

## UNA OPPORTUNITÀ DI APPROCCIO FISIOTERAPICO ALTERNATIVO IN R.S.A.: LA RIEDUCAZIONE POSTURALE GLOBALE SECONDO IL METODO MEZIERES-BERTELE' NELLA CURA DELLA CRONICITÀ - RSA "Villa dei Cedri" di Merate LC

Il Biffo R.S.A. S.r.l. - Monza  
Dr.ssa Paola Manzoni  
Direttore Sanitario

Il raggiungimento di traguardi di età sempre più avanzata e il correlato incremento nella popolazione anziana di quadri complessi di poli-patologia spesso caratterizzati da cronicità ci pone a confronto con i limiti delle chine si terapie di impostazione classica in particolare laddove non vi siano obiettivi riabilitativi. La popolazione colpita da affezioni neurologiche degenerative o affetta da esiti consolidati di malattie cerebro-vascolari o limitata e sofferente per gravi quadri artrosici trova poche risposte nei trattamenti di fisioterapia abitualmente proposti e che concorrono scarsamente anche al controllo del dolore. '

Al fine di poter raggiungere tale fasce di popolazione più fragili è stato individuato un approccio innovativo di fisioterapia basato su una tecnica riconosciuta per la sua validità: il metodo Mezieres Bertelè.

Il Metodo Mezieres-Bertelè si prefigge lo scopo di allungare le catene muscolari e riportare a elasticità i muscoli: l'apparato muscolare può essere considerato un unico insieme costituito da unità funzionali, le "catene muscolari" che lavorano contraendosi e accorciandosi per avvicinare le inserzioni muscolari. In condizioni di importante sforzo fisico, ma anche in condizioni di stress psichico oltre che fisico, i muscoli si contraggono ma non hanno un adeguato rilasciamento. La contrattura persistente fa sì che si comportino come elastici troppo accorciati, determinando quindi tensioni esagerate e anomale sulle articolazioni causando sofferenza dei legamenti, ernie discali, alterazioni delle fisiologiche curve della colonna vertebrale (ipercifosi, iperlordosi, scoliosi). Il campanello d'allarme di tali eventi è nella maggior parte dei casi il dolore (legato alla componente dolorosa della contrattura muscolare), altre volte è la sensazione di una fastidiosa tensione o in casi estremi di blocco muscolare. Tale metodo, proprio per queste sue caratteristiche, può trovare applicazione anche nei blocchi muscolari indotti da gravi patologie neurologiche (morbo di Parkinson, parkinsonismi, spasticità) e su contratture derivanti da alterazione dei rapporti articolari come nel caso delle artrosi.

Il metodo è basato su tecniche dolci di allungamento manuale della muscolatura in cui il beneficio è amplificato dalla componente di consistente corporeità che si esprime nell'applicazione del metodo stesso.

Dall'osservazione della difficoltà di raggiungere con tecniche appropriate persone che non hanno più obiettivi riconoscibili di riabilitazione e che tendono ad essere escluse dai trattamenti di fisioterapia di impostazione classica nasce il progetto di sviluppare e applicare questo metodo all'interno della nostra RSA e indirizzarlo agli ospiti affetti da gravi patologie croniche che provocano compromissione rilevante dal punto di vista motorio e condizionano il manifestarsi di sintomatologia algica.

La prima fase del progetto che coprirà un periodo di un anno vedrà la realizzazione all'interno del Servizio di Fisioterapia di momenti e spazi dedicati all'applicazione del metodo attraverso:

- l'identificazione della popolazione da trattare (circa 20 utenti);
- la costituzione di un'equipe composta da professionalità competenti ed esperte nell'applicazione del metodo Mezieres: uno specialista fisiatra e un fisioterapista. Il fisiatra sarà deputato alla valutazione e prescrizione dei trattamenti e sarà esso stesso esecutore su quei pazienti che necessitano, come previsto dal metodo, un trattamento in doppio (es. gravi spasticità). Il fisioterapista eseguirà alcuni trattamenti da solo e altri in collaborazione attiva con il fisiatra;
- l'applicazione del metodo: il metodo prevede terapie in sedute settimanali individuali di circa un'ora ciascuno;
- la valutazione dei risultati in termini di miglioramento della qualità di vita percepita (somministrazione di questionari), riduzione della sintomatologia dolorosa (scale di valutazione del dolore), miglioramento della postura.

La seconda fase del progetto prevede l'apertura del Servizio di Fisioterapia ai malati affetti da patologie croniche sul territorio.