de conhecimento

# 30 ANOS EXPE RIÊN CIA



quem  
coordena  
este  
projeto?

**Dr. António Martins**

A sua principal área de especialização é a Cirurgia Artroscópica e Reconstructiva do Joelho. Ocupa o cargo de Coordenador de Ortopneumatologia do Sport Lisboa e Benfica. É também Diretor Clínico do Hospital de Sant'Ana.

Com mais de 30 anos de experiência em Medicina Desportiva Musculoesquelética e com um vasto currículo no acompanhamento de profissionais de elite, já operou reconhecidos atletas como Quaresma, David Luiz, Jorge Andrade, Paulo Ferreira, Nélson Évora, Danny, Simão Sabrosa, Nélson Semedo, Éderson, entre outros.



## quais os serviços que temos para si?

A Fisiogaspar surgiu para inovar ao nível da reabilitação e otimização do rendimento. Tratamos de atletas de alta competição através de uma abordagem diferenciada e interdisciplinar. Apresentamos um serviço de elite, estruturado para corresponder

às necessidades dos atletas, clubes e federações. A equipa é composta por especialistas de referência e integra-se na Fisiogaspar o conhecimento de múltiplas ciências nas áreas de reabilitação e otimização.

PERFORMANCE DESPORTIVA

### AVALIAÇÃO

Avaliação para a preparação de desporto de alta competição. Avaliação de fatores de risco para a prática. Avaliação dos fatores de risco de alto rendimento (serviço disponibilizado para atletas de elite ou equipas de elite).

### PREVENÇÃO

Após avaliação é disponibilizado um plano de prevenção (primária ou secundária). Pode ser efetuado na Fisiogaspar, ou no clube/ginásio.

### OTIMIZAÇÃO

Desenhamos planos dirigidos a atletas que pretendem otimizar a performance numa perspetiva de superação e rentabilização das suas *skills*.

LESÃO

### INTERVENÇÃO

Disponibilizamos atos médicos especializados, incluindo cirurgia e todos os serviços complementares. Aplicamos protocolos de recuperação clínica e física após lesão (RTP) e de prevenção de recidiva com *follow-up* clínico.

CORPORATE

### CONSULTORIA

Formação pelos elementos da Fisiogaspar, bem como de formação exterior em conjunto com outras entidades - academias. Consultoria a nível médico, fisioterapia, fisiologia do exercício e nutrição.

# AVA LIA ÇÃO

um diagnóstico à altura  
da sua performance

## EQUIPAS

MÍNIMO 5 ATLETAS

### PACK AVALIAÇÃO STANDARD

Avaliação Isocinética Biodex®  
Análise OptoJump Next®/Gyko® ou Biofeedback EMG

### PACK AVALIAÇÃO COMPLETA

Avaliação de Fisioterapia  
Avaliação de Fisiologia  
Avaliação Isocinética Biodex®  
Análise OptoJump Next®/Gyko® ou Biofeedback EMG  
Avaliação Biomecânica da Marcha ou Corrida



# INDIVIDUAL

## **PACK AVALIAÇÃO STANDARD**

Avaliação Isocinética Biodex®  
Análise OptoJump Next®/Gyko® ou Biofeedback EMG

## **PACK AVALIAÇÃO COMPLETA**

Avaliação de Fisioterapia  
Avaliação de Fisiologia  
Avaliação Isocinética Biodex®  
Análise OptoJump Next®/Gyko® ou Biofeedback EMG  
Avaliação Biomecânica da Marcha ou Corrida

## **PACK AVALIAÇÃO RUNNING**

Avaliação de Fisioterapia  
Avaliação de Fisiologia  
Avaliação Isocinética Biodex®  
Análise OptoJump Next®/Gyko® ou Biofeedback EMG  
Avaliação Biomecânica da Marcha ou Corrida  
Análise do Apoio Plantar

## **PACK AVALIAÇÃO JOVEM ATLETA**

*12 aos 16 anos*  
Avaliação de Fisioterapia  
Avaliação de Fisiologia  
Avaliação Isocinética Biodex®  
Análise OptoJump Next®/Gyko® ou Biofeedback EMG  
Avaliação Biomecânica da Marcha ou Corrida  
Teste de Maturidade Óssea

## COMPLEMENTOS DE AVALIAÇÃO

### **EXAME MÉDICO-DESPORTIVO**

Consulta Médica  
Ecocardiograma  
Eletrocardiograma ou Prova de Esforço  
Análises Clínicas  
Radiografia ao Tórax

### **DIAGNÓSTICO NUTRICIONAL AVANÇADO**

Avaliação da Composição Corporal  
Pregas Cutâneas  
Bioimpedância  
Perimetria dos Membros  
Plano Alimentar

# PREVENÇÃO

para aqueles que têm identificadas lesões potenciais ou histórico de recidivas

## PLANOS

### PLANO DE PREVENÇÃO

Após a sua avaliação, receba um plano de prevenção com todas as etapas necessárias para prevenir potenciais lesões e recidivas.

Plano de Prevenção da Fisioterapia

Plano de Prevenção da Fisiologia

Try-out 1 Semana de Fisiologia

O Plano de Prevenção React implica uma prévia Avaliação Standard, Completa, Running ou Jovem Atleta.



# ROTINAS

## **ROTINA DE PREVENÇÃO**

Acompanhamento conjunto pela Fisioterapia e Fisiologia para implementação do plano desenhado à medida.

A Rotina de Prevenção React implica a construção prévia de um Plano de Prevenção. A sua duração é definida pelos seus profissionais Fisiogaspar.

## **COMPLEMENTOS DE PREVENÇÃO**

### **ROTINA FORA DA FISIOGASPAR**

Por opção, poderemos acompanhar a sua Rotina de Prevenção no exterior da Fisiogaspar.

### **ROTINA NO ESTRANGEIRO**

Por opção, poderemos acompanhar a sua Rotina de Prevenção no estrangeiro, a tempo inteiro ou em períodos pré e intra-competitivos.



# OTI MIZA ÇÃO

o atleta está apto  
mas pode melhorar

## PLANOS

### PLANO DE OTIMIZAÇÃO STANDARD

Após a sua avaliação, receba um plano de otimização com todas as etapas que necessita para melhorar as suas competências e dar um *boost* na sua performance.

Plano de Otimização da Fisioterapia

Plano de Otimização da Fisiologia

Try-Out 1 Semana Fisiologia

### PLANO DE OTIMIZAÇÃO COMPLETO

Para aqueles que querem um acompanhamento mais abrangente, sugerimos que inclua uma abordagem nutricional.

Plano de Otimização da Fisioterapia

Plano de Otimização da Fisiologia

Plano de Otimização da Nutrição

Try-Out 1 Semana Fisiologia

Os Planos de Otimização implicam uma prévia Avaliação Standard, Completa, Running ou Jovem Atleta.



# ROTINAS

## **ROTINA DE OTIMIZAÇÃO STANDARD**

Acompanhamento pela equipa de fisiologistas no Private Gym com os seguintes focos:

- Monitorização da Postura
- Monitorização dos Desequilíbrios Musculares
- Implementação de Protocolos e Planos Individuais
- Acompanhamento do Processo
- Monitorização do Plano Nutricional

## **ROTINA DE OTIMIZAÇÃO COMPLETA**

Acompanhamento *um-para-um* por um Personal Trainer no Private Gym com os seguintes focos:

- Monitorização da Postura
- Monitorização dos Desequilíbrios Musculares
- Implementação de Protocolos e Planos Individuais
- Acompanhamento do Processo
- Monitorização do Plano Nutricional

## **FOLLOW-UP NUTRICIONAL AVANÇADO**

Acompanhamento em consulta feito por um profissional especializado em nutrição para a alta competição que irá permitir uma intervenção avançada em:

- Períodos Pré, Intra e Pós-Competitivos
- Casos de Overtraining
- Prescrição de Suplementação Desportiva
- Otimização Metabólica
- Monitorização Antropométrica

## COMPLEMENTOS DE OTIMIZAÇÃO

### **ROTINA FORA DA FISIOGASPAR**

Por opção, poderemos acompanhar a sua Rotina de Otimização no exterior da Fisiogaspar.

### **ROTINA NO ESTRANGEIRO**

Por opção, poderemos acompanhar a sua Rotina de Otimização no estrangeiro, a tempo inteiro ou em períodos pré e intra-competitivos.

# INTERVENÇÃO

para quem está lesionado ou precisa de cirurgia

## CIRURGIA

Quando seleciona a Fisiogaspar para realizar a sua cirurgia saiba que pode contar com um corpo clínico de excelência, coordenado pelo Dr. António Martins, recorrendo a blocos operatórios altamente qualificados em instituições com larga experiência e notoriedade ortopédica.

### PACKS CIRURGIA

Todas as intervenções cirúrgicas React incluem os serviços hospitalares complementares: bloco operatório, honorários médicos (cirurgião, ajudante, anestesista e instrumentista) e dois dias de internamento.

### PRÓTESES

Prótese Total da Anca  
Prótese Total do Joelho  
Prótese Total do Ombro

### ARTROSCOPIAS

Artroscopia da Anca  
Tratamento do Conflito Femoroacetabular CAM  
Tratamento do Conflito Femoroacetabular Pincer  
Cartilagem da Anca

Artroscopia de Joelho  
Ligamentoplastia do Ligamento Cruzado Anterior  
Ligamentoplastia do Ligamento Cruzado Posterior  
Meniscectomia Interna sem Cartilagem  
Meniscectomia Externa sem Cartilagem  
Cartilagem do Joelho

Artroscopia do Ombro  
Tratamento da Rotura da Coifa  
Tratamento da Instabilidade do Ombro  
Tratamento do Síndrome de Conflito Subacromial  
Tratamento de Lesão de Longa Porção do Bicipete  
Tratamento da Tendinite Cálcaica

Estão disponíveis outros Packs de Intervenção Cirúrgica para além dos apresentados. Consulte o seu profissional de saúde e conheça todas as opções.



# REABILITAÇÃO

## PACK LCA

Pack de serviços standard de reabilitação pós-operatória da ligamentoplastia do ligamento cruzado anterior.

### Semana 1 a 4

Sessão de Fisioterapia (segunda a sábado)  
Consulta de Nutrição

### Semana 5 a 6

Sessão de Fisioterapia (segunda a sábado)  
Sessão de Fisiologia (segunda a sábado)  
Sessão de Hidroterapia (segunda, quarta e sexta)

### Semana 7 a 12

Sessão de Fisioterapia (segunda a sábado)  
Sessão de Fisiologia (segunda a sábado)  
Sessão de Hidroterapia (terça e quinta)

### Semana 13 a 14

Sessão de Fisioterapia (segunda a sábado)  
Sessão de Fisiologia (segunda a sábado)

### Semana 15 a 16

Sessão de Fisioterapia (segunda a sexta)  
Sessão de Fisiologia (segunda a sábado)  
Consulta de Ortopedia  
Avaliação Isocinética Biodex®

### Semana 17 a 20

Return To Play com Fisioterapeuta e Fisiologista (segunda a sábado)  
Consulta de Nutrição

### Semana 21 a 24

Return To Play com Fisioterapeuta e Fisiologista (segunda a sexta)  
Consulta de Ortopedia  
Avaliação Isocinética Biodex®  
Relatório Final de Recuperação

## PACK MENISCECTOMIA INTERNA

Pack de serviços standard de reabilitação pós-operatória da meniscectomia interna do joelho sem cartilagem.

### Semana 1

Sessão de Fisioterapia (segunda a sábado)

### Semana 2

Sessão de Fisioterapia (segunda a sábado)  
Sessão de Fisiologia (segunda a sábado)

### Semana 3

Sessão de Fisioterapia (segunda a sábado)  
Sessão de Fisiologia (segunda a sábado)  
Sessão de Hidroterapia (segunda a sexta)

### Semana 4

Return To Play com Fisioterapeuta e Fisiologista (segunda a sábado)  
Consulta de Ortopedia  
Avaliação Isocinética Biodex®  
Consulta de Nutrição  
Relatório Final de Recuperação

### **PACK MENISCECTOMIA EXTERNA**

Pack de serviços standard de reabilitação pós-operatória da menissectomia externa do joelho sem cartilagem.

#### **Semana 1 a 4**

Sessão de Fisioterapia (segunda a sábado)

#### **Semana 5 a 8**

Sessão de Fisioterapia (segunda a sábado)

Sessão de Fisiologia (segunda a sábado)

Sessão de Hidroterapia (terça e quinta)

#### **Semana 9 a 12**

Return To Play com Fisioterapeuta e Fisiologista (segunda a sexta)

Consulta de Ortopedia

Consulta de Nutrição

Avaliação Isocinética Biodex®

Relatório Final de Recuperação

### **PACK INSTABILIDADE MULTIDIRECIONAL DO OMBRO**

Pack de serviços standard de reabilitação pós-operatória de instabilidade multidirecional do ombro.

#### **Semana 1 a 2**

Repouso, sob indicação médica

#### **Semana 3 a 4**

Sessão de Fisioterapia (segunda a sexta)

Consulta de Nutrição

#### **Semana 5 a 6**

Sessão de Fisioterapia (segunda a sexta)

Sessão de Hidroterapia (terça e quinta)

Consulta de Ortopedia

#### **Semana 7 a 10**

Sessão de Fisioterapia (segunda a sexta)

Sessão de Fisiologia (segunda a sexta)

Sessão de Hidroterapia (terça e quinta)

Avaliação Biofeedback EMG ou Isocinética Biodex®

#### **Semana 11 a 14**

Sessão de Fisioterapia (segunda, quarta e sexta)

Sessão de Biofeedback EMG (terça)

Sessão de Fisiologia (segunda a sábado)

#### **Semana 15 a 16**

Return To Play com Fisioterapeuta e Fisiologista (segunda a sábado)

Sessão de Biofeedback EMG (terça)

Consulta de Ortopedia

Consulta de Nutrição

Avaliação Biofeedback EMG ou Isocinética Biodex®

Relatório Final de Recuperação



# RTP

## **PACK RETURN TO PLAY LCA**

Pack Avaliação Completa  
 RTP com Fisioterapeuta e Fisiologista  
 Semana 1 a 4: segunda a sábado  
 Semana 5 a 8: segunda a sexta  
 Consulta de Ortopedia  
 Consulta de Nutrição  
 Avaliação Isocinética Biodex®  
 Relatório Final de Recuperação

## **PACK RETURN TO PLAY MENISCO INTERNO**

Pack Avaliação Completa  
 RTP com Fisioterapeuta e Fisiologista  
 Semana 1 a 2: segunda a sábado  
 Consulta de Ortopedia  
 Avaliação Isocinética Biodex®  
 Relatório Final de Recuperação

## **PACK RETURN TO PLAY MENISCO EXTERNO**

Pack Avaliação Completa  
 RTP com Fisioterapeuta e Fisiologista  
 Semana 1 a 4: segunda a sexta  
 Consulta de Ortopedia  
 Consulta de Nutrição  
 Avaliação Isocinética Biodex®  
 Relatório Final de Recuperação

## **PACK RETURN TO PLAY OMBRO**

Pack Avaliação Completa  
 RTP com Fisioterapeuta e Fisiologista  
 Semana 1 a 2: segunda a sábado  
 Sessão de Biofeedback EMG  
 Semana 1 a 2: terça  
 Consulta de Ortopedia  
 Avaliação Biofeedback EMG ou Isocinética Biodex®  
 Relatório Final de Recuperação

## **PACK RETURN TO PLAY TAILOR MADE**

A Fisiogaspar poderá desenhar um protocolo Return To Play à medida da sua lesão. Consulte os seus técnicos React e conheça todas as soluções.

## **COMPLEMENTOS DE INTERVENÇÃO**

### **EXAMES COMPLEMENTARES DE DIAGNÓSTICO**

Ressonância Magnética  
 Tomografia Computorizada  
 Radiografia  
 Análises Clínicas  
 Ecografia

### **EXAMES PRÉ-CIRÚRGICOS**

### **TREINO RTP**

Semana Adicional de Treino RTP (segunda a sábado)

# CON SUL TORIA

o seu projeto  
implementado  
à medida



# TAILOR-MADE

## A NOSSA EXPERIÊNCIA TODOS OS DIAS

Os profissionais React estão aptos para formar a sua equipa de forma contínua e protocolada, com constantes visitas e contacto permanente.

Desta forma, vai adquirindo independência que lhe permite **avaliar** a aptidão física dos seus atletas, **prevenir** lesões ou recidivas, **intervir** na recuperação clínica e física após lesões, e **otimizar** a performance desportiva dos atletas.

# ADD-ONS

## CONCIERGE COM TRANSPORTE

Conhecemos os obstáculos e desafios com que os nossos clientes são confrontados quando são submetidos a uma cirurgia ou quando estão a visitar Portugal pela primeira vez. Por isso disponibilizamos um serviço de *concierge* que irá facilitar esta etapa da sua vida.

## ACOMODAÇÃO EM HOTEL

Quando a distância de residência impossibilita ou dificulta a sua rotina de Intervenção, sugerimos que fique acomodado numa das unidades hoteleiras parceiras da Fisiogaspar.

## REFEIÇÕES DESENHADAS À MEDIDA

Seguindo um protocolo alimentar restrito ou acolhendo as orientações semanais da Cafeteria Fisiogaspar, pode complementar a sua permanência no nosso espaço com uma alimentação pensada e confeccionada por nós.

## BREAK MOMENTS

Após os seus tratamentos ou entre os seus treinos poderá aproveitar para descontraír no Medical Spa, recorrendo à Zona Aqua ou à Sala de Relaxamento. Desta forma, potencia a sua reabilitação com um momento de equilíbrio e tranquilidade.

# quais os parceiros para o seu sucesso?

Quando trabalhamos em equipa unimos esforços para que o seu sucesso seja uma consequência da nossa dedicação. Por isso, a Fisiogaspar rodeou-se de inúmeros parceiros e marcas de excelência para que tenha uma experiência completa com elevados índices de eficiência.

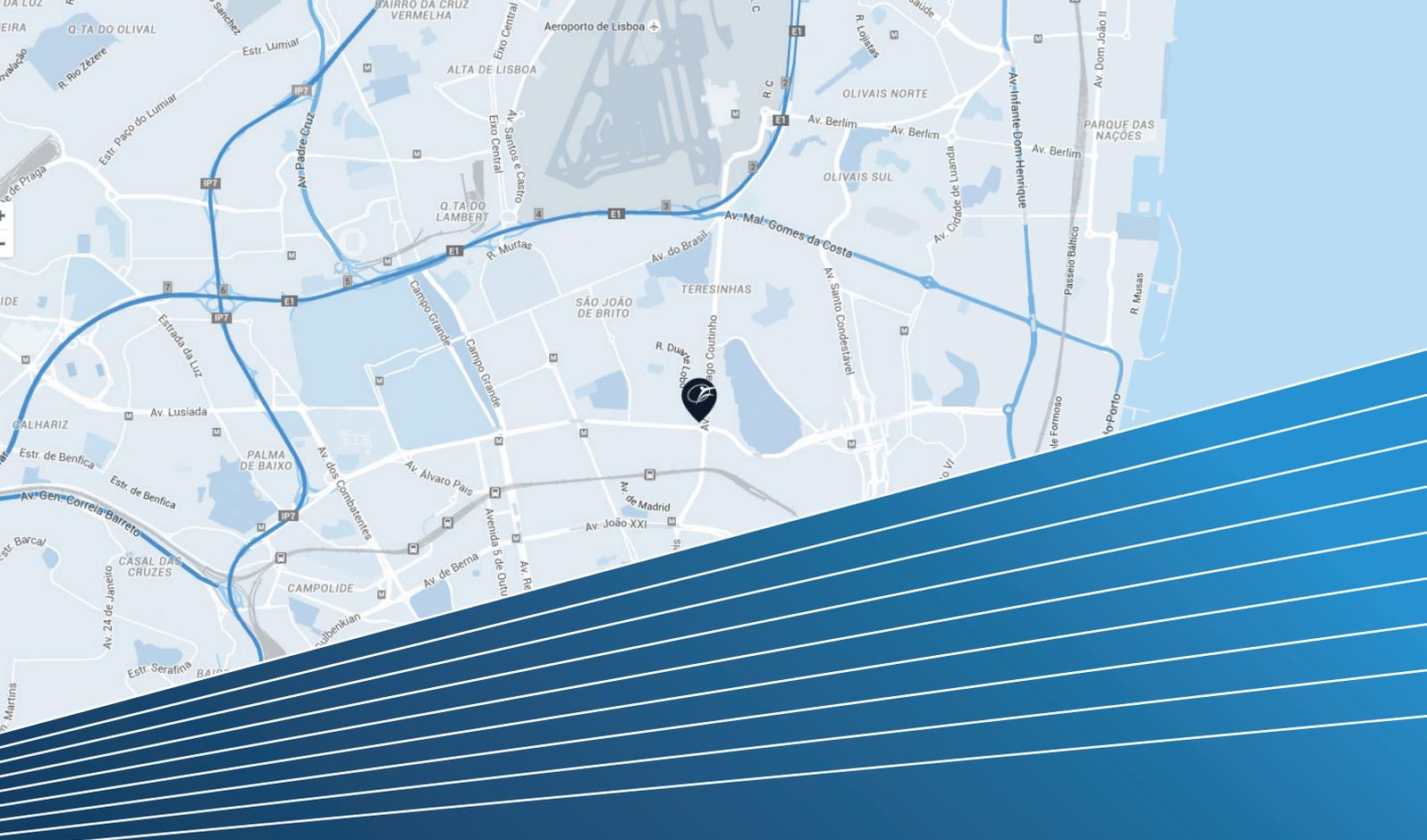




## como receber uma proposta?

Contacte-nos através de [comercial@fisiogaspar.pt](mailto:comercial@fisiogaspar.pt) ou através dos contactos disponíveis no verso e conheça em detalhe toda a nossa oferta.

O seu **Sales Account Manager** irá apresentar-lhe a nossa abordagem e os profissionais que o acompanharão durante o seu processo. Juntamente consigo, irá identificar o serviço e os packs de que necessita.



# FISIOGASPAR

## Portugal

### Morada

Avenida Estados Unidos da América, 2C  
1700-174 Lisboa

### Proximidades

Aeroporto Humberto Delgado (Lisboa) 1km (3 min)  
Autocarros da Carris – 749 e 717  
Metro Linha Verde – Areeiro ou Roma  
Comboio – Estação Roma-Areeiro

### Coordenadas GPS

Latitude 38°44'56"  
Longitude -9°7'54"

### Telefone

00351 217 279 000

### Serviços

Clínica | Fisioterapia | Hidroterapia | Nutrição | Medical  
Spa | Private Gym | Health Coaching | Academia

[www.fisiogaspar.pt](http://www.fisiogaspar.pt)

[fisiogaspar@fisiogaspar.pt](mailto:fisiogaspar@fisiogaspar.pt)

## Angola

### Morada

Rua Comandante Ché Guevara, 105A  
Maculusso - Luanda

### Proximidades

Aeroporto Internacional 4 de Fevereiro (Luanda)  
4km (8 min)  
Igreja Sagrada Família  
1km (2 min)

### Coordenadas GPS

Latitude 8°49'15"  
Longitude 13°14'26"

### Telefone

00244 222 332 357

### Serviços

Clínica | Fisioterapia | Nutrição  
Medical Spa | Private Gym

[www.fisiogasparangola.com](http://www.fisiogasparangola.com)

[info@fisiogasparangola.com](mailto:info@fisiogasparangola.com)



[facebook.com  
/fisiogaspar](https://facebook.com/fisiogaspar)



[twitter.com  
/fisiogasparpt](https://twitter.com/fisiogasparpt)



[instagram.com  
/fisiogaspar](https://instagram.com/fisiogaspar)



[youtube.com  
/fisiogaspar](https://youtube.com/fisiogaspar)