

La promozione dell'attività motoria applicata a patologie neurologiche nella Clinica Neurologica di Ferrara

“Alla ricerca di una qualità di vita migliore”

Se un giorno passando per i corridoi della Clinica Neurologica Universitaria dell'Arcispedale di Ferrara, vi dovesse capitare di vedere alcuni giovani in tuta da ginnastica con il borsone della palestra o con le cuffiette del walk-man..., ecco costoro potrebbero essere Specialisti della Promozione dell'Attività Motoria. Ma chi sono questi ragazzi?

Sono giovani dottori laureati in Scienze Motorie che perfezionano il loro addestramento professionale collaborando alla ricerca sull'attività motoria applicata ai disturbi del movimento nelle patologie neurologiche disabilitanti. La loro funzione, all'interno della Clinica Neurologica Universitaria, è quella di ricercare nuove strategie affinché venga incentivata e promossa attività motoria adattata per alcune categorie di persone afflitte da disordini di movimento di marca neurologica con obiettivi mirati al superamento e al miglioramento dei deficit motori caratteristici per ogni patologia. Partendo da queste premesse, alcuni laureandi e laureati in Scienze Motorie dell'Università di Ferrara, dopo aver affrontato prime esperienze scientifico-applicative sotto la guida tutoriale dei docenti di neurologia e aver frequentato ambulatori, servizi e reparti di degenza, hanno costituito presso la Clinica Neurologica di Ferrara il Gruppo di Promozione di Attività Motoria applicata alla Patologia Neurologica (PROMOT) mirato alla “Ricerca di una Migliore Qualità di Vita”. Dal 2005 il Gruppo PROMOT sviluppa programmi di studio e perfezionamento con nuove strategie di adattamento dell'attività motoria basati su coinvolgimento ludico ed emotivo, proponendo stimoli musicali, ritmi, giochi, danza ed altre espressioni creative direttamente coinvolgenti l'interesse della persona cui gli esercizi sono mirati.

Negli ultimi anni si è potuto assistere ad un accresciuto interesse neuroscientifico nei confronti della neurobiologia delle emozioni e della percezione musicale, insieme a sempre più numerose segnalazioni sull'efficacia di proposte musicali, in particolare in pazienti portatori di malattia di Parkinson, ma non solo. A Ferrara, presso la Clinica Neurologica, sono stati allora sviluppati particolari programmi di attività motoria e i risultati degli studi svolti con la collaborazione di pazienti “neurologici” sono stati molto incoraggianti e lusinghieri, indicando effetti altamente positivi anche per la qualità della vita dei pazienti partecipanti. I dati ottenuti dall'elaborazione scientifica delle prestazioni sono stati oggetto di presentazione ai Congressi della Società Italiana di Neurologia o durante diversi Convegni nelle città di Ferrara, Argenta e Cento; sono stati argomento di tesi di laurea e di specializzazione nella Facoltà di Medicina di Ferrara, sono stati pubblicati su riviste scientifiche, infine sono stati presentati alle istituzioni locali.

Tutte le attività pianificate per promuovere l'attività motoria vengono sottoposte a screening medico e per ogni paziente, prima del reclutamento, viene formulata una specifica valutazione clinica, neurologica e internistica.

Il programma di promozione di attività motoria si basa su proposte di stimoli emotivi di varia natura indirizzati ad allenare e sviluppare insieme capacità mentali e motorie che possono essere state perse o ridotte a causa di malattia specifiche del sistema nervoso centrale e periferico.

In pratica, i dottori e gli specialisti in Scienze Motorie, insieme ai medici della Clinica, programmano incontri individuali e sedute a piccoli gruppi di pazienti con analogo sintomatologia (in genere 3 o 4 persone) e insieme concordano tempi e modalità di proposta motoria. Quindi si avvia il ciclo di incontri, bi- o trisettimanali per almeno 10 settimane durante i quali i pazienti sempre sotto la guida dei dottori in Scienze Motorie, svolgono esercizi di fisici diversificati, adattati a seconda del tipo di disordine funzionale compromesso e delle modalità di intervento con cui si vuole proporre l'allenamento per un recupero.

Le persone che hanno seguito e seguono questi programmi sono nella gran maggioranza dei casi colpite di patologie croniche che comportano disordini dell'equilibrio e delle forze da compromissione cerebrale, cerebellare, midollare o per neuropatia periferica o per miopia: Sclerosi Multipla, Atassie Cerebellari, esiti di ictus, di cerebropatia perinatale con spasticità e distonia, cerebrolesi o mielolesi da traumi craniovertebrali o da altre malattie neurologiche croniche degenerative, quali morbo di Parkinson e parkinsonismi da varie cause, eredoatassie, malattie del motoneurone, distrofie muscolari. Da poco tempo sono state avviate prime esperienze-studio su malati con demenza di Alzheimer e altre forme di decadimento intellettuale dell'anziano.

Per lo più vengono proposte attività accompagnate da passi di danza semplici, da ritmi, da musiche, da semplici giochi o da altre strategie stimolanti, concordate e accettate dal piccolo gruppo; le persone coinvolte nello studio vengono allenate per svolgere i movimenti non suggeriti dal conduttore bensì generati spontaneamente dalla propria interiorità.

Questo approccio appare sensato se si considerano le specifiche disabilità di queste malattie: in alcune situazioni patologiche viene infatti a mancare l'iniziativa motoria, per cui i pazienti tendono a ridurre velocità e quantità di movimento globale, conseguentemente si riducono gli spostamenti e l'autonomia della persona. In questo ambito è stato dedotto che la musica diventa capace di stimolare il movimento al parkinsoniano o, nel caso dell'atassico, di armonizzarlo e meglio coordinarlo, o di meglio stabilizzarlo e di rinfor-

zardo nello spastico e nel miopatico: queste nuove induzioni sembrano mantenersi anche, almeno per un certo tempo, nonostante la lenta progressione di certe malattie disabilitanti.

Utilizzando questi stimoli è quindi possibile allenare la persona allo svolgimento di movimenti che si generano in seguito ad una propria risposta emotiva interna e che gradualmente verranno realizzati con velocità o coordinazione adeguate.

In pazienti con difficoltà di equilibrio e della marcia, quali quelli affetti da sclerosi multipla o atassie cerebellari o altre malattie croniche che determinano atas-



sia, sono proposti giochi individuali o di gruppo in cui l'equilibrio e la velocità di spostamento sono elementi fondamentali. In questo caso la spinta emotiva e il divertimento inducono le persone a muoversi e ad allenare tali capacità senza la necessità di esercizi specifici e ripetitivi che spesso vengono accantonati dai pazienti perché ritenuti faticosi e noiosi, soprattutto quando le proposte di attività motoria debbono seguire il ciclo di trattamento di fisioterapia.

Da tenere in considerazione che, spesso, le persone affette da queste patologie sono giovani e vivono la loro condizione negandola o limitando il più possibile le occasioni in cui possa emergere, riducendo così ancor più lo svolgimento di attività motoria con il conseguente peggioramento delle loro prestazioni motorie.

Un punto fondamentale è l'assenza, durante lo svolgimento delle attività, di specifici obiettivi o risultati da raggiungere: il miglioramento della capacità diventa non il punto fondamentale di ciò che si sta facendo, ma una piacevole e automatica conseguenza. Questo approccio permette di evitare sia l'ansia di non ottenere il risultato, sia i vissuti psicologici di depressione frequenti quando una persona con una specifica disabilità si trova a confrontarsi con i propri limiti. L'assenza di giudizio da parte dei tutors in attività motoria permette a quella persona di sentirsi accettata e capita e nello stesso tempo facilita la sua adesione al gruppo con cui si esercita e alla proposta.

L'efficacia delle proposte elaborate dal Gruppo PROMOT di Ferrara viene confermata dall'entusiasmo che esprimono i pazienti e le loro famiglie, che chiedono a gran voce la prosecuzione delle attività sia come ricer-

ca scientifica che come attività continuativa.

Per promuovere queste attività è necessaria una preparazione specifica sugli aspetti clinici e di storia naturale delle patologie neurologiche, sulle possibilità plastiche del sistema nervoso, sull'importanza dei fattori psicologici legati alla disabilità, sulle possibilità di recupero offerte dalla fisioterapia, e sulle modalità che possono essere utilizzate per rendere possibile e continuativa una attività motoria che genericamente possa aiutare il paziente dopo il trattamento sanitario.

Mentre a Ferrara si svolge questo percorso culturale e clinico-applicativo, sono nate a livello nazionale controversie relativamente al ruolo del laureato in Scienze Motorie e del laureato in Fisioterapia e alla eventuale sovrapposizione delle relative attività professionali. La prospettiva delineata dall'esperienza ferrarese rende questo dibattito inutile: i ruoli di queste due figure professionali sono di fatto del tutto differenti: diversa la preparazione, diversi gli obiettivi, i metodi, i tempi in cui vengono a trovarsi con la persona affetta da disabilità neurologica. Una integrazione e collaborazione, nella chiarezza dei rispettivi ruoli di fisioterapisti e esperti in Scienze Motorie, sono necessarie. Il Gruppo PROMOT della Clinica Neurologica di Ferrara garantisce da sempre la distinzione di competenze favorendo peraltro percorsi comuni e condivisi nella distinzione delle possibilità di applicazione di attività diverse.

Forti delle competenze acquisite in questo settore, del tutto innovativo in Italia, si è deciso di organizzare annuali Corsi di Perfezionamento Universitari post-Laurea per insegnare in maniera più articolata e approfondita ogni materia inerente malattie e tecniche di recupero funzionale e globale. Il primo Corso didattico, diretto dal prof. Enrico Granieri e dal dott. Ernesto Gastaldo, è in svolgimento e ha visto la partecipazione di oltre quaranta laureati in Scienze Motorie, ma anche in Fisioterapia e Medicina.

I programmi di promozione di attività motoria, inizialmente svolti presso alcuni locali della Clinica Neurologica Universitaria, sono stati poi effettuati presso il Centro Universitario dello Sport di Ferrara, palestre private e pubbliche e presso alcuni Centri Sociali territoriali che hanno messo a disposizione gratuitamente le loro strutture dando fiducia da subito al progetto PROMOT. Alcune Associazioni dei Malati della città e della provincia di Ferrara ed alcune strutture private già si avvalgono della competenza e della disponibilità di questi nuovi professionisti "emergenti". Altre Associazioni di Malati a livello regionale e nazionale hanno mostrato particolare interesse all'iniziativa dell'Università di Ferrara. Le amministrazioni dei Comuni di Ferrara, Cento, Bondeno e Argenta e l'Amministrazione della Provincia di Ferrara hanno prontamente individuato il significato sociale dell'attività di promozione motoria, prevedendo l'inserimento nei programmazioni della rete di servizi territoriali per l'educazione alla salute dei cittadini una partecipazione di specialisti in Scienze Motorie dedicati alla patologia neurologica e mettendo a disposizione, in alcuni casi, palestre o altri locali adeguati per garantire la continuità delle attività.