

Malattia di Parkinson: Il Terapista Occupazionale ti aiuta

La terapia occupazionale è una professione che promuove la salute e il ben-essere attraverso l'occupazione. L'obiettivo principale è quello di rendere le persone capaci di partecipare alle attività quotidiane e migliorare la loro qualità di vita.

La terapia occupazionale è indicata quando:

- La persona con Parkinson sperimenta limitazioni nelle attività o problemi di partecipazione nelle aree:
 - » **Cura di sé:** cura personale, mobilità, gestione della casa, cura dei membri della famiglia e animali domestici
 - » **Lavoro:** retribuito e non retribuito
 - » **Tempo libero:** hobby, uscite, contatti sociali
- Il caregiver sperimenta problemi nella supervisione o supporto della persona con Parkinson nelle attività quotidiane

Modalità di intervento

Il trattamento abbraccia tutta l'attività giornaliera, compresa la qualità e i momenti del riposo, investendo il tempo libero, gli interessi relazionali interpersonali, la cura della persona e, naturalmente, l'attività lavorativa, nonché l'assolvimento del proprio ruolo all'interno della famiglia e della società. Un trattamento di T.O. è molto vario e differenziato, in base alle esigenze della persona con Malattia di Parkinson e alla situazione clinica.

Le necessità e le abilità della persona sono verificate attraverso l'osservazione, il colloquio, la storia personale e le scale di valutazione. I progressi della persona sono verificati frequentemente. Il programma del trattamento è personalizzato e basato sulle specifiche esigenze, capacità, interessi, educazione e background occupazionale del singolo individuo. Per ottenere un buon risultato è opportuno che il terapeuta lavori in sinergia con la persona, la sua famiglia e gli altri operatori. Gli obiettivi del trattamento includono:

- Mantenere l'autonomia e garantire la partecipazione alle attività individuate dalla persona con Parkinson.
- Gestire la fatica, il tremore e la rigidità
- Gestire i problemi cognitivi
- Aumentare l'autostima e la motivazione.

- Rendere efficienti il caregiver e i famigliari nella supervisione e supporto della persona con Parkinson.
- Garantire il benessere del caregiver

Durante il trattamento il terapeuta in collaborazione con la persona con Parkinson e il suo caregiver:

- Esercitano le attività individuate secondo le modalità d'apprendimento adeguate per la persona e con le adeguate facilitazioni.
- Strutturano la giornata in modo che le occupazioni siano distribuite nel rispetto delle fasi off e dell'affaticabilità
- Adattano l'ambiente, organizzano degli spazi abitativi e non, per permettere/facilitare le occupazioni, gestire la fatica, prevenire le cadute, facilitare la cura da parte del caregiver.
- Individuano e imparano l'uso di ausili personalizzati per la mobilità e l'esecuzione delle occupazioni.
- Esercitano le funzioni motorie e cognitive attraverso l'attività (scrittura, attività creative/manuali, cucina, giardinaggio)
- Considerano opportunità di alleggerimento del carico assistenziale per il caregiver (introduzione di ausili/adattamenti ambientali, aiuto di altri, mantenimento di attività per sé).



Il trattamento viene svolto preferibilmente nei luoghi dove si svolgono le occupazioni della persona con Parkinson (domicilio, luogo di lavoro, luoghi del tempo libero), ma anche in centri di riabilitazione ambulatoriali o in ospedali riabilitativi. Il trattamento singolo è preferenziale nel training delle capacità d'esecuzione delle attività; il trattamento di gruppo può essere utile per la condivisione d'esperienze e fornitura d'informazioni riguardanti la patologia e la gestione di particolari problemi comuni.

Linee guida della diagnosi e terapia del Parkinson - ISS - Sistema Nazionale Linee guida (2013, aggiornate nel 2015)

La revisione della letteratura (Cochrane, Murphy, Rao, ...) e gli studi randomizzati (Clarke, Ward) hanno prodotto diverse evidenze sull'uso della terapia Occupazionale in pazienti con malattia di Parkinson. Gli studi pubblicati riportano miglioramenti nella qualità della vita a seguito di Terapia Occupazionale. L'aggiunta di stimoli visivi e uditivi nell'ambito del training funzionale risulta efficace nell'aiutare a mantenere il miglioramento dopo il termine del trattamento. Anche la Terapia Occupazionale inserita come parte di un programma multidisciplinare sembra essere efficace nel migliorare la funzione motoria e la qualità della vita.

Raccomandazione: Le tecniche di terapia occupazionale possono migliorare le attività della vita quotidiana (ADL) e la qualità della vita in pazienti con malattia di Parkinson

Non è mai troppo presto per incontrare un terapeuta occupazionale. Per contattarne uno scrivi a info@aito.it



www.aito.it

info@aito.it

facebook.com/aito.sito

C'è sempre un altro modo per fare **ciò che desideri**