



Rieducazione funzionale ed acqua termale

L'ambiente termale offre peculiari risorse per i percorsi riabilitativi, di norma utilizzando l'esercizio terapeutico per la rieducazione funzionale in esito di patologia disabilitante o di interventi chirurgici.

In particolare, l'utilizzo dell'acqua termale (acqua mineralizzata ad alta temperatura) per l'esercizio rieducativo (**Idrochinesiterapia**) contribuisce a ridurre i tempi di recupero funzionale e a migliorare la qualità del recupero motorio: infatti, proprio le peculiarità dell'ambiente acqua (vasca termale) possono **facilitare in ogni momento l'attività motoria**, mediante la riduzione del dolore scheletrico e la facilitazione dei movimenti ad ogni livello del corpo.

L'immersione del corpo umano nell'acqua si confronta con le caratteristiche proprie del nuovo ambiente, in particolare:

- La galleggiabilità dovuta alla forza provocata dalla pressione idrostatica ed agente in direzione opposta alla forza di gravità (principio di Archimede). **Questa può facilitare un movimento** quando l'arto si muove dal basso verso la superficie dell'acqua o sulla stessa superficie dell'acqua, **o contrastare un movimento** quando l'arto si muove dalla superficie dell'acqua verso la posizione sommersa. Il galleggiamento è favorito da una corretta respirazione e **facilita il recupero del controllo della simmetria corporea**. Sempre la forza idrostatica (ascendente) contribuisce a sollevare del peso il corpo, quando questo si muove nell'acqua, e lo protegge dalle cadute (effetto protettivo).
- La pressione idrostatica (legge di Pascal) che **augmenta con la profondità e contribuisce al ritorno vascolare**, alleggerendo gli arti inferiori da edemi o ritardi circolatori.
- La temperatura dell'acqua: che **facilita la circolazione e il rilassamento**, con un senso di benessere facilitante.

- L'effetto idrodinamico e la turbolenza, evocati dal movimento in acqua e dalla sua velocità, che **possono assistere il movimento, facilitandolo o contrastandolo**, attraverso adeguate strategie terapeutiche.
- Importante effetto psicologico, vissuto attraverso l'esperienza di una diversa e maggiore autonomia motoria in acqua

La densità dell'acqua minerale utilizzata favorisce ulteriormente il galleggiamento e quindi anche l'alleggerimento del peso corporeo nella posizione eretta in immersione (effetto microgravitativo), varia in modo inversamente proporzionale alla temperatura (di norma, nelle piscine termali, compresa tra 34° e 36°)

Per i principi rappresentati, la **Rieducazione Funzionale in acqua termale trova sicura indicazione nelle patologie posttraumatiche** (traumi fratturativi, trattati o meno con osteosintesi o immobilizzazione in gesso, contusioni, distorsioni, stiramenti muscolari) e **postchirurgiche** (interventi sul rachide; protesi articolari di anca, di ginocchio, di spalla; ricostruzioni tendinee) e nelle **condizioni di neuropatia periferica stabilizzata clinicamente**, con residui deficit di motilità.

Un programma di Rieducazione Funzionale in acqua termale si inserisce positivamente ed efficacemente nella fase postacuta del danno o dell'intervento chirurgico, con obiettivo di :

- Consentire una mobilizzazione senza evocazione di dolore;
- Mantenere o recuperare l'ampiezza articolare, attraverso la conservazione della elasticità fisiologica delle parti molli (tessuti periarticolari, capsule, legamenti) e della flessibilità delle catene muscolari;
- Mantenere e potenziare la forza muscolare, sia a livello segmentario che globale ;
- Iniziare un carico progressivo e precoce sugli arti inferiori , per conservare schemi motori funzionali del passo anche quando all'esterno il carico è precluso, con il favorevole apporto della temperatura sulla circolazione periferica (vasodilatazione, migliore apporto sanguigno) e della pressione idrostatica sugli edemi periferici (percorso vascolare).

Stefano Tibaldi , Medico Fisiatra – Faenza

Ufficio Stampa Coter

Echo Comunicazione d'Impresa e RP – tel 059.271247

Chiara Saccani – saccani@echocommunication.it

Laura Di Salvatore – disalvatore@echocommunication.it