

Reggio Emilia, 10 Giugno 2011

COMUNICATO STAMPA

Attività Fisica Adattata per conservare forma fisica e salute
Da settembre il progetto in via sperimentale in Città

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità il 60% delle patologie connesse a disturbi cronici, in Europa, è riconducibile ad un numero ristretto di fattori di rischio, fra i quali occupa un posto di rilievo l'inattività fisica.

È dalla valutazione della molteplicità di malattie croniche associate alla sedentarietà, scarsa mobilità e disabilità (quest'ultima intesa come incapacità o difficoltà a compiere le attività della vita quotidiana) che nasce nella provincia di Reggio Emilia il progetto denominato *Attività Fisica Adattata (AFA)*.

L'Attività Fisica Adattata, che rappresenta un vero e proprio *presidio* in grado di svolgere il duplice ruolo di offrire benefici al fisico ed alla mente, è stato realizzato grazie alla collaborazione dei medici fisiatrici della Ausl Reggio Emilia, dott.ssa Alena Fiocchi e dott. Guido Vezzosi, e della Azienda Ospedaliera Arcispedale Santa Maria Nuova, dott. Giovanni Camurri e dott. Claudio Tedeschi, oltre che dalla integrazione con i Medici di Medicina Generale.

Le AFA sono programmi di attività fisica non sanitaria svolti in gruppo, adattati per specifiche alterazioni croniche dello stato di salute e per la prevenzione della disabilità.

L'AFA non è attività riabilitativa, ma di mantenimento e prevenzione: interviene nella fase cronica di stabilizzazione degli esiti, quando il percorso riabilitativo ha esaurito i propri obiettivi, oppure nelle fasi di relativa stabilizzazione delle malattie cronicoprogressive.

I programmi AFA possono essere svolti presso strutture sportive che abbiano adeguata dotazione logistica e di attrezzi. La UISP è stata individuata dalla Commissione quale ente cui possano essere conferite, oltre a funzioni di ente erogatore, quelle di partner nella formazione in ambito AFA (in collaborazione con personale sanitario dell'AUSL e dell'AOSMN) e di segreteria (servizio informazioni, raccolta adesioni, invio utenti alla sede più vicina, periodico invio di report alle aziende sanitarie).

SONO OBIETTIVI DELL'AFA:

- Prevenire e trattare le complicanze dell'immobilità conseguente a una patologia cronica: contenimento della disabilità e promozione dell'autonomia;

Arcispedale S. Maria Nuova

- Mantenere i risultati ottenuti dal trattamento riabilitativo, migliorare il cammino e resistenza allo sforzo, ridurre le difficoltà a compiere le attività della vita quotidiana, conservare l'autonomia in ambito domestico ed extra domestico;
- incentivare la socializzazione per migliorare il tono dell'umore, la motivazione personale, le relazioni familiari ed amicali;
- educare e formare ad avere un coinvolgimento attivo nel realizzare il proprio progetto di salute e di qualità della vita, con la promozione di una regolare attività e di più appropriati stili di vita.

AMBITI DI INTERESSE

Sindromi dolorose da ipomobilità: si intendono condizioni di artrosi, osteoporosi ed altre reumoartropatie, chirurgia protesica di anca e ginocchio, esiti di fratture di arti superiori ed inferiori, cervicalgie e lombalgie croniche caratterizzate da andamento cronico e con un bisogno di adattamento del proprio stile di vita, solitamente sedentario, che induce una forte restrizione alla partecipazione nelle attività della vita quotidiana.

Patologie neurologiche o neuromuscolari di tipo cronico o cronico-progressivo: sono patologie che condizionano pesantemente autonomia, partecipazione e qualità di vita. Diverse sono le situazioni che possono rientrare in questo ambito: esiti stabilizzati di eventi acuti (ictus), o di patologie congenite (PCI), patologie a decorso cronico-progressivo (m. di Parkinson), o a progressività variabile (sclerosi multipla).

COME FUNZIONA IL PROGRAMMA AFA

I programmi AFA sono promossi e coordinati dal Programma Interaziendale di Riabilitazione delle due aziende sanitarie reggiane; ogni programma è rivolto ad una specifica menomazione cronica, proposto sulla base di evidenze scientifiche ed omogeneamente applicato in tutti i corsi AFA.

Sono esclusi dai programmi i soggetti con instabilità clinica per i quali la risposta deve essere esclusivamente sanitaria.

Le modalità di accesso variano a seconda della complessità del quadro clinico: nelle condizioni a bassa complessità (ad es. artrosi) l'invio avviene da parte del M.M.G., mentre in quelle ad elevata complessità (es. paziente neurologico) è necessaria una valutazione clinico-funzionale da parte dello specialista Fisiatra.

E' compito del medico referente verificare la presenza/assenza dei criteri di inclusione/esclusione.

Dopo l'inquadramento da parte del medico subentra il coordinatore con il compito di proporre all'utente le sedi più vicine al domicilio, di monitorare i dati da inviare periodicamente al Programma di Riabilitazione. Lo stesso coordinatore ha il compito di verificare, nelle varie sedi, l'aderenza ai protocolli di esercizi dati e di segnalare eventuali incongruenze, nonché di facilitare percorsi "di rientro" in ambito sanitario qualora si evidenziasse problematiche che esulino dai percorsi AFA (es. persistenza del dolore). In questo modo le

Aziende Sanitarie, pur non erogando direttamente le attività, ne mantengono il controllo e fungono da garanti della qualità.

Per tutti gli altri enti sportivi, nonché per ogni altra organizzazione vocata allo sport o al movimento, che sia in possesso dei requisiti strutturali e di personale, si auspica la partecipazione al progetto AFA in qualità di ente erogatore, previa formazione specifica degli operatori coinvolti nei momenti formativi che le Aziende sanitarie, in collaborazione con l'ente prescelto, andranno a organizzare.

La molteplicità degli erogatori garantisce una capillare distribuzione dei programmi AFA sul territorio: è infatti noto che la distanza della palestra dal domicilio dell'utente rappresenta uno dei principali fattori determinanti l'abbandono delle attività.

TEMPISTICA

Il progetto partirà in via sperimentale a Reggio Emilia nel prossimo mese di Settembre, con un coordinamento unitario e verrà esteso, entro l'anno 2012 a tutto il territorio provinciale con l'istituzione di altri due punti di coordinamento.

Gli Uffici Stampa