

# Notiziario ANIK

**34** Settembre 2011

**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](http://www.anik.it)

e-mail: [info@anik.it](mailto:info@anik.it)

## **Editoriale**

di Marco Antonio Mangiarotti  
Fulvio Cavuoto

## **Vantaggi, limiti e obiettivi della riabilitazione in acqua**

di Ft. Lorenzo Colantoni

Cari amici,  
"Gentile ANIK Formazione In Idrokinesiterapia s.r.l., la documentazione prodotta ai fini dell'accreditamento provvisorio ECM (validità 24 mesi) è stata accolta.

La Commissione in data 15/09/2011 ha espresso il proprio parere positivo, pertanto, i corsi proposti possono essere oggetto di accreditamento. Per ogni necessario riferimento si rinvia alla documentazione pubblicata nel sito ECM/Agenas"

Con questa frase, la Commissione nazionale dell'ECM ha consacrato l'ingresso dell'ANIK Formazione srl, la società che si occupa della gestione e organizzazione dell'attività didattica dell'ANIK Associazione Nazionale Idrokinesiterapisti, nell'albo dei provider accreditati ECM e abilitati all'organizzazione di eventi formativi in ambito sanitario con rilascio dei relativi crediti. Per noi tutti, docenti, staff, amministrazione è fonte di grande soddisfazione e orgoglio. Tale riconosci-

mento è giunto grazie soprattutto all'immenso impegno profuso dalla nostra collaboratrice, Sig.ra Cristina Annibaldi, che da anni organizza e coordina con bravura e pazienza le faccende organizzative, amministrative e le pratiche ecm dell'ANIK. La serietà e la qualità didattica dell'ANIK ha avuto, così, un ulteriore riconoscimento a tutto vantaggio del valore della certificazione che rilasciamo a fine corso.

Prosegue anche per l'anno accademico 2011-2012 l'avventura del master in Idrokinesiterapia, che giunge così alla seconda edizione. Tale evento didattico è stato affidato dall'Università degli Studi di Pisa al corpo docente dell'ANIK. Ricordiamo che a tutti i colleghi, che negli anni passati hanno svolto i nostri corsi, verrà stornato il monte ore relativo e se documentata verrà loro riconosciuta l'esperienza lavorativa in acqua. Questo ai fini dell'obbligo di accumulare ore di tirocinio.



Corso Correggio 2011

## **Master in Idrokinesiterapia**

Sede: Dipartimento di morfologia umana e biologia applicata Università degli Studi di Pisa.

Direttore: Prof. Marco Gesi

Obiettivo del master:

Il Master in Idrokinesiterapia, in collaborazione con l'Associazione Nazionale Idrokinesiterapisti (ANIK), è dedicato a coloro che sono in possesso di una laurea nella classe delle professioni sanitarie della riabilitazione (SNT/2) o titolo equipollente. Il Master ha l'obiettivo di fornire ai discenti le conoscenze teorico-pratiche, indispensabili per trattare in acqua gli esiti delle principali patologie neuromotorie e ortopediche.

Il corso prevede 60 CFU suddivisi in moduli teorici e pratici. La prima parte del percorso formativo oltre a richiami anatomici, biomeccanici, fisiologici, farmacologici, vuole promuovere e incentivare i candidati alla ricerca scientifica tramite l'insegnamento di

metodiche applicabili al campo della ricerca medica. Nella seconda parte ben sette moduli formativi sono dedicati all'insegnamento delle tecniche che caratterizzano questa importante disciplina riabilitativa. Durante questo periodo molte ore di insegnamento saranno condotte in acqua per imparare a conoscere meglio come l'acqua possa essere un coadiuvante ad altre tecniche o addirittura indispensabile per il trattamento di molte patologie sia acute che croniche. In un'ottica moderna che vuole la riabilitazione sempre più indirizzata a un approccio riabilitativo "globale", pensiamo che conoscere anche questo tipo di tecnica sia indispensabile.

Durata: 1 anno

Crediti: 60

Contatti: Dipartimento di Morfologia Umana e Biologia Applicata

Prof. Marco Gesi

tel e fax: 050.2218634

email: m.gesi@med.unipi.it

Sito web

www.sportandanatomy.it

L'ANIK è come sempre aperta ad ogni forma seria di collaborazione professionale, sia con le strutture che direttamente con i colleghi Fisioterapisti, in merito all'organizzazione di eventi formativi, seminari, incontri, consulenze, .....e quant'altro. Questo perché siamo convinti che, in un periodo economicamente ed eticamente difficile come questo (abusivismo a go-go) chiudersi in se stessi ed aspettare tempi migliori, sia sbagliato. Solo con l'aggregazione e la convinzione della grande valenza ed efficacia dell'Idrokinesiterapia riusciremo a far breccia in un ambito sanitario, sempre più preoccupato a far quadrare i conti e a dimettere i pazienti. La nostra disciplina riabilitativa si presta meglio di tante altre a garantire quelle attenzioni e quei criteri necessari per offrire al paziente una sorta di dimissione protetta che lo accompagni verso

quello che dovrebbe essere il vero obiettivo di ogni fisioterapista: la qualità di vita del paziente

### **Vantaggi, limiti e obiettivi della riabilitazione in acqua**

L' Idrochinesiterapia, più una metodica riabilitativa, è un approccio valutativo e riabilitativo globale che sfrutta l'acqua come setting terapeutico e come elemento che determina modificazioni dei comportamenti biomeccanici, riorganizzazione delle interazioni sensorie e ristrutturazioni delle gerarchie funzionali del Sistema Nervoso Centrale, al fine di raggiungere obiettivi specifici di recupero, tramite strategie terapeutiche, con tempi e modalità non sperimentabili a secco.

La riabilitazione in acqua è un approccio basato su un graduale e delicato adattamento, nei confronti dell'ambiente "acqua" e delle leggi fisiche che lo governano.

La svolta in chiave riabilitativa si è avuta quando dalla metà del ventesimo secolo, in conseguenza anche dei miglioramenti che ha avuto la scienza medica, si è cominciato nei maggiori centri di riabilitazione, a proporre nel percorso riabilitativo dei pazienti con esiti di poliomielite, la pratica di attività motoria in acqua. Magari in modo generico ed approssimativo, facendo spesso confusione tra indicazione alla pratica idrochinesiterapica e nuoto, l'acqua con tutta la sua sempli-

cità, valenza riabilitativa e attrattiva, cominciava a fare il suo ingresso nel complicato, spesso non chiaro e incerto mondo della riabilitazione.

Oggi l'idrokinesiterapia è largamente accettata in ambito rieducativo. Grazie all'utilizzo corretto dell'acqua, legato alla riscoperta della favorevole simbiosi tra proprietà fisiche, principi neurofisiologici e conoscenze fisiopatologiche, questa disciplina rispetta tutti i criteri enunciati nelle linee guida proposte dall'Organizzazione Mondiale della Sanità.

Nella scelta di un lavoro mirato al recupero funzionale di un individuo, ci si dovrà confrontare necessariamente con la fisica dei corpi in immersione, per vedere come gli esiti delle patologie vi si relazionano dal punto di vista biomeccanico, e per sapere ottimizzare i principi di neurofisiologia in funzione delle facilitazioni che l'elemento liquido può offrire.

### **EFFETTI FISILOGICI DELL'IMMERSIONE IN ACQUA**

Scopo del trattamento in acqua.

Adattamento a nuovi schemi: già il fatto di entrare in acqua richiede una serie di adattamenti del corpo perché il nostro corpo risponde ad una situazione insolita con una determinata strategia, questo porta a mettere in atto dei circuiti di equilibrio motori e muscolari che costituiscono, da soli, un esercizio;

- spinta ad agire (movimento azione);
- aumento delle sensazioni esteroceettive;

- schema mentale con cui apprendere nuovi parametri.

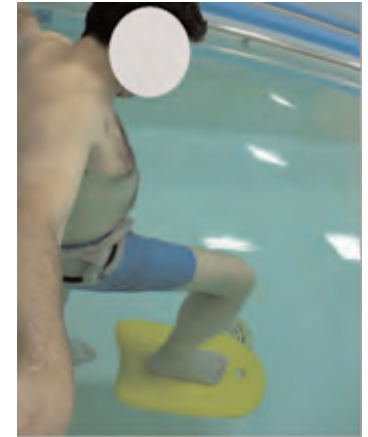
### SISTEMA CARDIOVASCOLARE

Gli effetti sul sistema cardiovascolare sono molteplici. La ridotta gravità, insieme con la pressione idrostatica, fanno sì che il sangue venga richiamato dalle parti più declivi e dall'addome verso il torace. Questo spostamento del sangue dalla periferia verso il centro è di circa 0,7 litri, di cui un terzo è diretto al cuore, mentre gli altri due terzi sono destinati alla circolazione polmonare. Questo aumento del volume del sangue distende il cuore ed aumenta la tensione della parete miocardica determinando così una maggiore contrazione. Ne risulta un incremento del volume sistolico di circa il 35% della pressione sanguigna con diminuzione della frequenza cardiaca di circa 13 battiti al minuto. Ciò è dovuto all'aumento del tempo di riempimento del cuore e ai cambiamenti emodinamici del volume del sangue e del tono venoso; tali cambiamenti corrispondono ad un incremento della gittata cardiaca, per cui ai muscoli in contrazione arriva sangue più ossigenato. Inoltre, come è stato già specificato, la pressione idrostatica riduce il calibro dei vasi superficiali, con conseguente miglioramento del reflusso venoso, facilita il riassorbimento dei liquidi interstiziali e degli edemi, ed esercita un effetto mobilizzante sui tessuti superficiali (cute, adipe, tessuto muscolare).

### SISTEMA MUSCOLO- SCHELETRICO

Gli effetti fisiologici sul sistema muscolo- scheletrico sono particolarmente significativi. Il galleggiamento nell'acqua diminuisce le forze di compressione sulle articolazioni della colonna e delle estremità più basse, consentendo la progressione dell'attività senza subirne il carico, da un altro punto di vista permette ad un paziente con lesione spinale il raggiungimento della posizione verticale con appoggio graduale sulle ginocchia e sui piedi che permette un carico parziale sulle articolazioni, soprattutto coxofemorale, che ostacola i processi di decalcificazione ossea. Favorisce ove possibile la pratica di schemi di deambulazione quanto più corretti, evitando pericolosi lavori di carico totale, senza la comparsa di atteggiamenti patologici di compenso. Inoltre una più efficiente circolazione ematica nei muscoli in contrazione aumenta la cessione di ossigeno e la rimozione dell'anidride carbonica.

I movimenti in acqua possono essere variati per ottenere la resistenza desiderata finalizzata al rinforzo muscolare.



### SISTEMA NERVOSO CENTRALE E PERIFERICO

Gli effetti dell'idrokinesiterapia sul sistema nervoso si sono resi noti attraverso l'anamnesi, il rilassamento e la riduzione del dolore.

Si pensa che questi effetti siano dovuti ad un iperstimolo sensoriale, dato dal galleggiamento, dalla pressione idrostatica, dalla densità, dalla temperatura e dal movimento dell'acqua. Tali proprietà non solo aiutano nel rilassamento e nella riduzione del dolore ma aumentano gli stimoli cinestetici, propriocettivi ed esteroceettivi; infatti il paziente in acqua percepisce informazioni sulla posizione degli arti non solo dal sistema propriocettivo (modificate dalla spinta di galleggiamento), ma anche dai recettori sensoriali cutanei che subiscono l'influenza della pressione idrostatica, della viscosità e della temperatura. L'acqua rappresenta, inoltre, un mezzo ideale per aumentare le prestazioni in quanto ottimizza le risposte neuromuscolari; la maggiore densità dell'acqua determina una resistenza in tre dimensioni che migliora la contrazione delle unità motorie, facilita la contra-

zione massimale dell'unità muscolare attraverso tutto l'arco di movimento ed aumenta il reclutamento delle unità motorie, migliorando il trofismo e obbligando il paziente a un migliore controllo del movimento.



#### METODO A.S.P.

L'analisi, la valutazione della funzionalità residua a terra, la ricerca degli obiettivi, la conoscenza delle indicazioni mediche specifiche relative alla patologia del paziente, sommate alla conoscenza del comportamento di un corpo nell'ambiente acqua, hanno portato l'Associazione Nazionale Idrokinesiterapisti (ANIK) a definire le caratteristiche e le linee guida didattiche di quella Tecnica e modalità di lavoro in acqua da loro seguita e definita: A.S.P. (Approccio, Sequenziale, Propedeutico). Il termine Approccio sta a rap-

presentare tutte le procedure per l'Ambientamento.

Valutazione ed Acquaticità in relazione alla patologia; Sequenziale e Propedeutico sarà invece il lavoro rieducativo in funzione degli esiti. In pratica si parte da una situazione facilitante che solo mediante gradi diversi di apprendimento motorio e/o psicomotorio, di difficoltà crescente, potranno portare al conseguimento del massimo dei risultati consentiti in funzione delle attività espletabili fuori dell'ambiente acquatico, a secco.

Il nostro modo di interpretare l'Idrokinesiterapia è basato quindi sul "non bagnare" le metodiche, che eventualmente si integreranno in un piano di lavoro associato tra fuori e dentro l'acqua.

Alla luce di quanto sostenuto, dei numerosi risultati fino ad oggi raccolti grazie alla rete di collaborazione creata dall'ANIK sia in Italia sia all'Estero ed ancor di più in virtù delle esperienze quotidiane, si può affermare quanto l'uso dell'ambiente acqua in termini riabilitativi possa essere determinante al fine di evocare movimenti e funzioni dimenticati, persi o mai avuti



Dott. Ft. Lorenzo Colantoni