

L' AFA per soggetti con Parkinson

CHE COS'E' ?

Il **Parkinson** è una malattia neurodegenerativa del Sistema Nervoso Centrale causata dalla progressiva morte delle cellule nervose situate nella *Sostanza Nigra*, piccola zona del cervello che, attraverso la produzione di *dopamina*, controlla l'automatismo dei movimenti. La conseguenza della diminuzione di questo neurotrasmettitore è la comparsa progressiva dei sintomi tipici della Malattia: *lentezza nei movimenti, tremore e rigidità muscolare*.

Sebbene nelle patologie caratterizzate da degenerazione progressiva la Riabilitazione non possa perseguire l'obiettivo del raggiungimento del recupero funzionale, la *presa in carico riabilitativa* ha lo scopo di "vigilare" sull'evoluzione del quadro, intervenendo sia quando si presentino eventi acuti che possono sovrapporsi alla malattia, sia quando è necessario un intervento adattativo per consentire al paziente di mantenere il massimo grado di autonomia possibile.

L'**AFA-parkinson** si prefigge di favorire l'autonomia e la capacità di relazione di questi soggetti che, con il progredire della patologia, tendono con facilità alla sedentarietà e alla depressione e perdono nel tempo il loro ruolo in ambito familiare e sociale .

A CHI E' RIVOLTA ?

A tutte le persone affette da Malattia di Parkinson con un livello minimo di autonomia nei passaggi posturali e nel mantenimento della stazione eretta.

Per partecipare a questa **Attività Fisica Adattata** è necessaria una valutazione presso il Dipartimento di Riabilitazione della Asl 5, quale garanzia della presenza delle condizioni di idoneità (sufficienti capacità cognitive, stabilizzazione della patologia e delle patologie correlate) e dell'adeguatezza all'attività proposta.

DA CHI E' CONDOTTA ?

Nella nostra Asl i gruppi di **Attività Fisica Adattata specifica** («AFAs») sono pensati in continuità con il percorso riabilitativo e pertanto la loro conduzione è affidata generalmente ad un fisioterapista, figura professionale che - per le sue competenze - garantisce continuità nella gestione degli utenti, prestando attenzione alle peculiarità e alle problematiche specifiche della patologia.

COM'E' PENSATA ?

L' **AFA-parkinson** è rivolta ad un target di persone per le quali non è appropriato né un *esercizio terapeutico*, né un *esercizio allenante*. La proposta degli esercizi deve essere finalizzata a stimolare una risposta motoria attiva e partecipe; in tal senso essi devono essere sempre motivati anche da un punto di vista motorio e funzionale con una spiegazione a misura di utente.

La persona da indirizzare all'**AFA-parkinson** si caratterizza spesso per una qualità della vita compromessa da depressione, disturbi del sonno e sensazione di ridotta indipendenza. Per questo motivo è rilevante l'aspetto sociale ed aggregativo dell'«AFAs». Il **programma di esercizi** da proporre, più che sulla ripetitività del gesto, deve basarsi sul condizionamento sensoriale (acustico e visivo) o cognitivo; deve favorire il controllo dell'equilibrio e della postura, nel tentativo di contrastare l'atteggiamento generale in flessione, che condiziona fortemente l'andatura, progressivamente sempre più impacciata, determinando un alto rischio di cadute.