

Il ruolo del Fisioterapista nella Prevenzione in Cardiologia Riabilitativa

A. Fassi FT, L. Altomani FT, D. Amaglio FT, C. Cortesi FT, G. Calarco FT, C. Pigolotti FT, M. Tomassoni FT, F. Quarenghi MD, V. Regazzoni MD, G. Rizzola MD, L. Viscardi MD, V. Giudici MD

B
A
C
K
G
R
O
U
N
D

La **prevenzione** è il complesso delle misure utili a evitare la comparsa, la diffusione e la progressione delle malattie e il determinarsi di danni irreversibili quando la patologia è in atto. La **prevenzione terziaria** ha l'obiettivo di limitare i danni legati alle sequele delle malattie mediante la gestione dei deficit e delle disabilità funzionali conseguenti ad uno stato patologico o disfunzionale.

La **riabilitazione cardiologica** costituisce lo strumento fondamentale per ottenere il massimo recupero funzionale possibile e la prevenzione delle complicanze in esiti di malattia cardiaca o intervento cardiocirurgico.

Il paziente è sempre **protagonista**, ha un **ruolo attivo** e **centrale**: non si fa riabilitazione "al" paziente ma "con" il paziente.

Mediante un **approccio multidisciplinare, intersettoriale** e **coordinato** i professionisti sanitari si impegnano con il malato per affrontare i rischi potenziali o già esistenti.

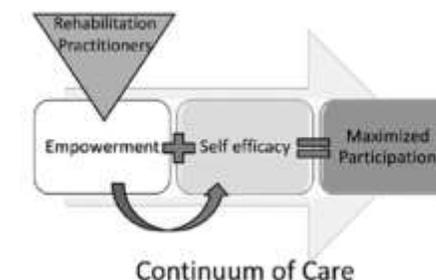
L'**approccio educativo** risulta basilare per attuare un programma di prevenzione cardiovascolare. Dopo l'**informazione** e l'**addestramento**, è necessario il processo di **empowerment**, un controllo autonomo del paziente sullo stato di salute e sugli interventi sanitari. Infine mediante l'**engagement** il paziente esprime il massimo ruolo attivo di co-costruzione del percorso di cura insieme ai professionisti sanitari.

Gli interventi educativi sono supportati dalle Linee Guida:

- Lo staff di CR deve aiutare i pazienti con malattia cardiaca ad identificare e **correggere le conoscenze e le false credenze** (1+/B).
- I programmi di CR devono includere interventi sia di tipo psicologico che educativo (1+/A)
- Gli **interventi mirati alla modifica dello stile di vita** del paziente devono utilizzare principi stabiliti dai modelli di cambiamento comportamentale (1+++/A)

UOC CARDIOLOGIA RIABILITATIVA - ASST BERGAMO EST Ospedale "BOLOGNINI" di Siate (BG)

- **Educazione alla Salute** mirata alla correzione fattore di rischio «*sedentarietà*» ed all'aderenza ad un programma di attività fisica regolare finalizzata al mantenimento dei risultati ottenuti e alla prevenzione di nuovi eventi
- Informazione su training cardiovascolare e gestione delle sessioni di allenamento, principali sintomi e loro riconoscimento a riposo e durante l'esercizio
- Indicazioni su corretta esecuzione di ADL e vita lavorativa / ricreazionale
- **Formazione/Addestramento/Empowerment** durante tutte le sedute di training
- Condivisione con il paziente della **scheda di dimissione fisioterapica**, contenente la prescrizione del programma riabilitativo concordato con il medico Cardiologo
- Consegna dell' **opuscolo informativo – eserciziario personalizzato**
- Educazione alla salute anche a **caregiver/famiglia** (incontri con FT, partecipazione a training)



TAKE HOME MESSAGE

Un paziente informato, educato e responsabilizzato è un paziente più consapevole ed aderente in tutto il percorso di cura. Non è possibile fare Cardiologia Riabilitativa senza la partecipazione attiva da parte del paziente. Un approccio educativo multidisciplinare permette di fare prevenzione e sperare in risultati ottimali anche a lungo termine.