

# Notiziario ANIK

**44** Settembre 2014

**Organo Ufficiale dell'Associazione Nazionale Idrokinesiterapisti**

Sede legale: Via dei Panfilii, 104 - 00121 Roma- Ostia Lido  
Segreteria: 393 9462314; 393 9361828 - Fax. 06 83963740  
Direttivo: 393 9462202; 393 9361828 Fax. 06 5615433

**www.anik.it**

e-mail: info@anik.it



Corso Castelfranco Veneto

In questo numero pubblichiamo un articolo tratto dal II Congresso Nazionale di Idrokinesiterapia tenutosi a Milano nel 2005.

L'ANIK ne era protagonista con numerose relazioni e con l'esclusiva parte pratica effettuata da Fulvio e Marco.

L'articolo è frutto dell'esperienza di un collega di lunga e provata esperienza in acqua, Arrigo Broglio e Barbara della Casa

Il direttivo ANIK

## **IL BAMBINO DISABILE IN ACQUA: ACQUATICITA', SOCIALITA', TERAPIA**

Per raggiungere un buon livello di acquaticità è necessario compiere un percorso di adattamento al nuovo ambiente. Possiamo dire con Piaget che "L'organismo si modifica attraverso gli scambi con l'ambiente e si viene a formare un equilibrio dinamico fra organismo e realtà esterna".

### **Acquaticità**

In che cosa consiste l'adattamento dell'ambiente acquatico?

Per adattamento non si intende solamente una prima fase di approccio all'acqua, eventualmente facilitata da un percorso di maternage, ma tutto l'insieme di comportamenti e situazioni che possono aiutare il bambino a non sentirsi estraneo all'ambiente acquatico. Durante il percorso di adattamento il bambino deve acquisire la libertà e la sicurezza di sperimentare e di mettersi in gioco, agendo come soggetto, pur nelle difficoltà e limitazioni motorie e sensoriali imposte dalla disabilità, e trovare la propria dimensione acquatica.

Adattarsi all'ambiente acquatico significa, in pratica, affrontare i vincoli imposti dalle proprietà fisiche dell'acqua e adeguarsi alle nuove condizioni psicologiche, sensoriali e motorie.

L'operatore deve porsi quale mediatore non solo nella veste di tecnico, ma, soprattutto, dal punto di vista relazionale, in quanto tale aspetto risulta fondamentale nel percorso di crescita per lo sviluppo psichico e intellettuale.

I vincoli imposti dalle proprietà fisiche dell'acqua creano all'essere umano immerso situazioni facilitanti e situazioni destabilizzanti.

Situazioni facilitanti sono:

- la diminuzione della componente ponderale e la conseguente facilitazione al carico;
- la decoattazione articolare e la maggiore ampiezza dei movimenti;
- la riduzione della componente algica;
- la relazione personale e affettiva privilegiata, poiché l'acqua agisce come mediatore e permette la condivisione dell'esperienza.

Situazioni destabilizzanti sono invece:

- la diminuzione dell'efficacia delle afferenze propriocettive;
- la riduzione del tono muscolare;
- la difficoltà nel controllo del movimento;
- le reazioni di equilibrio lente e difficoltose;
- la resistenza allo spostamento;
- le variazioni nell'utilizzo dell'estero-cettività, considerato che il movimento viene avvertito attraverso i recettori della pelle;
- le sensazioni legate alle condizioni respiratorie variate quali la scoperta e il controllo del limite aria-acqua, il controllo dell'apnea e l'espiazione in acqua.

L'acquaticità può essere definita come:

- . passare da una condizione di malessere a una di benessere;
- . sentirsi a proprio agio nell'acqua e provare piacere e benessere per l'esperienza vissuta;
- . essere in grado di riconoscere il proprio corpo nell'acqua;
- . controllare tutte le posture possibili ed essere in grado di passare da una postura all'altra;
- . gestire immersione e respirazione;
- . essere autonomo.

Il soggetto che intraprende un percorso di adattamento acquatico, dunque, vive un'esperienza di tipo globale che coinvolge l'intera personalità dell'individuo e tutte le sue funzioni, cognitiva, motoria, sensoriale, psicologica e sociale. Può accadere che le strategie faticosamente acquisite dal bambino disabile perdano d'importanza e risultati necessario scoprirne di nuove. Un ampio ventaglio di strategie, spesso imparate in modo inatteso, offre al bambino differenti e varie possibilità di conoscenza di sé, del proprio corpo e delle proprie sensazioni. A fronte di una povertà di strumenti e di risorse, le diverse strategie assumono il significato di un arricchimento del vissuto e, dunque, del suo essere come persona.

Gli obiettivi generali, validi per chiunque affronti un percorso di adattamento all'ambiente acquatico, possono essere così riassunti:

- . avere la possibilità di utilizzare tutte le posture possibili in acqua, sfruttando la caratteristica della tridimensionalità dell'ambiente acquatico, e sapere gestire il passaggio da una postura a un'altra;
- . spostarsi verso un obiettivo precedentemente individuato in modo autonomo controllando la respirazione.

A proposito delle posture da utilizzare in acqua, è consigliabile partire, quando le condizioni del soggetto disabile lo consentono, dalla posizione verticale con i piedi a terra, in quanto si tratta della postura abitualmente utilizzata fuori dall'acqua e, quindi, in grado di fornire maggiore tranquillità e sicurezza all'allievo; in questa posizione egli sperimenta la statica e la deambulazione in tutte le sue forme.

Successivamente si possono proporre la

postura seduta e gli spostamenti in tale posizione, per poi passare al galleggiamento prono e supino controllando le rotazioni sull'asse trasversale (beccheggio); in seguito il soggetto impara, attraverso il controllo dell'asse longitudinale (rollio), a passare da prono a supino e viceversa.

Una volta acquisite tali capacità sarà più semplice spostarsi in acqua e apprendere le nuotate.

I principi su cui basare le proposte didattico-educative durante un percorso di adattamento sono:

- . intervenire in modo individualizzato, in quanto ciascuno soggetto è differente dagli altri, ha una propria storia, un proprio vissuto, un carattere e una personalità peculiari, una personale motricità e tempi e ritmi di apprendimento differenti;
- . non utilizzare modelli tecnici precostituiti, uguali per tutti, ed evitare richieste prestazionali;
- . lasciare i bambini liberi di esplorare, sperimentare e scoprire attraverso il gioco in tutte le sue forme;
- . fare in modo che i bambini scelgano in modo consapevole di assumersi dei rischi, di verificare i propri limiti e trovare le strategie per superarli. Ciò significa che l'operatore deve essere in grado di mettere il soggetto in una situazione di difficoltà, consona alle sue condizioni del momento, e di indurlo a superarla trovando da sé le risposte adatte per uscire dall'*impasse*.

L'operatore, oltre a disporre di un sufficiente bagaglio di conoscenze tecnico-scientifiche, dovrebbe essere in grado di:

- . infondere sicurezza attraverso comportamenti e atteggiamenti verbali e non verbali che trasmettano rispetto, comprensione, sincerità, entusiasmo, decisione, empatia;
- . ascoltare i bisogni dell'allievo e riconoscere i disagi;
- . rispettare i tempi e i ritmi di apprendimento del soggetto;
- . saper osservare e adeguare le proposte alle informazioni ricevute;
- . dimostrare coerenza tra comunicazione verbale e non verbale;
- . proporre e non imporre.

Per quanto riguarda il materiale ludico e

di sostegno, l'operatore deve saperlo utilizzare in modo appropriato:

- . impiegarlo con precise finalità e in modo progressivo, tenendo conto delle capacità e delle esigenze del soggetto;
- . inserirlo al momento opportuno della lezione e non utilizzarlo per tutta la sua durata.

Nell'ambito del lavoro in acqua con i bambini, è fondamentale che l'esplorazione dell'ambiente, la sperimentazione e la ricerca dei propri limiti avvenga attraverso un'attività ludica coerente con le risorse del bambino stesso. Molte volte è necessario che ciò avvenga con l'aiuto dell'adulto; anche se il bambino non è in grado di utilizzare il gioco spontaneo, va comunque stimolato e aiutato al prendere iniziative finalizzate alla scoperta dell'ambiente e al riconoscimento delle qualità fisiche dell'acqua attraverso il tatto, la manipolazione e le altre possibili stimolazioni sensoriali.

L'ambientamento va affrontato in acqua bassa e la temperatura dell'acqua deve essere non inferiore a 32 gradi. Quando il soggetto ha raggiunto un buon livello di acquaticità (controllo delle posture possibili, controllo dell'immersione, utilizzo del materiale di sostegno), è possibile iniziare a lavorare in acqua alta, inizialmente utilizzando il materiale di sostegno (freccia, tubi), per quindi raggiungere l'autonomia progressivamente, come già avvenuto in acqua bassa, attraverso il gioco con il materiale ludico (materassi, tappeti, scivolo).

Per quanto riguarda l'utilizzo del materiale di sostegno, l'operatore deve valutare quale tra le possibilità proposte risulti la più indicata in relazione alle capacità motorie del bambino; per esempio, nel caso di bambini affetti da paralisi cerebrale infantile si rivelano più indicate la freccia e la ciambella, che sono molto stabili e permettono un migliore controllo dell'equilibrio in acqua alta.

Se l'attività comporta la gestione di un gruppo eterogeneo, composto da bambini disabili e normodotati, si debbono proporre giochi di gruppo, guidati dagli operatori, ai quali i bambini disabili partecipano insieme all'adulto che li segue, al fine di raggiungere il massimo livello possibile di socializzazione e integrazione.

Con bambini che prediligono situazioni di tranquillità e non gradiscono il rumore e la presenza attorno a loro di troppe persone, è opportuno scegliere di lavorare appartati, coinvolgendo uno o due compagni, preventivamente preparati, e ricercando prevalentemente condizioni di rilassamento.

### **Socialità**

Nella scuola si cerca di inserire i bambini disabili in classi poco numerose e di evitare di ghezzizzarli nella aule speciali in compagnia della sola insegnante di sostegno.

Per il bambino disabile vengono introdotti nuovi approcci, come la musica, l'equitazione, lo sci, il teatro, l'acquaticità, al fine di permettergli un'integrazione più ampia e la possibilità di utilizzare il proprio tempo libero come qualunque bambino della sua età. Se queste attività si svolgono in orario scolastico, il bambino disabile è in grado di dimostrare ai propri compagni che, al di fuori del contesto della classe, dove sono dominanti le competenze cognitive e le richieste legate a una prestazione, egli può acquisire capacità superiori alle aspettative e tali capacità gli vengono poco alla volta riconosciute.

Il lavoro in gruppo si rivela fondamentale, poiché favorisce il confronto, rafforza i legami, stimola l'integrazione e la crescita dell'autostima. Se i disabili stanno solo tra loro, risulta impossibile lo sviluppo delle loro potenzialità, in quanto vengono a mancare gli scambi relazionali con persone diverse che rappresentano la base per l'integrazione. Dunque è necessario creare situazioni di integrazione che rispettino le peculiarità del disabile e gli permettano di trovare risposte adeguate ai propri bisogni.

### **Aspetti cognitivi**

Il lavoro in acqua favorisce lo sviluppo del bambino a tutti i livelli, in quanto si tratta di un'esperienza di tipo globale.

Il bambino disabile vive momenti di successo che gli permettono di alimentare la fiducia in se stesso. A scuola ciò non sempre avviene, in quanto la difficoltà di apprendimento e di comprensione e la predominanza delle attività intellettuali lo

impediscono. In acqua l'apprendimento avviene attraverso la pratica e il gioco: il bambino si sente protagonista del proprio agire ed è in grado di strutturare un'immagine di sé positiva, pur nei limiti della propria disabilità.

Le ampie possibilità di movimento offerte dall'ambiente acquatico favoriscono lo sviluppo psicomotorio, cognitivo e sensoriale, in quanto inducono una maggiore partecipazione attiva e spontanea che predispongono a innumerevoli acquisizioni.

Migliorare il livello di autonomia del bambino attraverso le attività in acqua (non bisogna dimenticare che galleggiamento, spostamento, immersione si acquisiscono tramite apprendimento) e quelle in spogliatoio (spogliarsi, lavarsi, etc.) favoriscono l'organizzazione mentale e le acquisizioni di tipo cognitivo attraverso l'esperienza pratica.

La relazione con gli oggetti favorisce l'esperienza sensomotoria, percettiva e cognitiva: inseguire un giochino colorato che galleggia, afferrarlo e manipolarlo, osservare un gioco che affonda e provare a recuperarlo sono attività estremamente stimolanti per il bambino.

L'acqua assume, agli occhi dei bambini, un aspetto magico. L'assenza di forma, la trasparenza, il movimento della superficie, gli spruzzi sono elementi che stimolano la curiosità e permettono l'attività simbolica.

Il ritmo delle acquisizioni è strettamente individuale e dipende dall'età, dal grado di disabilità, dal vissuto e dalle reazioni nei confronti dell'esperienza acquatica del bambino, nonché dalla frequenza e dalla regolarità delle sedute.

### **Obiettivi specifici del lavoro in acqua con il bambino disabile**

E' indubbio che valutazione e obiettivi devono essere i due nuclei intorno ai quali costruire l'intervento riabilitativo. Attraverso un'attenta valutazione anamnestica e clinica effettuata a secco e in acqua, si determinano gli obiettivi a breve, medio e lungo termine.

Non potendo prescindere dalla patologia e dai deficit che essa comporta, l'obiettivo indicato si inquadra il più delle volte

nel miglioramento o nel recupero di una funzione e nell'arricchimento delle autonomie del bambino.

Una funzione che emerge e si perfeziona durante il trattamento in acqua, può essere trasferita direttamente a secco, ossia nella quotidianità del bambino?

Non è possibile pensare di recuperare una funzione in acqua (per esempio il cammino) che trovi immediato riscontro nel contesto quotidiano. Se una funzione emerge dall'interazione dell'individuo con l'ambiente, è il tipo di ambiente che connota la specificità della funzione; questo vale in particolar modo quando non si tratta di un recupero, ma di un'acquisizione. Ciò non toglie che un corretto percorso in acqua porti a un generale miglioramento sulla terra, in quanto esso aumenta l'efficienza fisica in termini di incrementate stabilità muscolare e articolare, diminuzione del dolore e, fattore non secondario maggiore fiducia del bambino nelle proprie potenzialità.

Inoltre, non va trascurato l'aspetto del miglioramento e ampliamento dell'autonomia, che va inteso in senso lato. Genitori, insegnanti e assistenti educatori devono coinvolgere il bambino nei preparativi e, una volta raggiunta la piscina, il lavoro sull'autonomia dovrà proseguire negli spogliatoi sia prima della seduta (vestizione) sia dopo l'uscita dall'acqua (doccia, vestizione). I terapeuti e gli istruttori dovranno, dal canto loro, permettere a ciascun bambino di trovare il modo più autonomo possibile di entrare e uscire dall'acqua.

Le funzioni da ricercare sono solamente quelle che assumono valenza fuori dall'acqua, oppure può risultare significativo stimolare le funzioni che emergono esclusivamente durante l'immersione?

Vale la pena di riflettere, a questo proposito, sulla necessità di effettuare un percorso di adattamento che permetta al bambino di essere abilitato all'acqua prima di affrontare la fase riabilitativa.

La possibilità di sperimentare una postura diversa, nuova (per esempio la stazione eretta) oppure l'opportunità di scoprire che nell'acqua, in assenza di gravità, si è in grado di spostarsi con un certo agio, costituiscono obiettivi di grande valore, anche se tali competenze emergono unicamente durante l'immersione.

In acqua il bambino può sperimentare le proprie reazioni di equilibrio e di raddrizzamento, nel mantenimento delle varie posture, nel passaggio da una all'altra e durante i movimenti e gli spostamenti.

Esistono poi funzioni specifiche dell'ambiente acquatico, quali l'immersione completa, il galleggiamento, il nuoto. La conquista, ove possibile, di tali competenze può regalare al bambino una nuova consapevolezza di sé e delle proprie capacità, unitamente alla gioia di potersi sentire più "normale" e talvolta addirittura competitivo rispetto ai bambini sani.

Nel momento in cui non è possibile identificare alcun obiettivo specifico tra quelli considerati, come nel caso di soggetti gravissimi, è corretto o meno rinunciare all'intervento riabilitativo in acqua?

Per i bambini gravissimi, è spesso impossibile portare l'accento sul miglioramento o sul recupero di una funzione. Inoltre la presenza dell'operatore in acqua è imprescindibile e il sostegno da lui fornito è concreto e permanente.

In questi casi il primo e a volte unico, ma non meno importante, obiettivo diventa il raggiungimento e il mantenimento di uno stato di benessere psico-fisico, che passa attraverso il rilasciamento muscolare, le sensazioni tattili di avvolgimento e contenimento fornite dall'acqua, la relazione tonico-affettiva con l'operatore.

Attraverso l'utilizzo di tecniche quali il rilassamento, il trascinarsi - che permette una mobilitazione dolce di tutti i distretti corporei - l'idromassaggio, il galleggiamento con ausili scelti attentamente in base alle caratteristiche del bambino, la stimolazione sensoriale con spugne, getti d'acqua, gocciolamenti, il bambino gravissimo può arrivare a percepire anche dopo l'uscita dall'acqua uno stato di maggiore disponibilità e apertura verso gli stimoli provenienti dall'esterno.

Il corpo, così spesso frammentato a causa della patologia, della terapia e degli ausili, è "ricomposto" grazie all'acqua che penetra e avvolge.

Questi possono apparire obiettivi minimi, ma considerando il bambino gravissimo come una persona che ha comunque il diritto di raggiungere il massimo benessere possibile attraverso la messa in gioco di tutte le sue potenzialità, questi scopi risultano importantissimi e fonda-