



Associazione Italiana
Direttori e Tecnici
Pubblici Giardini

Rivista ACER
IL VERDE
EDITORIALE
MEDIA PARTNER

Convegno Nazionale

UN GIARDINO PER L'ALZHEIMER



Brindisi 1 giugno 2012

Sala Mario Marino Guadalupi

Palazzo di Città - Piazza Matteotti, 1

Atti pubblicati da
IL VERDE
EDITORIALE
www.ilverdeeditoriale.com

Atti del convegno “Un Giardino per l’Alzheimer”
Brindisi, 1 giugno 2012

Relazione

Un giardino per la salute psico-fisica: supporto fisiokinesiterapico

Relatrice

Vittoria Logorio, ospedale San CamilloDe Lellis –Asl BR1

Abstract

Ammalarsi di Alzheimer vuol dire perdere progressivamente le proprie capacità cognitive: percezione, linguaggio, intelligenza, pensiero. Significa cioè perdere irrimediabilmente, la possibilità di comunicare e badare a se stessi.

Gli interventi riabilitativi di cui necessitano i pazienti affetti d demenza sono di varia natura:

- attività di tipo cognitivo
- attività di tipo neuromotorio
- attività di tipo comportamentale
- attività di socializzazione
- attività di supporto

Il concetto di base del giardino Alzheimer è che esso deve rappresentare un percorso guidato, all’interno del quale le persone affette da questa malattia possono muoversi liberamente, senza pericoli guidati dalla natura.

Il fisioterapista grazie al giardino può creare un ambiente rilassante per facilitare l’orientamento, per infondere sicurezza, sperimentare terapie motorie, sensitive e cognitive per un progetto terapeutico globale.

UN GIARDINO PER LA SALUTE PSICO-FISICA: SUPPORTO FISIOKINESITERAPICO

Ft : Vittoria LIGORIO
Ospedale S. Camillo de Lellis - Mesagne



RIABILITARE

RENDERE UN SOGGETTO
DI NUOVO ABILE

ATTIVITA' RIABILITATIVE DI TIPO COGNITIVO

- R.O.T. – Reality Orientation Therapy
- Terapia della Reminiscenza
- Terapia di Rimotivazione
- Memory Training
- Mnemotecniche
- Training cognitivi computerizzati
- Validation Therapy

ATTIVITA' RIABILITATIVE DI TIPO NEUROMOTORIO

Programma di riabilitazione motoria individuale:

- Tecniche di Rieducazione Neuromotoria
- Tecniche di mobilizzazione articolare segmentaria
- Tecniche di rieducazione funzionale
- Tecniche di rieducazione alla deambulazione
- Rieducazione propriocettiva
- Individuazione e selezione di eventuali ausili e addestramento all'uso

ATTIVITA' RIABILITATIVE DI TIPO NEUROMOTORIO

Programma di riabilitazione di gruppo:

- Kinesiterapia di Gruppo
- Programma di Ginnastica Dolce



ATTIVITA' RIABILITATIVE DI TIPO COMPORTAMENTALE

- La terapia comportamentale
- La terapia contestuale
- Tecniche di rilassamento
- Terapia occupazionale
- Terapia effettuata con l'ausilio di animali (Pet Therapy)
- Attività Musicoterapica

ATTIVITA' DI SOCIALIZZAZIONE, RICREATIVE E SPIRITUALI

- Attività laboratoriali
- Ortoterapia
- Attività spirituali
- Inserimento in gruppi intergenerazionali
- Cineforum
- Gite



ATTIVITA' TERAPEUTICHE INDIVIDUALI, FAMILIARI E DI SUPPORTO ALLA FAMIGLIA

- Consulenza individuale e familiare
- Terapia familiare
- Gruppo di sostegno psicologico alle famiglie
- Gruppi di auto-aiuto
- Gruppi di formazione sulla malattia e le modalità per la gestione dei sintomi
- Associazione dei familiari

CHI INTERVIENE NELLA RIABILITAZIONE?

Non solo :

- Fisioterapisti
- Educatori
- Psicologi

Ma anche:

Tutti coloro che hanno a che fare con la persona ammalata

OBIETTIVI DEGLI INTERVENTI RIABILITATIVI

- Permettere alla persona di esprimere al meglio quello che sa fare.
- Aiutare in ciò che non riesce a compiere autonomamente, graduando il supporto a seconda del suo reale grado di necessità.
- Mantenere per il maggior tempo possibile le sue capacità intellettive e funzionali, contrastando il grado di deterioramento della malattia.
- Agevolare i processi di comunicazione e stimolare i contatti sociali.

SUGGERIMENTI PER L'IDEAZIONE E L'ESECUZIONE DI UN PROGRAMMA RIABILITATIVO

- Identificare gli obiettivi (realistici).
- Effettuare un'accurata osservazione delle caratteristiche e delle capacità del malato.
- Verificare la presenza di eventuali deficit sensoriali.
- Proporre attività che tengano conto dei limiti della persona malata (per evitare la frustrazione).
- Semplificare l'attività e frazionarla in più tempi (la memoria procedurale è l'ultima ad estinguersi).
- Alternare pause di riposo.
- Proporsi come "modello" da seguire quando si svolge un'attività manuale.
- Mantenere una coerenza con l'esperienza di vita del malato.
- Comunicare il proprio apprezzamento, anche se il risultato è scarso.

ATTIVARE, RIABILITARE, FARE INSIEME

Le attività non devono essere considerate come mezzo per “tenere occupati”, bensì come strumento di “normalità” rispettosa dei diversi bisogni di ogni individuo.



SCELTA DELLE ATTIVITA'

- Attività di stimolazione cognitiva (stimolazione area cognitiva e sensoriale: percezione, attenzione, analisi, vocabolario, associazione, sintesi, ragionamento astratto, rievocazione, calcolo).
- Attività occupazionali (progetti sulle attività del quotidiano, piccola cucina, cura del verde, collages, bricolage).
- Attività motorie (ginnastica dolce, cyclette, mobilizzazione passiva; riconoscimento e denominazione delle parti del corpo)



IL GIARDINO ALZHEIMER: STIMOLAZIONE SENSORIALE

- **VISTA:** forme, colori e punti di attrazione visiva contribuiscono a creare la bellezza del giardino agli occhi del paziente.
- **UDITO:** il canto degli uccelli, il fruscio del vento tra le foglie, il rumore della ghiaia sotto i piedi producono stimoli che attirano l'attenzione del visitatore.
- **TATTO:** piante e fiori che stimolano il senso del tatto, il piacere di toccare.
- **OLFATTO:** fiori dal profumo indefinito stimolano e invogliano il visitatore a ricercare la fonte dell'aroma.
- **GUSTO:** la possibilità di aggiungere un'area deputata alla coltivazione di piante ortive, erbe aromatiche da raccogliere e usare in cucina, alberi da frutto che permettono di assaporare frutti o verdure prodotti in proprio.



IL GIARDINO ALZHEIMER: STIMOLAZIONE COGNITIVA

- **STIMOLAZIONI DELLE CAPACITA' MNESICHE, ORIENTAMENTO TEMPORO-SPAZIALE:** Punti di riferimento (gazebo, pergolato, area di sosta) che possano servire da segnaletica e da rinforzo alla capacità di orientarsi.
- **SUPPORTO ALLA TERAPIA DELLA REMINISCENZA:** Il giardino con i suoi profumi, visioni e fioriture variopinte può far affiorare ricordi e quindi risorse mnesiche residue e recuperare esperienze emotivamente piacevoli. I ricordi passati si integrano con quelli recenti al fine di ampliare la memoria recente.
- **SUPPORTO ALLA VALIDATION THERAPY:** Ricercare nel mondo interiore del paziente sentimenti ed emozioni che possano in un ambiente rilassante quale il giardino Alzheimer far rivivere esperienze passate al fine di migliorare la comunicazione verbale e ridurre la tensione emotiva.




IL GIARDINO DI ALZHEIMER: RIABILITAZIONE MOTORIA

- **PERCORSO:** Semplice, privo di biforcazioni e incroci (per esempio ad anello) per consentire al visitatore di non incontrare ostacoli fisici e di muoversi liberamente .
- **TAPPETO ERBOSO:** Dove camminare, sdraiarsi, rotolarsi, movimenti semplici ma che consentono un attività motoria finalizzata a migliorare il tono muscolare , mobilizzare le articolazioni e ad attenuare lo stress e l'ansia.
- **AREA PER LA PRATICA DEL GIARDINAGGIO:** La cura delle piante (annaffiature, semine, pulizia ecc.) consente al paziente di migliorare il senso di orientamento. Prendersi cura di un essere vivente stimola il senso di responsabilità combatte il senso di isolamento e inutilità. A livello fisico sollecita attività motorie e migliora la manualità e la coordinazione motoria.
- **AREA PER LA SOSTA:** Ampia ombreggiata, con panchine o comode sedute, con alberi da frutto e fiori profumati per rendere rilassante l'ambiente, dove poter effettuare, guidati dal fisioterapista, tecniche di rilassamento in particolare la respirazione profonda e il rilassamento muscolare progressivo, che consentono al paziente di allentare la pressione e la tensione.



FONDAMENTALE RICORDARE SEMPRE

PER IL MALATO DEMENTE OGNI
GIORNO E' UN
NUOVO GIORNO: CIO' CHE IERI
HA FATTO BENE,
OGGI POTREBBE ESSERGLI DEL
TUTTO ESTRANEO.



**CIO' CHE NON RIUSCIAMO A
SOPPORTARE E' DI
NON RIUSCIRE AD ESSERE CIO'
CHE ERAVAMO.
FA MALE DA MORIRE.**

DA "VISIONE PARZIALE. UN DIARIO DELL'ALZHEIMER"

GRAZIE PER L'ATTENZIONE

