



CASA DI CURA PRIVATA "N.S. DELLA MERCEDE"
00198 Roma - Via Tagliamento, 25 - Tel. 06.84.15.741- 06.84.15.641

SERVIZIO DI MEDICINA FISICA E RIABILITAZIONE

Dott. Valeri Alessandra
Ambulatorio di Fisioterapia stanza n°105

Oltre 3 milioni di pazienti con insufficienza renale in tutto il mondo ed oltre 600.000 in dialisi. Le statistiche parlano chiaro: "i pazienti affetti da patologie renali e costretti a sottoporsi alla dialisi sono purtroppo in continua crescita".

Spesso soggetti in dialisi subiscono il peso di una capacità fisica ridotta (limitata), caratterizzata da disfunzioni sensitivo motorie, che ostacolano il reinserimento sociale, comportando importanti implicazioni sullo stato di benessere complessivo di queste persone, incidendo negativamente sulla loro qualità di vita.

Tutto questo suggerisce la necessità di un approccio integrato che, oltre alle competenze proprie del nefrologo, offra loro la possibilità di un adeguata riabilitazione; l'esercizio fisico, è oggi, indicato quale parte integrante dell'approccio terapeutico di molte patologie, quali ipertensione arteriosa e diabete, ciò in considerazione dei molti benefici effetti che esso è in grado di produrre nell'organismo.

Tra questi vi sono quelli espletati da alcuni studi nei confronti del sistema immune dei soggetti sani e tendenzialmente immunodepressi.

Si ritiene che l'esercizio fisico sia in grado di sollecitare modificazioni positive, e che gradi diversi corrisponderebbero ad altrettanti comportamenti del profilo immune nella duplice componente, cellulare e umorale.

In uno studio condotto su questi pazienti le cause di morte vennero raggruppate in sei categorie; tra cui le prime da imputare a patologie cardiache ed infettive.

Nei pazienti arruolati nel programma riabilitativo si è evidenziata una riduzione significativa (27%) di infezioni del tratto alto dell'apparato respiratorio, a suggerire che l'esercizio fisico migliora clinicamente i meccanismi di difesa dei pazienti in emodialisi.

Pertanto si ritiene che un programma d'esercizio a bassa intensità che coinvolga le funzioni compromesse, sia in grado di modificare significativamente la capacità funzionale e la qualità di vita dei pazienti in dialisi, offrendo loro un "opportunità terapeutica" in più.

Risulta quindi opportuno progettare un programma di attività fisica aerobica personalizzato sulle difficoltà presentate dal paziente.

Per le persone con insufficienza renale cronica una buona riabilitazione significa:

- il recupero di un benessere psico-fisico soddisfacente;
- una buona integrazione nel contesto familiare e sociale;
- la sensazione di essere utili;
- una visione ottimistica del futuro.

Ciò che vorremmo attuare, nel nostro ambulatorio di fisioterapia è un programma terapeutico capace di supportare il pz. dializzato; nel primo incontro attraverso la valutazione del pz. sarà possibile evidenziare le funzioni deficitarie, sviluppando esercizi idonei alla prevenzione ed al recupero di funzioni sensitivo-motorie; con lo scopo di facilitare stratagemmi compensatori messi in atto da un corpo a seguito di insulti subiti.

Si attueranno esercizi di:

- coordinazione tra oculomozione e movimenti corporei
- rinforzo e rilasciamento di strutture muscolari in modo idoneo
- coniugati per la respirazione
- propriocettivi, per la frammentazione del passo e il riconoscimento ponderale.

Tenendo conto della faticabilità che questi soggetti spesso presentano, il programma riabilitativo prevede periodi di recupero nell'esecuzione tra le varie tipologie d'esercizio, che pertanto dovrà essere di almeno 45 min.

In considerazione degli impegni medici cui queste persone vanno incontro e cercando di ridurli al minimo, sarà indispensabile eseguire la terapia riabilitativa nei giorni stessi di dialisi.