

Azienda Pubblica di Servizi alla Persona di Brentonico

Camminiamo nelle emozioni



In Italia sono 600 mila le persone affette da demenza degenerativa meglio conosciuta come morbo di Alzheimer e ogni anno nel mondo si registrano quasi 10 milioni di nuovi casi per una malattia che tocca i 47 milioni di individui. Alcuni sintomi, come disturbi uditivi, visivi e olfattivi vengono scambiati per normale invecchiamento, ma possono nascondere altro, affermano gli esperti. I sintomi sono la perdita della memoria, la confusione di tempi e luoghi, la perdita totale o parziale della capacità di esprimere o comprendere le parole e la capacità di scrittura, l'incapacità di compiere gesti coordinati e diretti a un determinato fine, ma non bisogna sottovalutare neppure i sintomi comportamentali come l'oscillazione dell'umore, psicosi, allucinazioni, agitazione e cambi di personalità".

I fattori di rischio sono in particolare l'ipertensione, il diabete, l'obesità, il fumo, il colesterolo e la sedentarietà, anche culturale. Le persone che si impegnano in attività intellettuali, come la lettura, mostrano infatti una riduzione del rischio di sviluppo della malattia di Alzheimer. La Provincia autonoma di Trento, l'Azienda sanitaria, l'Upipa, le associazioni che si occupano di Alzheimer e altri enti hanno promosso una maggior conoscenza di questa malattia con l'iniziativa "In viaggio con l'Alzheimer Fest": dal 6 al 16 giugno in molte località del Trentino si sono svolte e si svolgeranno manifestazioni, incontri, dibattiti e spettacoli per sensibilizzare la cittadinanza in merito alle problematiche sanitarie, sociali e culturali che le famiglie devono affrontare quando un loro caro incontra l'Alzheimer o altre forme di demenza.

Nell'ambito di questa iniziativa, lo scorso 6 giugno, l'Azienda pubblica per i servizi alla persona di Brentonico, in stretta collaborazione con l'Istituto comprensivo di Brentonico e con l'adesione del Comune, della Parrocchia e del Circolo anziani, ha organizzato "Camminiamo insieme nelle emozioni", un evento particolare per far comprendere come vivono le persone affette da questa malattia. La giornata era stata preceduta da un film sul tema specifico "Still Alice" di Lisa Genova.

Il Gruppo che ha ideato ed organizzato l'evento era composto da professionisti dell'Azienda e in particolare da Mauro Mazzurana, Simonetti Sara, Maria Rosa Falagarda, Canali Giuseppe, Passerini Claudia e Simonetti Annalisa. La camminata lungo un percorso tra le vie del paese prevedeva tre diverse esperienze sensoriali che hanno visto coinvolti direttamente tutti i ragazzi delle scuole medie ma che hanno interessato anche gli insegnanti, gli accompagnatori e qualche anziano.

Sono stati allestiti 3 percorsi che miravano a far capire in modo diretto e concreto alcune delle limitazioni e disturbi di cui sono affetti i malati di Alzheimer e in

particolare come vengono percepite le conversazioni, la dimensione dello spazio sulle superfici dove camminano e lo spazio visivo in generale. Il primo percorso è stato allestito presso la casetta per le feste sul parco C. Battisti: all'interno, oscurato per l'occasione, sono state fatte ascoltare una pluralità di voci sovrapposte e praticamente non comprensibili per ricreare la falsata percezione che hanno le persone affette da Alzheimer.

Il secondo percorso realizzato per un breve tratto in una via del centro storico, ha ricreato con il tessuto su uno sfondo completamente bianco dei piccoli riquadri di color rosso vivo: i ragazzi dovevano attraversare il tratto interessato camminando sulle "isolette" rosse. Questo secondo allestimento serviva a far comprendere come le persone con l'Alzheimer percepiscano in modo falsato le superfici che incontrano. In questo caso il bianco sarebbe stato percepito come vuoto. In altri casi anche una semplice variazione della pavimentazione di una casa crea una distorsione della realtà: il passaggio dalla cucina con piastrelle al parquet del soggiorno è spesso concepito come ostacolo.



Il terzo e ultimo percorso che partiva dall'area sportiva di Santa Caterina e arrivava ai ruderi del Castello di Dosso Maggiore ha visti impegnati i ragazzi alle prese con la visione parziale laterale: tutti sono stati dotati di due rudimentali piccoli cilindri di cartone portati come occhiali per dare dimostrazione della ridotta capacità visiva laterale che provano spesso i soggetti colpiti da demenza degenerativa.

La giornata perfettamente riuscita nei suoi intenti dimostrativi e di sensibilizzazione si è conclusa presso l'Azienda per i servizi alla persona di Brentonico con l'intervento del Presidente Moreno Broggi che, nel ringraziare gli ideatori e i partecipanti alla giornata, ha sottolineato l'importanza del coinvolgimento delle scuole e delle istituzioni su un tema delicato ma anche pressante e preoccupante per familiari e istituzioni, evidenziando che è già in fase di progettazione avanzata un importante intervento di ampliamento della struttura che vedrà, tra l'altro l'allestimento di uno spazio interno e un giardino dedicato in via esclusiva agli ospiti affetti da questa forma di malattia.

L'intervento della fisioterapia nella vita in RSA

Svolgere regolarmente attività fisica è importante durante tutte le fasi della vita, ma lo è in modo particolare nell'anzianità. Come infatti la scienza ha dimostrato in più occasioni, l'attività fisica per un anziano è fondamentale sia come prevenzione che come cura per evitare l'insorgenza o rallentare l'evoluzione di patologie croniche, contrastare la sindrome da immobilità (o allettamento) e migliorare il proprio stato di salute generale. Con il progredire degli anni il corpo subisce infatti un progressivo decadimento fisiologico a causa di fattori biologici ed ambientali. L'attività fisica quotidiana influenza positivamente lo stato di salute dell'anziano agendo sui fattori biologici, sia dal punto di vista motorio che cognitivo, aumentando le funzionalità dell'organismo a 360° ed agendo positivamente in ambito muscolo-scheletrico (ossa, muscoli, articolazioni), respiratorio,

cardiocircolatorio e delle funzioni cognitive e psichiche in generale. Ciò comporta anche un affinamento delle prestazioni intellettive, l'attenuazione di sintomi ansiosi e la regolarizzazione del sonno e dell'umore.

Inoltre, eseguire l'attività in compagnia può essere un ottimo stimolo per ritrovare vitalità, condividendo gli sforzi reciproci e trovando sostegno nelle altre persone. Il movimento fisico può quindi essere considerato anche un motivo di aggregazione sociale. La fisioterapia all'interno dell'A.P.S.P. di Brentonico si occupa di tutti gli ambiti sopra citati, agendo sotto diverse forme e interventi per garantire un buon mantenimento dello stato di salute motorio e cognitivo, favorendo l'aggregazione sociale e riabilitando le persone a seguito di eventi acuti.

I risultati ottenuti spesso vengono poi espressi dai diretti interessati che, oltre ad avere beneficio nella diminuzione dei dolori, riscopro-

no di poter svolgere semplici compiti che da tempo non riuscivano più a compiere, come ad esempio infilarsi le calze ed allacciarsi le scarpe, riuscire a raccogliere un o g -

getto da terra o semplicemente camminare con meno difficoltà.

1) SERVIZIO DI FISIOTERAPIA PER OSPITI DELLA STRUTTURA

Fisioterapia individuale

Ogni ospite residente nella struttura può accedere alla fisioterapia individuale, qualora ne venga individuata la necessità. Essa si svolge prettamente in palestra, solitamente al mattino, con fisioterapista dedicato unicamente alla singola persona, e può comprendere varie attività in base al tipo di problema riscontrato. Può essere svolta a lettino, alle parallele, attraverso le deambulazione o tramite uso di attrezzature specifiche.

Cyclette, pedaliera e cicloergometro

La palestra è inoltre molto gradita per la possibilità di svolgere attività con cyclette classica, con pedaliera (con possibilità di pedalare stando seduti su una sedia) o con cicloergometro (con possibilità di pedalata assistita). In questo senso la palestra risulta però essere anche un punto di riferimento per la vita sociale all'interno della struttura, in quanto tra "ciclisti", fra una pedalata e l'altra, vi è sempre un ricco scambio di chiacchiere e racconti.

Attività motoria di gruppo

La ginnastica di gruppo viene svolta quotidianamente (dal lunedì al sabato compresi) all'interno della grande sala pluriuso, in tarda mattinata prima di pranzo. Ad essa aderiscono volentieri diversi ospiti della casa di riposo, alcuni



residenti in struttura o negli Alloggi Protetti ed altri frequentanti il Centro Diurno, creando gruppi spesso molto numerosi. Qui si svolgono esercizi per rinforzare gli arti superiori e inferiori, i muscoli del tronco e del collo, e per favorire la mobilità di tutte le articolazioni. Il venerdì viene dedicato specificatamente all'allenamento dell'equilibrio e il sabato ad attività ludico-motorie. Non mancano i momenti di pausa con battute, racconti e aneddoti divertenti, per rendere l'attività più piacevole.

Deambulazioni assistite con operatori

Ogni giorno, mattina e pomeriggio, alcuni operatori socio sanitari si allontanano dal reparto per un momento dedicato alle deambulazioni assistite con alcuni ospiti selezionati. Ciò significa che l'operatore si dedica all'affiancamento dell'anziano nella deambulazione secondo le indicazioni del fisioterapista rispetto ai nominativi degli ospiti e alle modalità di deambulazione (ad esempio quali ausili utilizzare). Ciò impedisce che l'ospite resti fermo per lunghi periodi durante il giorno, ed evita quindi tutte le conseguenze legate all'immobilità, facendolo sentire inoltre assistito in più fasi della giornata e migliorando anche il tono dell'umore.

Da quest'anno il servizio di deambulazioni assistite è stato ulteriormente potenziato, con la presenza di un operatore esterno al reparto che dedica alcune ore specificatamente a questa attività.

Progetto "Camminare insieme"

Nel periodo estivo, indicativamente da giugno ad agosto, ogni venerdì mattina un fisioterapista si allontana dalla palestra per dedicarsi al progetto "Camminare insieme", che coinvolge circa una decina di ospiti che possono variare di volta in volta. Tale progetto

consiste in uscite incentrate sul cammino all'aria aperta sul territorio di Brentonico, con assistenza di un fisioterapista ed alcuni volontari, per stimolare gli ospiti a mantenersi attivi dandogli però anche la possibilità di raccontarsi attraverso i ricordi legati ai luoghi visitati. Molte delle attività sopra descritte sono rese possibili anche dal contributo di Franco Telch, un collaboratore che da alcuni anni è dedicato ogni mattina esclusivamente al servizio di fisioterapia. Grazie al suo supporto si è potuto infatti incrementare l'attività e aumentare il numero di ospiti che accedono al servizio ogni giorno.

2) SERVIZIO DI FISIOTERAPIA PER UTENTI ESTERNI

La casa di riposo di Brentonico offre la possibilità di accedere alla fisioterapia anche agli utenti esterni, per mettere a disposizione il servizio a tutti coloro che fanno

parte della nostra comunità. Vi si può accedere sia in convenzione, ovvero con ricetta rossa emessa dallo specialista (fisiatra) pagando solamente il ticket, sia a pagamento, ovvero con sola indicazione del medico di base, secondo le tariffe definite dalla stessa RSA. Fra le prestazioni offerte vi sono la valutazione fisioterapica, la kinesiterapia individuale, il training deambulatorio e le terapie fisiche (elettroterapia, ultrasuoni, laserterapia e magnetoterapia). I tempi di attesa per iniziare il trattamento sono inoltre ridotti al minimo, nonostante tale servizio negli ultimi anni abbia ricevuto pareri molto positivi e un conseguente costante aumento delle richieste.

Lo staff del servizio di fisioterapia

**Denise Menotti,
Mauro Mazzurana,
Elisabetta Salvaterra,
Alessandro Gobber**



L'ALBUM DELLA NOSTRA CASA



CORO ANTHEA



CORO SOLDANELLA



CORO MACRAMÈ



IL PIACERE DEL CANTO



MESSA CON IL CORO DEGLI OSPITI



MESSA DI PASQUA



TERAPIA IN MUSICA



SI CANTA IN GIARDINO

