

L'importanza della riabilitazione nella terza età

Tra i problemi più comuni della terza età si annovera il generale peggioramento delle funzionalità motorie, causato dal naturale deterioramento – invecchiamento di strutture osteoarticolari e miotendinee. A questo si aggiungono anche traumi e patologie a cui gli anziani sono maggiormente soggetti ed in alcuni casi anche un graduale deterioramento cognitivo: per tutte queste eventualità è fondamentale operare tempestivamente con un'attività riabilitativa mirata, che consenta un pieno (o parziale) recupero funzionale motorio. Gli obiettivi **della terapia riabilitativa/strumentale** sono molteplici: risoluzione dello stato infiammatorio, riduzione/scomparsa del dolore, miglioramento della funzione muscolo-scheletrica e della qualità di vita (comprese le condizioni psicologiche e la fiducia del paziente), incremento nella compliance riabilitativa (= disponibilità da parte del paziente al trattamento riabilitativo), prevenzione della sindrome da ipomobilità/immobilizzazione nell'anziano, ripresa delle attività funzionali che ci si è prospettati, ridurre, parzialmente o totalmente, il "deficit" che rende disabile una persona, attraverso l'utilizzo di funzioni rimaste integre, in modo da permetterle di "vivere" al massimo delle sue capacità.

Il 30% degli anziani ha limitazioni motorie, dovute principalmente a patologie muscolo scheletriche (traumatologiche, ortopediche, reumatologico-degenerative), ma non solo, basti pensare alle patologie neurologiche invalidanti. Queste limitazioni possono comportare difficoltà nello svolgimento delle attività della vita quotidiana, alterando l'autonomia e il movimento nel proprio ambiente. La Riabilitazione nella Terza Età deve mirare alla **riorganizzazione della vita del paziente anziano** colpito da disabilità, in modo che

possa compiere il maggior numero di esperienze positive, cioè gratificanti, pur avendo subito delle limitazioni motorie e cognitive. E per raggiungere questo obiettivo si deve intervenire sui bisogni della persona, sul contesto sociale, sull'ambiente fisico e sulla (o sulle) disabilità.

Occorre quindi individuare i bisogni primari dell'anziano e il modo di soddisfarli; motivarlo e farlo così partecipare attivamente alle attività che gli vengono proposte per ottenere il recupero; fare accettare dalle persone che vivono a contatto con lui la sua debolezza e problematica, in modo che soddisfi i suoi bisogni secondari legati al rapporto con gli altri (bisogno di accettazione, di affetto, ecc.); intervenire sull'ambiente in cui l'anziano vive abitualmente (la casa, soprattutto) per eliminare quelle barriere che possono rendere difficili i suoi spostamenti o i movimenti in genere.

Presso il Poliambulatorio Vespucci si effettua riabilitazione per anziani: il centro è infatti specializzato nell'elaborare percorsi riabilitativi personalizzati, dove ogni paziente potrà godere in tutta sicurezza dell'assistenza di un fisioterapista qualificato che seguirà ogni singola fase del processo di recupero. Il trattamento può essere singolo e quotidiano, in particolare in fase di acuzie flogistiche, con l'ausilio combinato di Terapie fisiche (laser, Tecarterapia, correnti antalgiche) e di Terapie Manuali (Kinesiterapia, rieducazione posturale e motoria, Massoterapia). Superata la fase acuta si consiglia di continuare anche a domicilio con gli esercizi insegnati ed appresi, e di seguire i consigli dati per mantenere una buona qualità di vita e prevenire eventuali riacutizzazioni o complicazioni. Spesso, proprio per i pazienti della terza età, si consiglia inoltre di continuare periodicamente



con cicli di ginnastica motoria specifica in gruppo da eseguirsi 2 volte/settimana come terapia di "mantenimento". Importante è informare le persone che la **mancaanza di un'adeguata e costante attività motoria contribuisce alla progressiva perdita del tono-trofismo muscolare e del contenuto minerale del tessuto osseo (osteoporosi)**, tipiche dell'età avanzata, con conseguente aumento del rischio di cadute, fratture e immobilizzazione. **Quindi le persone della terza età devono sapere che esistono Centri Specializzati dove possono ottenere risposte alle proprie problematiche intraprendendo percorsi riabilitativi specifici e personalizzati per continuare a condurre una vita serena, indipendente ed autonoma e con buona qualità.**

 **Poliambulatorio
Vespucci**

**FISIOTERAPIA – RIABILITAZIONE
AMBULATORIO POLISPECIALISTICO
DIAGNOSTICA STRUMENTALE**

Struttura convenzionata con:

- **Sistema Sanitario Nazionale (S.S.N.)**
- **Inail**
- **Mutua Marittima**
- **Unisalute**
- **Previmedical**
- **Maggiori network sanitari**

**Direttore sanitario:
Dott. Mario Bortolato**

Aut. san. Nr 53 de 15/7/13

**VIA VESPUCCI N°135/136 30015
SOTTOMARINA DI CHIOGGIA (VE)
TEL. 041.490754 - FAX. 041.5548329
info@poliambulatoriovespucci.it
www.poliambulatoriovespucci.it**



POLIAMBULATORIO

Poliambulatorio Vespucci
via Vespucci n°135/136
30015 Sottomarina
di Chioggia (Ve) - Tel. 041.490754 -
Fax. 041.5548329
info@poliambulatoriovespucci.it
www.poliambulatoriovespucci.it