

Notiziario ANIK

26 Settembre 2009

Organo Ufficiale dell'Associazione Nazionale Idrokinesiterapisti

Sede legale: Via dei Panfili, 104 - 00121 Roma- Ostia Lido
Sede amministrativa: Via dei Gonzaga, 54/c - 00163 Roma
Segreteria: 393 9462314; 393 9361828 - Fax. 06 66141333
Direttivo: 393 9462202; 393 9361828 Fax. 06 5615433
www.anik.it
e-mail: info@anik.it

Editoriale

di Marco Antonio Mangiarotti
Fulvio Cavuoto

L'idrokinesiterapia nella riabilitazione delle donne mastectomizzate: esperienza di trattamento in piccoli gruppi omogenei
di Ft. Sara Piccione

Corsi e Convegni



Corso di Idrokinesiterapia presso il Virgin Active Milano Bicocca

Cari colleghi

L'ANIK, ha vissuto attraverso il nostro presidente Marco Mangiarotti, una esperienza umana, sportiva ed organizzativa in linea con la sua attitudine all'impegno sociale e alla pratica dello sport subacqueo. Ricordiamo che tanto Fulvio, quanto Marco sono istruttori subacquei e soci attivi della HSA Italia (Handicapped Scuba Association), www.hsaitalia.it, una associazione la cui filiale Italiana risiede a Milano, ma presente in tutto il mondo. Lo scorso mese di Luglio l'HSA Italia in collaborazione con il Comsubin (Comando Incursori della Marina Militare) ha organizzato una bella ma impegnativa manifestazione in località Porto Venere (La Spezia). Tale evento prevedeva, oltre ad un incontro sul tema della fruibilità dello sport subacqueo, una serie di immersioni in compagnia di diversi subacquei disabili, alla baia di San Fruttuoso, sulla statua del Cristo degli abissi.

"La statua nacque da un'idea di Duilio Marcante, considerato il "padre" della didattica subacquea italiana, che, spinse per la posa di una statua di Cristo sul fondale marino; il 22 agosto 1954 la statua del Cristo degli abissi viene posta nella baia di fronte a San Fruttuoso, tra Camogli e Portofino.

La statua, alta circa 2,50 metri e realizzata dallo scultore Guido Galletti, venne posta grazie alla Marina Militare Italiana a circa 17 metri di profondità. Le mani del Cristo, rivolte alla superficie (o al cielo, se non si trattasse di una statua

subacquea) sono aperte in segno di pace.



Nella foto è illustrata la baia di San Fruttuoso prospiciente l'Abbazia di San Fruttuoso. Appena più a destra, in mare, è immersa la statua del Cristo.

Per ottenere il bronzo della statua vennero fuse medaglie, elementi navali (perfino eliche di sommergibili americani donati dall'U.S. Navy) e campane. A seguito della morte di Marcante venne posta una targa sul basamento della statua in sua memoria.

Nel 2003 la statua è stata restaurata per preservarla dalla corrosione e dalle incrostazioni e, soprattutto, per riattaccarle la mano staccata da un'ancora, per poi essere riposizionata sott'acqua il 17 luglio 2004 su un nuovo basamento, ad una profondità inferiore a quella precedente. L'immersione per vedere la statua è una delle escursioni più famose del litorale ligure, e il Cristo è diventato negli anni il simbolo della passione per la subacquea e il mare. (Da

Wikipedia, l'enciclopedia libera").

Erano tanti, i subacquei disabili e non, a rappresentanza di 16 scuole/circoli provenienti da diverse parte d'Italia, uno spaccato della grande community del mondo della subacquea, che ha espresso, impegno, professionalità, ma anche condiviso con profonda sensibilità, i momenti anche impegnativi e faticosi di questa terza edizione.

Insieme a Marco, sul Cristo degli abissi, si è immerso un amico paraplegico, Antonio, che ha percorso tutto l'iter riabilitativo iniziato in una piscina con Fulvio e finito al mare con Marco. A lui vanno i nostri cari saluti.

Questa iniziativa, come altre, altrettanto importanti, già svolte a livello nazionale ed internazionale resterà a memoria per tanti e soprattutto nel nostro cuore.

I SOCI ANIK CONTINUANO L'ATTIVITA' DIVULGATIVA

Seminari universitari:

Dopo l'esperienza positiva dell'anno scorso, le nostre socie e docenti Cristina Aniello e Sara Piccione, sono state ricontattate dall'Università degli Studi di Roma "Torvergata" per riproporre dei seminari monotematici legati al mondo della riabilitazione in acqua.

Quest'anno le colleghe hanno avuto l'opportunità di incuriosire anche gli studenti del secondo anno, oltre a quelli del terzo ormai prossimi ad

affacciarsi al mondo lavorativo. I seminari hanno rispecchiato il modo di vedere la riabilitazione in globalità, caratteristica dell'ANIK. Nello specifico sono stati affrontati gli esiti delle patologie vascolari, in particolare il linfedema.

Molto interesse hanno suscitato i temi del trattamento degli esiti delle donne mastectomizzate, ed in particolare la riabilitazione in acqua. La riabilitazione in acqua degli esiti delle patologie vascolari ha riscontrato negli ultimi anni un grande interesse, sia per l'attualità del tema, sia per la novità del tipo di approccio riabilitativo. Siamo stati tra i primi a praticare e promuovere la riabilitazione di queste patologie con tale modalità e contesto. Siamo partiti ormai 5 anni fa come pionieri in quest'ambito ed oggi abbiamo certezza della valenza riabilitativa dell'idrokinesiterapia.

L'ANIK attraverso la preziosa e gratuita opera di Cristina e Sara, per pura passione della nostra professione, continuerà negli anni a venire la divulgazione in ambito Universitario del metodo A.S.P. negli esiti di patologie vascolari.

Congresso sull'approccio multidisciplinare sulla sclerosi multipla

A proposito di eventi divulgativi vi segnaliamo il congresso che si è tenuto il 29 settembre 2009 a Latina, presso la Casa di Cura privata San Marco, intitolato "La riabilitazione della sclerosi multipla: approccio interdisciplinare integrato", nel quale le nostre socie Cristina Aniello e Sara Piccione sono intervenute con una presentazione su "Idrokinesiterapia: A.S.P. nel trattamento delle sclerosi multiple". Nel loro intervento si è evidenziato come l'IKT, spesso considerata ultima spiaggia del trattamento riabilitativo, in questa patologia assuma un'importanza legata alla possibilità di lavorare con il paziente modulando attraverso l'ASP le richieste motorie, a volte troppo eccessive per una patologia fortemente limitata dall'affaticabilità.

Nucleo centrale del congresso sarà proprio la fatica nella sclerosi multipla e le conseguenti strategie riabilitative più idonee al trattamento, nel quale emerge la necessità di integrazione tra più figure mediche e tra più approcci riabilitativi.

Il nostro intervento nasce dall'esperienza di trattamento di casi diversi, sia per età che per quadro clinico. Ci siamo resi conto di come sia necessario valutare in modo chiaro il rapporto tra i benefici dati dal lavoro in acqua e la possibilità di usufruirne senza difficoltà da parte del paziente, che spesso invece vive l'ingresso in acqua come la somma di difficoltà legate sia all'accesso (logistica degli spogliatoi, ingresso in acqua...) sia all'uscita (cambiamento climatico, cambiamento dell'ambiente fisico in cui ci si muove, che può avvilire il paziente che in acqua invece è libero di muoversi senza grosse difficoltà, inoltre forte impegno nel fare la doccia, cambiarsi, ...).

Queste osservazioni nascono anche dal desiderio di dimostrare che l'idrokinesiterapia non debba essere considerata né l'ultima spiaggia

della riabilitazione, però neanche la soluzione a tutti i mali dei nostri pazienti; deve essere invece presa in considerazione nei casi in cui effettivamente si possano trarre dei benefici, anche di natura psicologica e sociale, per portare al miglioramento della qualità della vita del paziente.

Corsi Monotematici

Da quest'anno l'ANIK si sta prodigando molto per favorire la divulgazione dei suoi monotematici, che vanno al di là dei contenuti didattici del corso di IKT, diciamo base.

Questi approfondimenti, che ricordiamo essere visibili alla sezione attività didattica e eventi del nostro sito web, nascono dall'esperienza pratica e quotidiana, oltre che di Fulvio e Marco, di tutto lo staff didattico della nostra Associazione e sono l'espressione dello spirito di gruppo e associativo che caratterizza da sempre l'ANIK. Dietro ogni monotematico, ci sono giorni, mesi di incontri e ragionamenti, in acqua e fuori e solo quando si ha la certezza di una visione condivisa e comprovata del contenuto, lo staff didattico mette in pratica le procedure didattiche. Ricordiamo a tutti i soci in regola con l'iscrizione, che l'ANIK è aperto a tutte le collaborazioni attraverso tavoli tecnici a tema, purché sostenute da una regolare e non sporadica, pratica del metodo A.S.P.. Una menzione particolare va, al monotematico detto 5° modulo, perché molto richiesto. La ragione probabilmente sta nel fatto che contiene, quel qualcosa in più, che, pur non essendo indispensabile per l'attività pratica dell'IKT, riesce a suscitare l'interesse di un approfondimento specifico di temi poi esplosi nei diversi monotematici.

Venerdì 9 e Sabato 10 ottobre l'ANIK parteciperà con una relazione al Corso Teorico-Pratico "Lesione della Cuffia dei Rotatori: Novità in Biomeccanica e Riabilitazione" che avrà luogo c/o il "Teatro della Regina" a Cattolica (RN)

Venerdì 4 dicembre l'ANIK parteciperà con una relazione ad un SIMPOSIO organizzato dalla SIDA (Società Italiana dell'Anca) dal titolo "ATTUALITÀ NELLA RIABILITAZIONE DELL'ANCA". L'evento avrà luogo in Roma in sede da definire.

L'attività dell'ANIK, con molto orgoglio, sta assumendo una dimensione internazionale.

Il direttivo ANIK, sta concertando con una Associazione Fisioterapisti Ellenici, l'organizzazione di una edizione del "Corso di IKT: metodo A.S.P." in Grecia, nello specifico ad Atene.

Le problematiche di natura organizzativa, ci impediscono per ora di dare con certezza la notizia. Siamo comunque contenti che grazie al lavoro di tutti l'interesse verso la pratica del Metodo A.S.P. stia valicando i confini Nazionali.

L'idrokinesiterapia nella riabilitazione delle donne mastectomizzate: esperienza di trattamento in piccoli gruppi omogenei.

Il tumore al seno è la forma di cancro più diffusa tra le donne europee e rappresenta il 20-25 per cento delle affezioni maligne: questa malattia colpisce più di 200.000 donne europee, ogni anno

in Italia abbiamo 31.000 casi nuovi di tumore del seno con 11.000 decessi.

È la prima causa di morte nelle donne nella fascia d'età tra i 35 e i 44 anni.

Questi dati epidemiologici e il crescente riconoscimento dell'importanza della riabilitazione nell'ambito oncologico, hanno dato la possibilità, già da diversi anni, di trattare gli esiti a volte molto invalidanti degli interventi di mastectomia parziale o totale.

Nella nostra esperienza riabilitativa spesso abbiamo riscontrato che, al migliorare delle tecniche chirurgiche, oggi sempre meno invasive, bisognava affiancare una presa in carico globale delle pazienti che a seguito dell'intervento subiscono, comunque, un insulto fisico e psichico in una parte del corpo che è simbolo dell'identità femminile.

Il trattamento riabilitativo riconosciuto a livello internazionale si occupa soprattutto della gestione di uno dei problemi più invalidanti postchirurgici: il "grosso braccio" post-mastectomia, ovvero l'edema linfatico sviluppato a seguito dell'asportazioni dei linfonodi ascellari, può variare da un edema che si riduce in posizione declive, a un edema ingravescente con forme di elefantiasi.

Questa grave situazione viene trattata con quello che si definisce "trattamento fisico combinato": linfo-drenaggio, presso terapia sequenziale, bendaggio compressivo ed esercizi isotonici sotto bendaggio.

Purtroppo però ci sono altri importanti problematiche postoperatorie: ipotrofia e deficit di forza dell'arto superiore, rigidità e dolore della spalla e del braccio, parestesie, disestesie, dolori cervico/dorsali, perdita dello schema corporeo nelle asportazioni totali della mammella (con atteggiamenti di compenso dell'arto superiore, che peggiorano le problematiche precedenti).

A questo bisogna aggiungere l'atteggiamento psicologico con cui la paziente reagisce all'intervento, poiché lo stesso è spesso la causa principale di alcuni problemi: pensiamo alle contratture miotensive da stress o agli atteggiamenti di difesa della parte lesa che portano a ipomobilità, per non parlare del rifiuto di cura della paziente, che non vuole affrontare il problema. E' per questo che da qualche anno ci siamo occupati di proporre delle alternative al trattamento riabilitativo classico riconosciuto, portando in acqua le nostre pazienti. Perché l'acqua? Perché l'acqua è un ambiente meno sanitariz-

zato, nel quale la paziente si mette "a nudo", si confronta, è costretta a vedersi e "sentirsi", riesce ad eseguire con più facilità e meno dolore i movimenti richiesti, può vivere il momento della terapia anche come un gioco.

La nostra proposta di gestire le pazienti mastectomizzate in piccoli gruppi è nata come diretta conseguenza di queste riflessioni, alle quali si aggiunge il riconoscimento del beneficio terapeutico dato dal lavoro in gruppi omogenei: questi infatti offrono innanzitutto la possibilità di modificare la psicologica tendenza alla negazione rispetto alla malattia, ma soprattutto quella di condividere la sofferenza di un cambiamento drammatico dello stato e dell'immagine di sé e della propria proiezione verso il futuro (così come la malattia impone).

La presenza di altre persone nel gruppo aiuta a sentirsi meno soli, perché appartenenti ad una nuova condizione condivisa; negli altri membri del gruppo è possibile riconoscere tracce della propria esperienza personale, che diventa così meno aliena ed estranea e si è dunque favoriti nel ritrovare se stessi, pur in una nuova condizione.

Si è osservato che il trattamento psicoterapico individuale è molto efficace nel superamento della fase critica di stress, mentre la psicoterapia di gruppo si è dimostrata più adatta nelle fasi di elaborazione successiva.

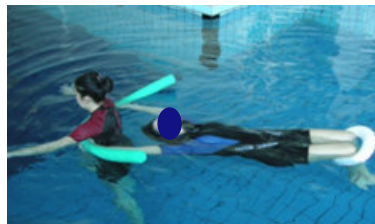
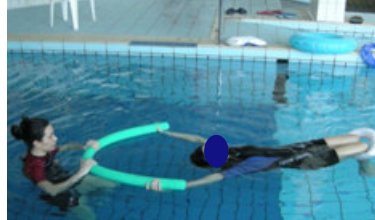
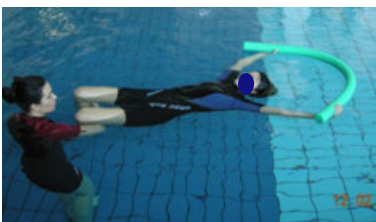
Lo stesso concetto lo si può applicare alla riabilitazione. Inizialmente il rapporto sarà uno ad uno al fine di permettere il processo di compliance tra paziente e Fisioterapista, per valutare e riabilitare al meglio il paziente; in seguito, se ritenuto opportuno, si potrà inserire il paziente in un gruppo.

La gestione di piccoli gruppi (massimo 6 pazienti) ha inoltre un duplice vantaggio: offrire a chi vi partecipa un'attività apparentemente non sanitarizzata e con costi contenuti, educando i partecipanti nel corso delle sedute a diventare indipendenti ed anzi ad essere "insegnanti" per i nuovi arrivati; questo con lo scopo di avviare ciascuno alla conquista dell'autonomia nella gestione del proprio problema.

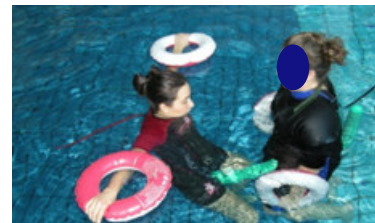
Per rendere il lavoro in acqua più piacevole per le nostre pazienti, abbiamo pensato, oltre ad esercizi individuali, ad esercizi di coppia che stimolino la fiducia e l'aiuto reciproco tra le partecipanti.

Di seguito alcuni esempi:

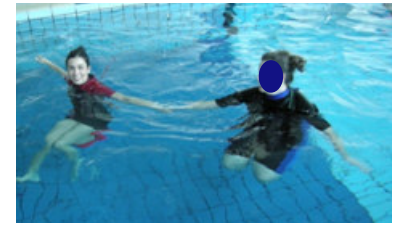
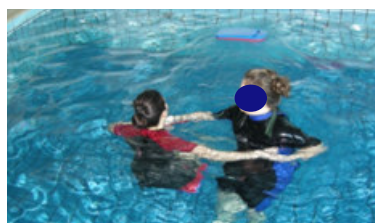
1. **"Trascinamento"**: una paziente è supina e tiene un tubo in materiale espanso con le braccia addotte, l'altra la trascina secondo 4 modalità: a) dal cavo popliteo in rettilineo; b) ruotando; c) dal tubo con le braccia; d) trainando con il corpo.



2. **"Altalena"**: i due pazienti uno di fronte all'altro con le ciambelle alle mani, uno le affonda e l'altro le fa risalire affondando con il corpo.



3. **"Il minuetto"**: a) pazienti seduti sulle tavolette, mani unite, si lasciano da un lato per aprire in abduzione le braccia.
b) Stessa posizione di prima, però si alternano la flessione con l'estensione delle braccia incrociandosi con le gambe.



4. **"Turbolenze"**: movimenti veloci di remata sott'acqua per tenere al centro dei due pazienti una palla.



5. **Stretching del bicipite e della capsula anteriore**. Le due pazienti, dandosi la schiena, si prendono le mani e si allontanano.



6. **"Il cavatappi"**: un paziente prono con ausili alle mani, l'altro lo tiene per il bacino o le gambe, il primo fa scivolare le ciambelle dai fianchi verso la testa e viceversa.



Questi sono alcuni degli esercizi ludici che proponiamo alle nostre pazienti, per la loro facilità di esecuzione e soprattutto per il divertimento loro e nostro!!! L'attività in acqua è accolta sempre con grande entusiasmo e spesso sono le stesse pazienti a suggerirci nuove modalità di lavoro.

Naturalmente ricordiamo che l'inserimento in piccoli gruppi deve essere graduale, perché spesso dovremo lavorare individualmente con chi ha problemi più importanti, con l'obiettivo di inserire la paziente in un gruppo, qualora possibile, senza perdere di vista l'obiettivo dell'autonomia.

Ft. Sara Piccione

2009
Corsi di "Idrokinesiterapia Metodo A.S.P."

Luogo: **Milano**
Sede: Virgin Active Milano Bicocca
Date: 26-27 Settembre; 10-11 Ottobre; 7-8 e 21-22 Novembre 2009

Luogo: **Roma 2^a Edizione**
Sede: Piscina comunale "G. Passeroni"
Date: 10-11; 24-25 Ottobre; 7-8 e 21-22 Novembre 2009

2010
Corsi di "Idrokinesiterapia Metodo A.S.P."

Luogo: **Roma 1^a Edizione**
Sede: Piscina comunale "G. Passeroni"
Date: I Trimestre (date da definire)

Luogo: **Torino**
Sede: Da definire
Date: Marzo-Aprile-Maggio (date da definire)

Luogo: **Napoli**
Sede: Centro Minerva
Date: Aprile-Maggio-Giugno (date da definire)

Luogo: **Pisa**
Sede: Da definire
Date: Ottobre - Novembre (date da definire)

Luogo: **Treviso**
Sede: AREP Onlus (Villorba)
Date: (date da definire)

Luogo: **Milano**
Sede: Da definire
Date: (date da definire)

Luogo: **Roma 2^a Edizione**
Sede: Piscina comunale "G. Passeroni"
Date: Ottobre - Novembre (date da definire)

Corsi ed eventi specifici 2010

Titolo: **Idrokinesiterapia: introduzione al Metodo A.S.P. (Approccio Sequenziale e Propedeutico)**
Sede: Da definire
Date: Febbraio 2010

Titolo: **Idrokinesiterapia: aspetti specifici ed approfondimento del Metodo A.S.P. (Approccio Sequenziale e Propedeutico) - V Modulo**
Sede: Piscina Comunale "G. Passeroni" Ostia - Roma
Date: Febbraio 2010 (date da definire)

Titolo: **Ripetizione e aggiornamento delle sequenze A.S.P.**
Sede: Rome American Hospital - Roma
Date: Da definire

Titolo: **Corso Monotematico di Idrokinesiterapia sulle patologie oste-mio-articolari Metodo A.S.P.**
Sede: Da definire
Date: Su richiesta

Titolo: **La Riabilitazione in acqua dell'arto superiore nelle donne mastectomizzate**
Sede: Piscina Comunale "G. Passeroni" Ostia - Roma
Date: Su richiesta

Titolo: **La Riabilitazione in acqua negli esiti di patologie vascolari**
Sede: Piscina Comunale "G. Passeroni" Ostia - Roma
Date: Su richiesta

Titolo: **La Riabilitazione negli esiti di patologie del SNC e SNP: aspetti neuro-riabilitativi e psicomotori**
Sede: Piscina Comunale "G. Passeroni" Ostia - Roma
Date: Su richiesta

Infoline ANIK Segreteria
393/9462314 - 393/9361828
Fax: 06/66141333

info@anik.it - fulvio.cavuoto@anik.it - marco.mangiarotti@anik.it