

« Golf Terapeutico© , una tecnica pionieristica per aiutare persone con disabilità.»

01/09/2010. *Giornale Fisioterapia Digital. Spagna.*

Il Golf Terapeutico© è una tecnica pionieristica del fisioterapista di Lugo Félix Fernández e del suo team di Fisioterapia Ronda, che può essere molto efficace per persone con disabilità. L'obiettivo della terapia è quello di dare al paziente la massima autonomia nella esecuzione di certi movimenti che richiedono un maggior controllo a causa di una lesione del sistema nervoso o muscolo scheletrico. È fondamentale che il fisioterapista realizzi una buona valutazione delle capacità e delle abilità neuromotorie del paziente, ma soprattutto, che questi abbia voglia di migliorare e andare avanti. I benefici, secondo il suo inventore, sono immediati.



Félix Fernández è un fisioterapista appassionato di golf e lo pratica da alcuni anni. Nel 2008 stava giocando, mentre pensava a come poter stimolare un paziente affetto da emiplegia, per farlo lavorare un po' di più sull'arto superiore e sul tronco. Improvvisamente, si rese conto che un adattamento graduale a certi movimenti che vengono eseguiti nel golf avrebbero potuto essere utili sotto la guida di un fisioterapista. "La prima cosa che feci fu parlare di questa idea ai fisioterapisti con cui

lavoro e così iniziammo a lavorare sul Golf Terapeutico©. Più tardi, chiesi loro, a seconda del grado o fase di affettazione e di indipendenza di ciascun paziente, di effettuare una selezione dei migliori che si potessero adattare a questo programma", spiega Fernández.

Secondo il fisioterapista, la ricerca su questa terapia iniziò dal momento che i pazienti calpestarono il green cercando di impugnare la mazza ed eseguire lo swing. "Fu sorprendente vedere come alcuni lasciavano cadere i propri bastoni o le stampelle in cambio della mazza e concentrarsi sui movimenti specifici che chiedevamo loro di eseguire. Infine, nel centro di fisioterapia, valutavamo se c'era stato qualche cambiamento a livello di controllo posturale neuromotorio, tra altri aspetti" precisa Fernández.

All'inizio, questo fisioterapista e il suo team, cercarono di applicare il Golf Terapeutico© a persone con danno cerebrale, sindrome di Guillain Barre e traumatismi cranio encefalici, ma ora hanno aggiunto anche altre condizioni patologiche come le lesioni del plesso cervicale, per il controllo motorio e anche politraumatismi. Un dato promettente è che, per ora, l'equipe sanitaria non esclude di includere anche altri tipi di patologie.

Come ci spiega il creatore di questa tecnica, la prima volta che si è sperimentato il Golf Terapeutico© è stato nel Club di Golf di Lugo e sarà in questo campo dove continuerà a svilupparsi regolarmente. Tuttavia, il fisioterapista di Lugo sostiene che a causa del crescente interesse per questa terapia, sarà presto esteso a Madrid e Andalusia e anche in Italia, in particolare la città di Raffaello (Urbino), dove il suo

collega italiano Filippo Mechelli intende metterlo in pratica con la guida di Fernández. "Ma questo è solo l'inizio. Spero che si può fare in qualsiasi parte del mondo", augura lo spagnolo.

I movimenti di coordinazione, il calcolo della distanza, le nuove mete e gli obiettivi visivi propri del golf rappresentano ciò che permette loro di far lavorare e stimolare il sistema nervoso. "In questo modo, possiamo lavorare e stimolare le zone colpite a livello neuromotorio, stimolando le capacità e le abilità che necessitano i pazienti, dando una spinta a ciò che è più difficile nel trattamento abituale nel centro di fisioterapia", assicura Fernández. L'ideale sarebbe che i pazienti che presentano benefici da questa terapia possano praticarla una volta alla settimana od ogni quindici giorni.

Una volta che lo staff di Fisioterapia Ronda comprovò che la terapia funzionava effettivamente, si rese conto dell'importanza che avrebbe potuto avere per molti pazienti in condizioni simili e, in effetti, molti fisioterapisti spagnoli, così come alcune associazioni di danno cerebrale si misero in contatto con questo centro di Lugo per chiedere informazioni sul programma. "La proiezione del futuro del Golf Terapeutico © è molto grande se abbiamo gli appoggi necessari per realizzarlo, anche se ci sono inconvenienti come il trasporto e altri. Tuttavia, questo staff sta dando del suo meglio affinché questo progetto vada avanti e si diffonda. La ripercussione è stata enorme e ci sono molti luoghi che lo stanno richiedendo", afferma Fernández.

Come risultato di questa iniziativa pionieristica, i professionisti di Fisioterapia Ronda si sono già messi in contatto con altri fisioterapisti spagnoli e incluso con alcune Università che hanno mostrato interesse per la tecnica. Inoltre, la terapia è stata diffusa attraverso alcuni mezzi di comunicazione come la Televisione Spagnola. Tuttavia, "è necessario che mezzi come questo facciano arrivare questa terapia ai nostri colleghi e ai pazienti che soffrono delle condizioni come quelle commentate in modo che il nostro trattamento giunga loro e possano essere aiutati di conseguenza", aggiunge Fernández.

Se un paziente con disabilità desidera ricevere i benefici di questa tecnica, può chiedere a Fisioterapia Ronda, in modo che il fisioterapista valuti quali siano i movimenti a livello di neuro controllo che il paziente necessiti lavorare e sviluppare di più. In più, è raccomandabile che il paziente sia creativo al momento di sviluppare la terapia e conseguire i suoi obiettivi. "Senza dubbio, è fondamentale realizzare una buona valutazione delle capacità e abilità a livello neuromotorio, ma anche contare che il paziente abbia voglia di migliorare e andare avanti", chiarisce il fisioterapista di Lugo.

Secondo gli esperti, il Golf Terapeutico© si ripercuote a livello cognitivo, nella coordinazione, nella co-contrazione (stimolando aree del cervello) e nel sistema nervoso. "In effetti, sembra che contribuisca a controllare più gli effetti della spasticità, migliorando la flessibilità muscolare, realizzando un feedback molto importante nel controllo della mazza e nell'esecuzione dei movimenti. Per lo swing del golf, si richiedono movimenti di precisione e controllo neuromuscolare, e questo li motiva molto", dice Fernández.

Così, secondo i fisioterapisti del centro, "I pazienti si dimenticano per un momento del duro giorno dopo giorno, della pressione sociale e familiare, e realizzano un esercizio all'aria aperta durante il quale, quasi senza rendersi conto, stanno facendo un buon trattamento sotto la guida del fisioterapista. Ad esempio, i pazienti che hanno bisogno di una sedia a rotelle, in alcuni casi, a seconda del loro controllo, sono costretti alla stazione eretta e a realizzare il trasferimento dei carichi, di girarsi, di controllare il tronco, le braccia, a calcolare della distanza e altro".

DUE TESTIMONIANZE



María Teresa Rodríguez Serrano è un insegnante, ha 63 anni e cominciò a partecipare al Golf Terapeutico© nel novembre del 2008 poiché era stata colpita da diversi ictus, aveva riportato una frattura all'anca per una caduta. Ha scoperto la tecnica presso Fisioterapia Ronda e ritiene che sia un trattamento molto buono perché "Cambia il tuo stile di vita, ti fa veder utile e ti dà la forza per andare avanti. Sicuramente, racconta che questa è una esperienza all'aria aperta in un paesaggio inimmaginabile", commenta.

"Mi sono decisa a praticare il Golf Terapeutico© perché ho bisogno di una terapia viva e finalizzata a che il mio corpo inizi a reagire. Con questa tecnica spero di vedermi come una persona utile e arrivare a essere giorno dopo giorno più autonoma. Grazie a questa, ho scoperto che potevo alzarmi e camminare e, soprattutto, sentirmi più capace in tutto. In più, ho guadagnato forza e resistenza nelle gambe, e ho migliorato la deambulazione" si rallegra Rodríguez.

Da parte sua, Francisco López Rego, di 24 anni, è musicista e ha subito un politraumatismo come conseguenza di un incidente stradale nel marzo di questo anno e di un trauma cranico e in più di fratture multiple alla mano sinistra. Grazie al suo fisioterapista apprese dell'iniziativa in atto di Felix Fernández e iniziò ad andare al Golf Terapeutico© perché credeva che fosse un trattamento molto valido per il suo equilibrio e per migliorare la sua mano. "Infatti, mi aspetto che la tecnica di aiutarmi a realizzare il mio sogno di continuare a essere un musicista", dice López. Sia López che Rodríguez sperano di continuare a partecipare alle sessioni del Golf Terapeutico©. Entrambi i pazienti hanno voluto incoraggiare chi soffre di una condizione che potrebbe essere migliorata da questo progetto e li invitano a verificare di persona i benefici e l'utilità della tecnica.

Il Golf Terapeutico© è una tecnica pionieristica, che è appena nata e che è in via di sviluppo, ma promette di espandersi oltre i nostri confini in meno tempo di quello che probabilmente Félix Fernández si immagina. Mentre lui è molto orgoglioso di ciò che è stato raggiunto e di andare realizzando il suo obiettivo: dare il meglio di sé per aiutare i suoi pazienti a ottenere una migliore qualità della vita. Infatti, la sua motivazione principale è quella che questo mondo sia migliore, contribuendo a questo nel modo migliore che sa fare, esercitando la propria professione.

Se un paziente o un fisioterapista fosse interessato a ricevere informazioni sul Golf Terapeutico© può contattare il centro Fisioterapia Ronda al +34 982 242556, e-mail: info@fisioterapiaronda.com o visitando il sito web www.fisioterapiaronda.com