

FISIOTERAPIA

Non è necessario essere atleti per rivolgersi ad un fisiatra

A una certa età la scelta di un buon centro di fisioterapia è consigliabile. Certo, lo è anche in qualunque epoca della vita quando si è reduci da un intervento ortopedico o si soffre di un problema agli arti o alla schiena. In sostanza: non è necessario essere degli atleti per rivolgersi a un fisiatra (il medico che si è specializzato in questa branca della medicina) o a un buon fisioterapista (il professionista laureato che svolge interventi per la cura o la prevenzione di problemi legati alla mobilità). E, come in ogni altro caso legato alla salute, la scelta deve tenere conto di alcuni elementi: qualità, professionalità, attrezzature presenti, disponibilità e, ovviamente, costo.

Tutte caratteristiche che si riscontrano a **Villa Montallegro**: qui gli assicurati FASI che richiedono attività fisiatrica a livello ambulatoriale trovano le tariffe riconosciute dalla propria assistenza sanitaria integrativa.

Villa Montallegro dispone a Genova di due centri di fisiokinesiterapia (uno in sede, in via Montezovetto e l'altro, Fisiomed, in via Corsica a Carignano). Una serie di importanti lavori di ristrutturazione e di acquisizione di nuovi macchinari ha recentemente affiancato al tradizionale centro fisioterapico – che continua a vedere la responsabilità del dottor Marco Scocchi – un settore “sportivo”, in via Montezovetto, affidato alla dottoressa Maria Teresa Pereira Ruiz. Il centro funziona sia per i degenti nella Casa di Cura, sia per i pazienti ambulatoriali.

Il primo passo per il paziente è sempre la visita fisiatrica che, spiega il dottor Scocchi, «può essere accompagnata da una serie di test che consentono di valutare lo stato di salute della persona, anche al di là di eventuali postumi da intervento che inevitabilmente richiedano una riabilitazione». Quali sono questi test di valutazione funzionale? I quattro principali sono:

- il test isocinetico (con l'ausilio di un attrezzo controllato da computer, permette di valutare la performance muscolare degli arti, per accertare possibili squilibri di forza);
- il test di valutazione del rischio di caduta con sistema Delos (riguarda sia la prevenzione del rischio di cadute e di traumi, sia la riabilitazione: anche in questo caso è un sistema computerizzato);
- il test di equilibrio o di



Dott. Marco SCOTTI



propriocezione (verifica la capacità di risposta muscolare fornita dai centri e dalle vie nervose alle sollecitazioni esterne);

- il test di lattato o acido lattico (con il prelievo di una goccia di sangue dal lobo dell'orecchio individua la potenziameccanica e la frequenza cardiaca in occa-

sione di sforzo).

Un ulteriore test si effettua con un'apparecchiatura chiamata Dexa: misura la densitometria corporea a raggi X. È utilizzato per verificare la massa corporea e lo stato nutrizionale negli atleti e, per i pazienti normali, anche per calcolare il grado di osteoporosi.

Per tutti questi test sono necessarie attrezzature moderne, tutte disponibili nel centro fisioterapico di **Villa Montallegro**. «Buona parte delle nostre apparecchiature sono utilizzate dagli atleti delle principali società di calcio, di pallanuoto e di altri sport genovesi. Ma, ovviamente, sono destinate anche ai pazienti non atleti sia a livello preventivo sia a livello riabilitativo», spiega la dottoressa Pereira Ruiz.

Dopo la visita fisiatrica e i test, si passa alla fase fisioterapica o, meglio, fisiokinesiterapica (fisioterapia significa “terapia naturale”, mentre kinesi significa “movimento”). Come spiegano i fisatri, questa disciplina comprende tecniche di terapia fisica, terapia manuale/manipolativa, massoterapia, terapia posturale, chinesiterapia (metodo di attivazione muscolare attiva o passiva), idroterapia. Le terapie fisiche prevedono anche l'utilizzo di risorse naturali come il calore, le onde sonore, la corrente



Dott.ssa M. T. PEREIRA

elettrica (di frequenza e intensità variabile a seconda degli scopi che ci si propone). Si utilizzano inoltre vari tipi di apparecchiature Laser, ultrasuoni, per la magnetoterapia (cemp) e l'ionoforesi, i Tens (stimolazione elettrica transcutanea dei nervi) e l'elettrostimolazione neuromuscolare.

Per scendere nello specifico, la fisiokinesiterapia è una metodologia di fisioterapia basata su un tipo di ginnastica con funzione terapeutica. Inoltre, la fisiokinesiterapia tende a educare i pazienti alle corrette posture (per esempio al fine di evitare cadute), attraverso esercizi che rinforzano i muscoli.

Utilizza terapie manuali, vari sistemi di elettroterapia ed elettromedicali, oltre ad attività motoria in palestra, in vasca e in campo.

Fanno evidentemente parte dell'attività riabilitativa le terapie manuali che hanno come scopo ristabilire le funzionalità del corpo umano, e in partico-



lare del sistema muscolo-scheletrico. Come forse non tutti sanno, il sistema muscolo-scheletrico costituisce oltre il 60% della "funzionalità" del corpo umano: alterazioni di questo apparato influenzano il resto dell'organismo, spesso con manifestazioni dolorose.

La terapia manuale mira a individuare una lesione e utilizza una procedura per risolvere l'alterazione.

Tutte le possibilità di trattamento indicate tendono a risolvere problemi di vario tipo. Naturalmente si riferiscono alla soluzione di problemi postoperatori o post-traumatici, ma

intervengono anche per dolori reumatici e articolari di vario tipo, nevralgie, artrosi, edemi, cervicobrachialgie, lombalgie e lombosciatalgie, eccetera. Alcune attività hanno un buon effetto sul sistema cardio-circolatorio e respiratorio e lo sviluppo sensoriale.

L'area di fisioterapia di **Villa Montallegro**, che occupa due fisiatrici e dodici fisioterapisti, è dotata di una palestra, di una piscina riscaldata (per l'idrokinesiterapia) e di un'area di preparazione atletica coperta ("sportiva", ma utile anche per riportare rapidamente alla massima funzionalità tutti coloro che hanno subito interventi ortopedici), nella quale opera un preparatore atletico. Villa Montallegro mette anche a disposizione la propria équipe anche per l'assistenza domiciliare. ■

