

In che modo la Fisioterapia può aiutare i pazienti con Parkinson

La fisioterapia aiuta le persone con malattia di Parkinson

La Fisioterapia, come parte di un intervento multidisciplinare, garantisce benefici sia di tipo fisico che psico-sociale alle persone con Malattia di Parkinson.

La Fisioterapia ha un ruolo fondamentale poiché supporta le persone con Malattia di Parkinson nel processo di verifica della propria condizione, nel fare delle scelte sulla gestione della propria patologia, nel definire le proprie priorità e nell'affrontare le difficoltà.

La valutazione e la gestione fisioterapica sono rivolti al miglioramento delle abilità fisiche e della qualità del movimento nella vita quotidiana, mediante l'addestramento alla deambulazione e ai trasferimenti posturali, gli esercizi per l'equilibrio e la prevenzione delle cadute, gli esercizi per implementare le attività manuali (p. es. movimenti con l'arto superiore in direzioni diverse per afferrare e movimenti con la mano per la presa e la manipolazione di oggetti). Altre problematiche che possono richiedere attenzione sono il dolore, il benessere generale, la funzionalità respiratoria e la presenza o meno di reti di supporto psico-sociale.

Disturbi funzionali per i quali la fisioterapia è fondamentale

Le **due principali aree di intervento** specifico della fisioterapia nella Malattia di Parkinson sono correlate all'**esercizio** e all'**apprendimento di strategie motorie**.

L'esercizio fisioterapico specifico può contrastare gli effetti della Malattia di Parkinson contenendo la riduzione della **forza nel movimento, della sua resistenza e della sua flessibilità e dell'equilibrio**.

Man mano che la malattia progredisce, i fisioterapisti applicano e insegnano al paziente strategie di movimento che permettano il superamento delle difficoltà di attivazione automatica di movimenti e pensieri, sviluppando strategie di compenso alla perdita di funzione motoria con l'utilizzo di stimoli esterni (uditivi, tattili, visivi e sensoriali) o di tipo interno (immagini mentali motorie e visive), l'addestramento al doppio compito (dual task) **all'auto-istruzione e al miglioramento della capacità di attenzionali**.



Tremore



Rigidità



Instabilità posturale



Problemi di coordinazione



Alterazioni del cammino

Concludendo, la fisioterapia è essenziale nella gestione multidisciplinare della persona con Malattia di Parkinson.

> L'educazione e i consigli forniti nelle prime fasi servono a mantenere una buona forma fisica generale, a rallentare il deterioramento e a promuovere l'auto-gestione della propria condizione di malattia.

> Nelle fasi avanzate, la fisioterapia può migliorare il cammino, l'equilibrio, i passaggi posturali, le attività manuali e ridurre il rischio di caduta.

Cos'è la Malattia di Parkinson?

È una **patologia neurologica progressiva** caratterizzata da **problemi motori e non motori**. Le principali alterazioni derivano da **disfunzioni cerebrali causate dalla ridotta produzione di messaggeri chimici, in particolare del neurotrasmettitore dopamina**.

Peggioramento della qualità della vita

I tre principali sintomi motori sono bradicinesia (lentezza), rigidità (stiffness), e tremore. La diagnosi di solito di basa sulla valutazione clinica. Le persone con Malattia di Parkinson possono presentare cadute, quindi perdita di sicurezza e autonomia e peggioramento della qualità di vita.

Interventi clinici

La diagnosi può essere difficoltosa a causa della grande varietà di sintomi, ma è solitamente basata sulla presenza di bradicinesia e uno qualsiasi degli altri sintomi, sui risultati di indagini a livello cerebrale e talvolta sulla risposta della persona al trattamento farmacologico. In alcuni casi, possono essere presenti solo uno o alcuni dei sintomi descritti, ma il paziente è comunque trattato come affetto da Malattia di Parkinson; in queste situazioni la patologia è talvolta indicata come Parkinsonismo.