



Eppur si muove...



aumento della mortalità tra i pazienti incidenti in dialisi

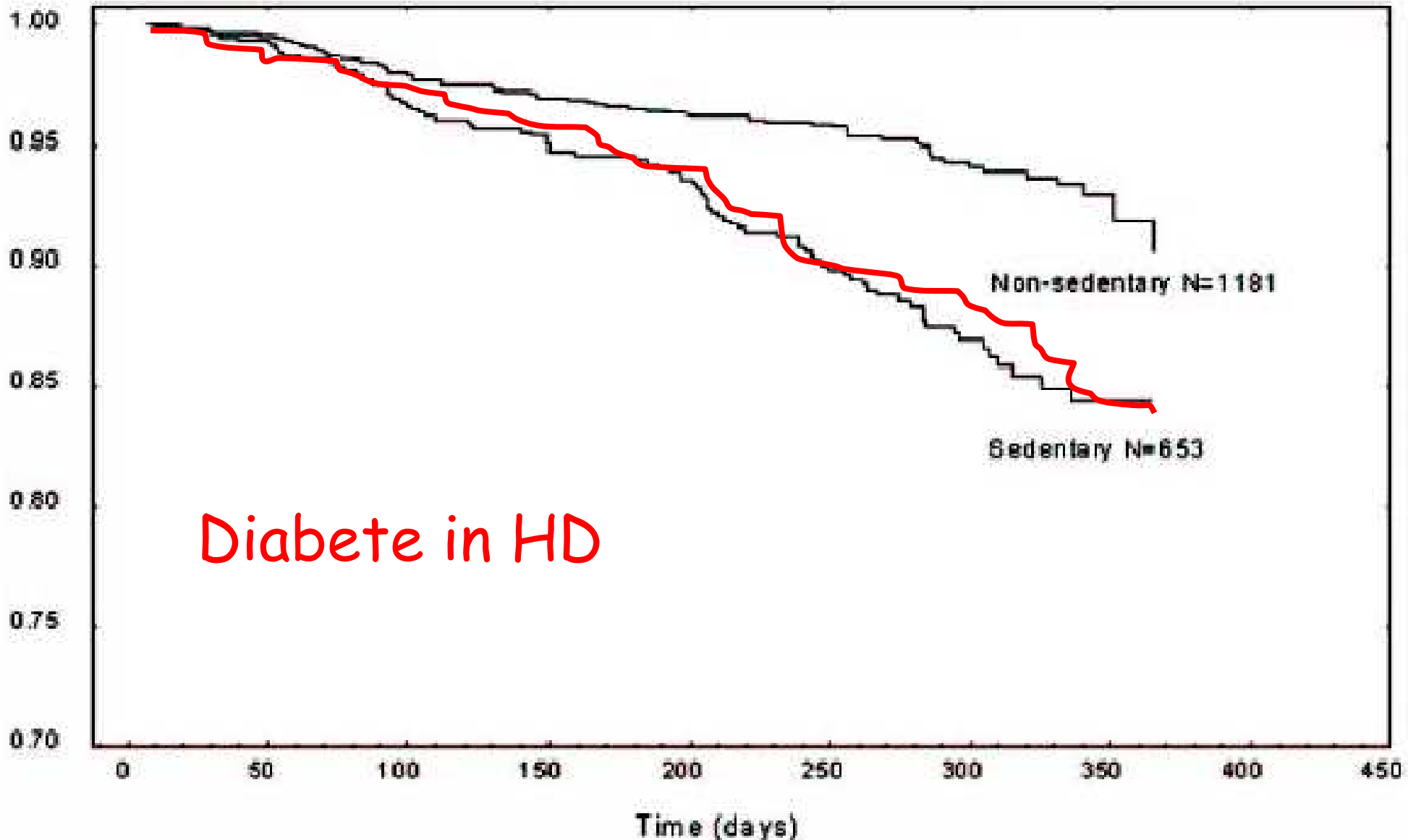
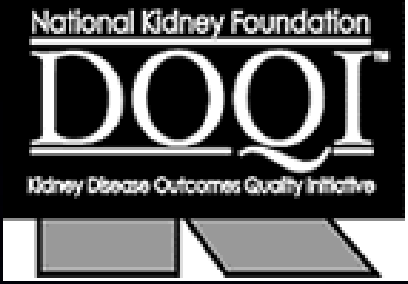


Figure 1. Survival among sedentary and nonsedentary incident dialysis patients.



Guidelines for Cardiovascular Disease in Dialysis Patients (2005)

Guideline 14.2

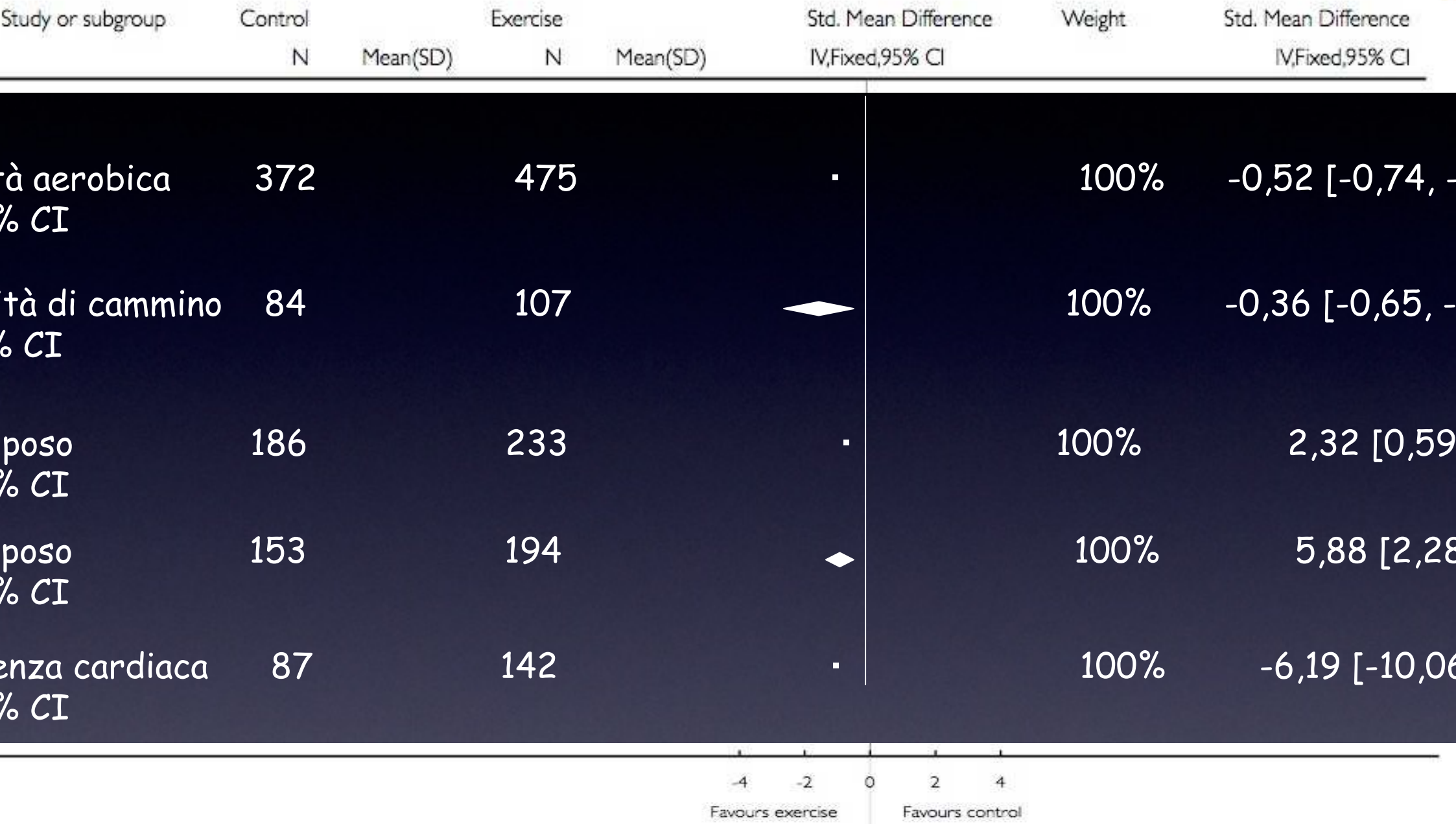
All dialysis patients should be counseled and regularly encouraged by nephrology and dialysis staff to increase their level of physical activity.

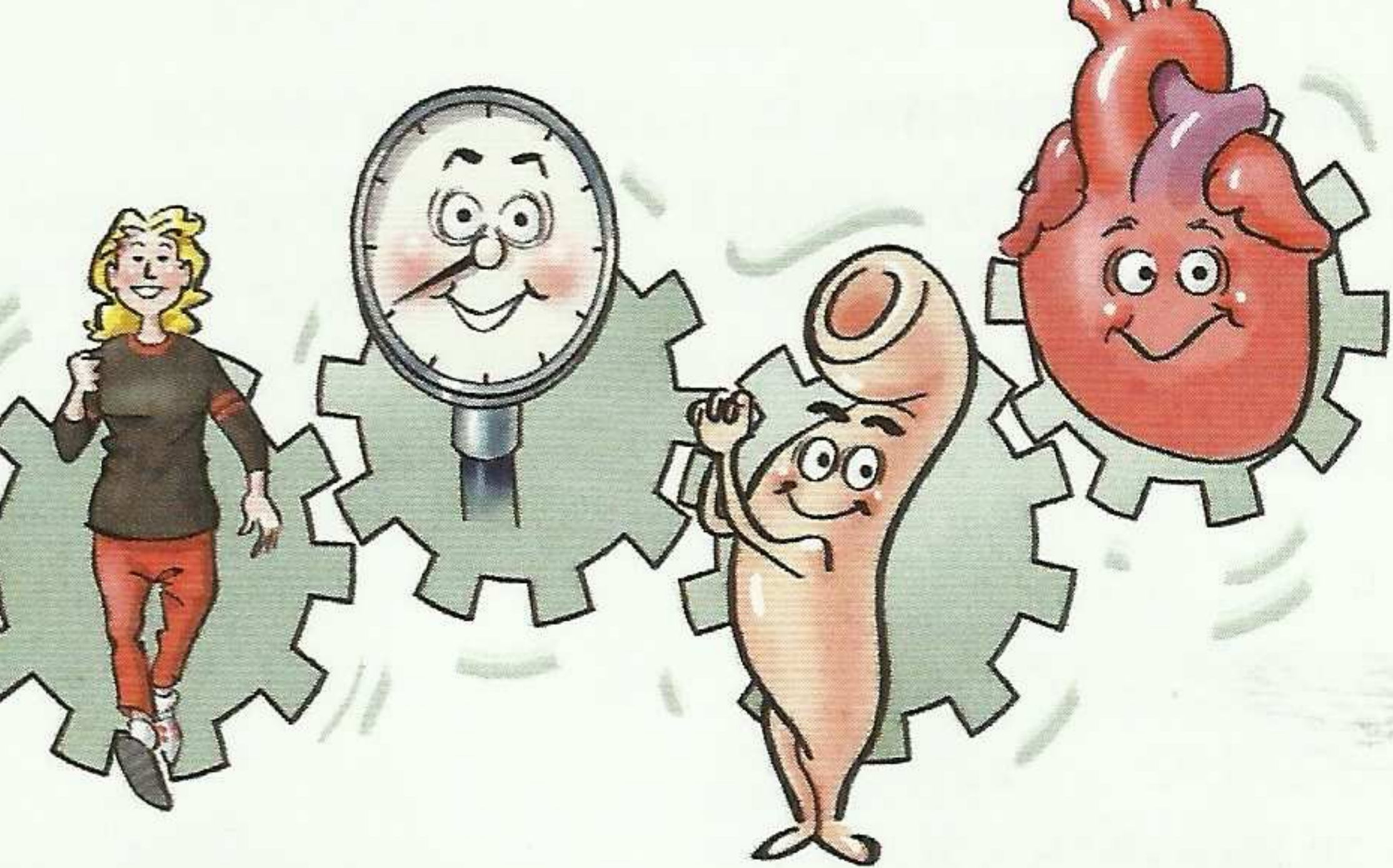
(Review)

Heiwe S, Jacobson SH



**THE COCHRANE
COLLABORATION®**





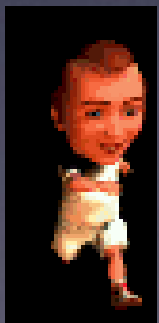
esiste un farmaco che ha maggiore

livelli di attività fisica spontanea



10 stable patients (32 m, 18 f, aged 59 ± 13 yrs) on thrice-weekly hemodialysis treatment (89 ± 78 months)

Active n= 19
 ≥ 1.4 METs
38%



Sedentary n= 31
 < 1.4 METs
62%



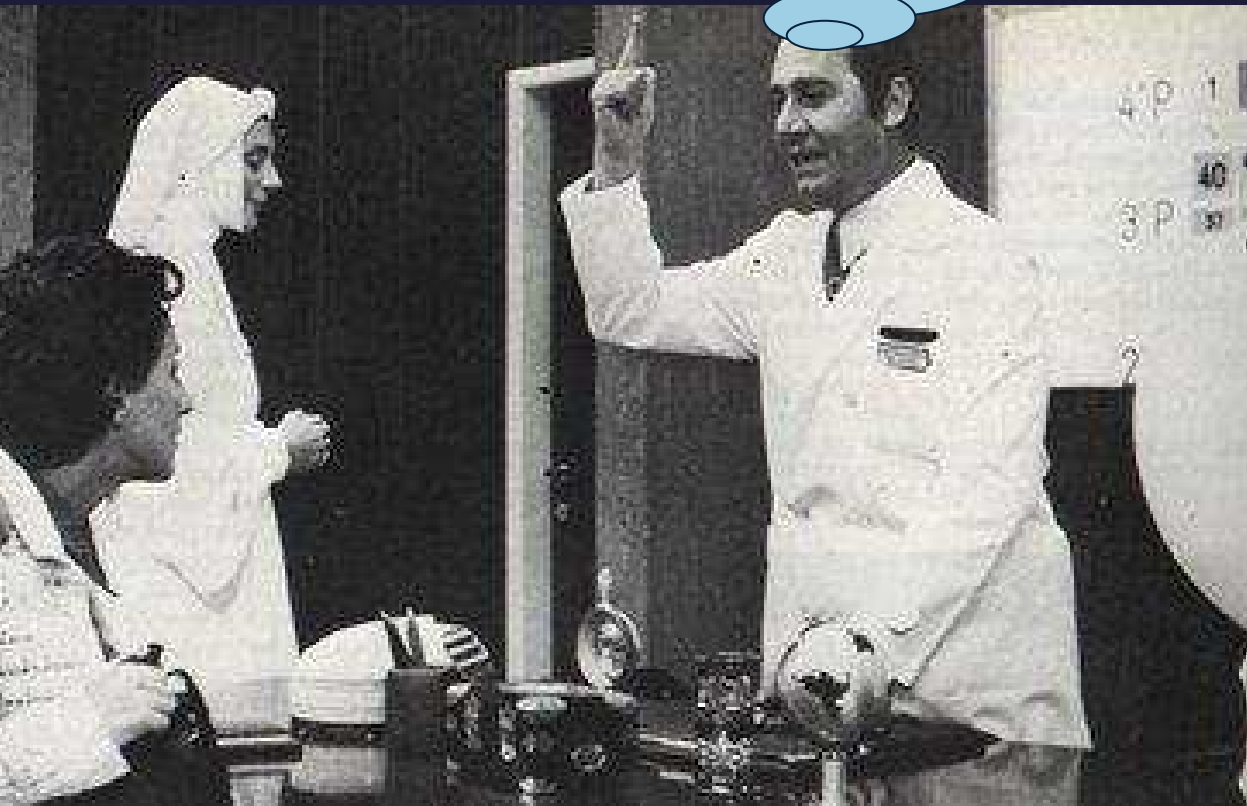
La creazione della cultura dell'attività fisica



L'uomo è fatto di masse muscolari ed è fatto per muoversi.

Il fatto strano è che pratichiamo

Questionnaire Cultural







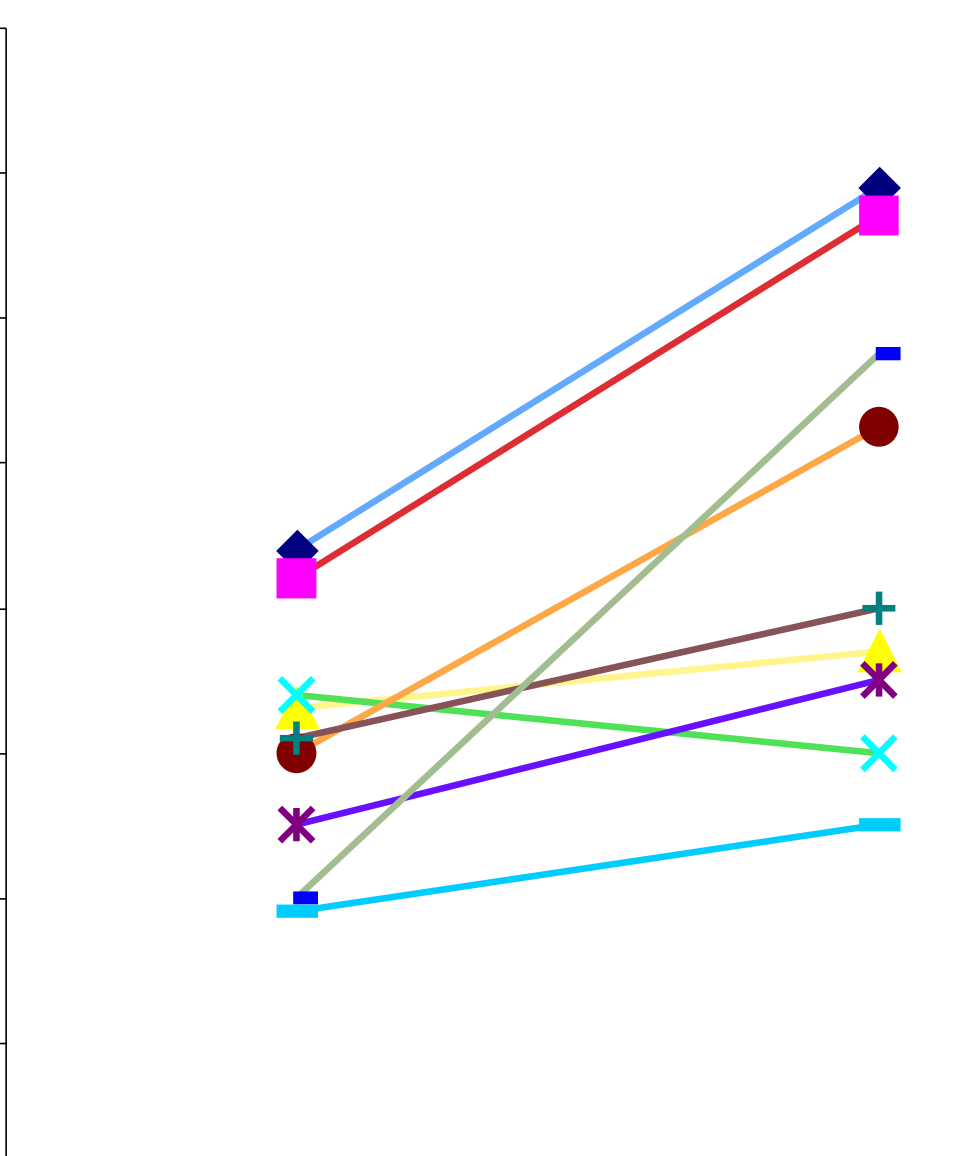
Effects of exercise training on exercise aerobic capacity and quality of life in haemodialysis patients.

Alessandro Capitanini¹, Adamasco Cupisti², Nicola Mochi³, Duccio Rossini⁴, Aldo Lupi¹, Giampaolo Michelotti¹, Arturo Rossi¹.



OSSIGENO (VO2) ALLA SOGLIA ANAEROBICA

VO2, ml/Kg/min



TENNIS (doppio)
PULIRE FINESTRE

GIARDINAGGIO
CAMMINARE

LAVORI DOMESTICI LEGGERI

VESTIRSI
IGIENE PERSONALE

Un programma di training deve
coinvolgere la maggioranza dei
pazienti



Implementation of exercise training programs in a hemodialysis unit: effects on physical performance.

Uckkaen M, Capitanini A, Lange S, Caciula A, Giuntoli F, Cupisti A.



La valutazione fisioterapica preliminare de physical functioning

non esiste un paziente che non possa incrementare la
propria physical functioning.

nessuno ha bisogno di un
programma adattato alle
proprie capacità



Sit to Stand Chair Test (30CTS) in 30 secondi

Six Minutes Walking Test (6MWT),

Treadmill Test (TMT) a velocità costante di 3 Km/h con il 10%
di pendenza

dialisi

Attività
tradialitica

Home exercise

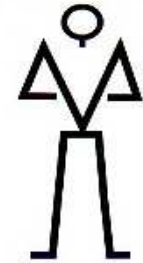
Attività
extradialitica
con

supervisione



POSIZIONE DI PARTENZA

Eretta con gambe leggermente divaricate e mani ai fianchi.



SEQUENZA DI ESERCIZIO

Solleverare i talloni andando sulle punte e ritorno.



Tenere l'equilibrio.

Pesini tenuti con le b



COMBINAZIONI

Con tutti i movimenti degli arti superiori. Con altri movimenti inferiori.



Sports Medicine Clinician

Excercise physiologist

Nephrologist

Physiotherapist

Renal dietician

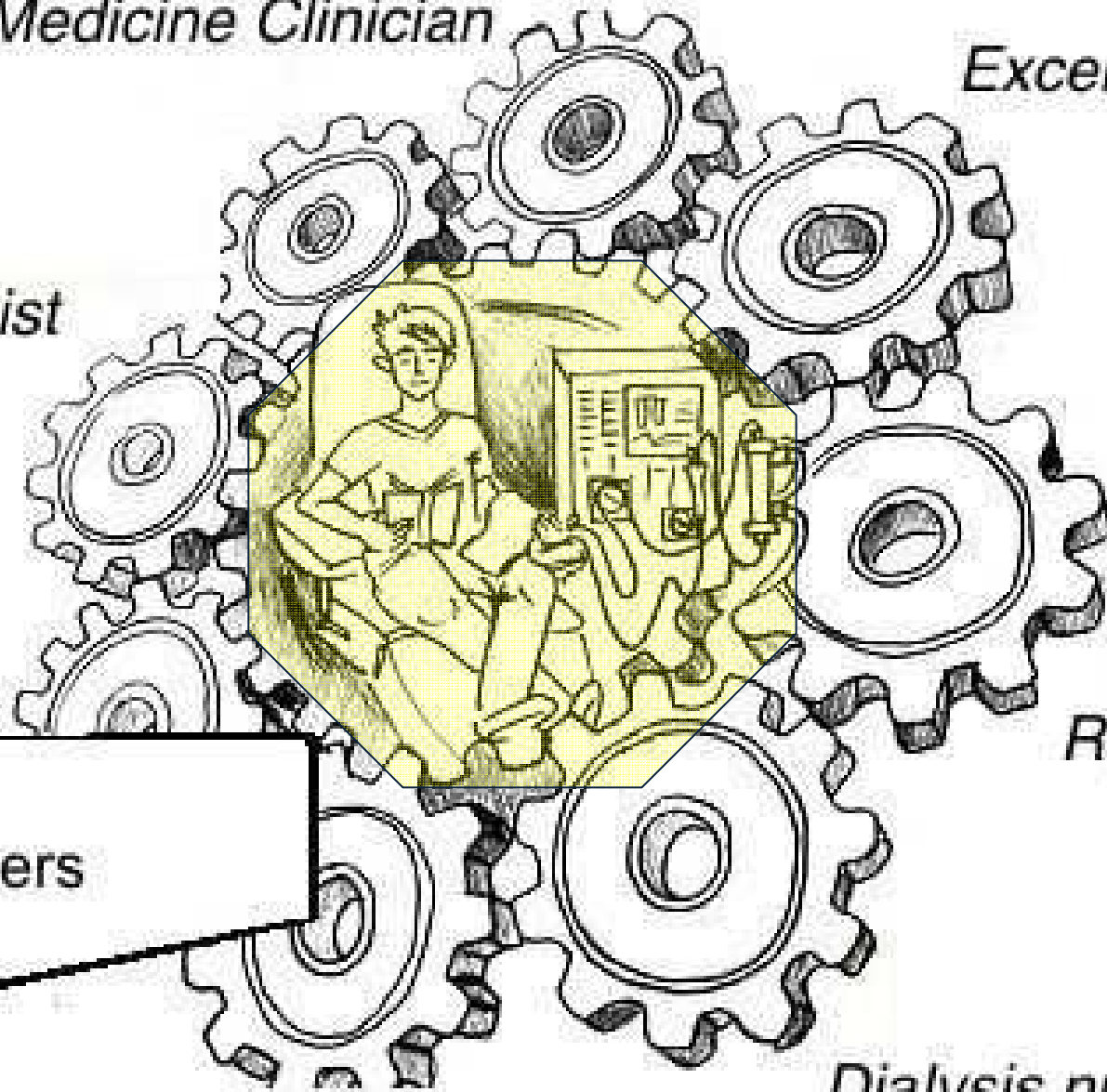
Cultural

Structural

Clinical

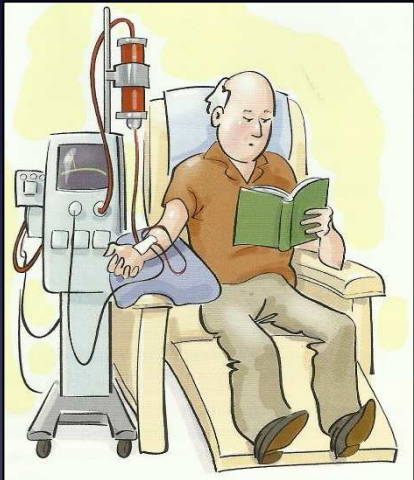
Barriers

Dialysis nurse



Barriers to Physical Activity in Chronic Hemodialysis Patients: A Single-Center Pilot Study in an Italian Dialysis Facility

Enrico Fiaccadori^a Alice Sabatino^a Franco Schito^b Francesca Angella^c
Martina Malagoli^c Marco Tucci^c Adamasco Cupisti^d Alessandro Capitanini^e
Giuseppe Regolisti^a



➡ Troppi problemi medici

➡ umore non idoneo



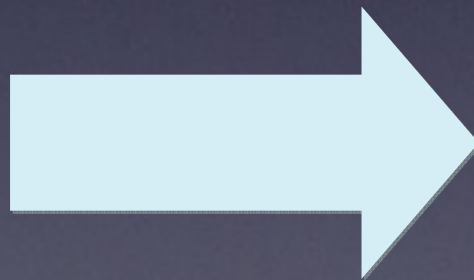
➡ Mancanza di tempo

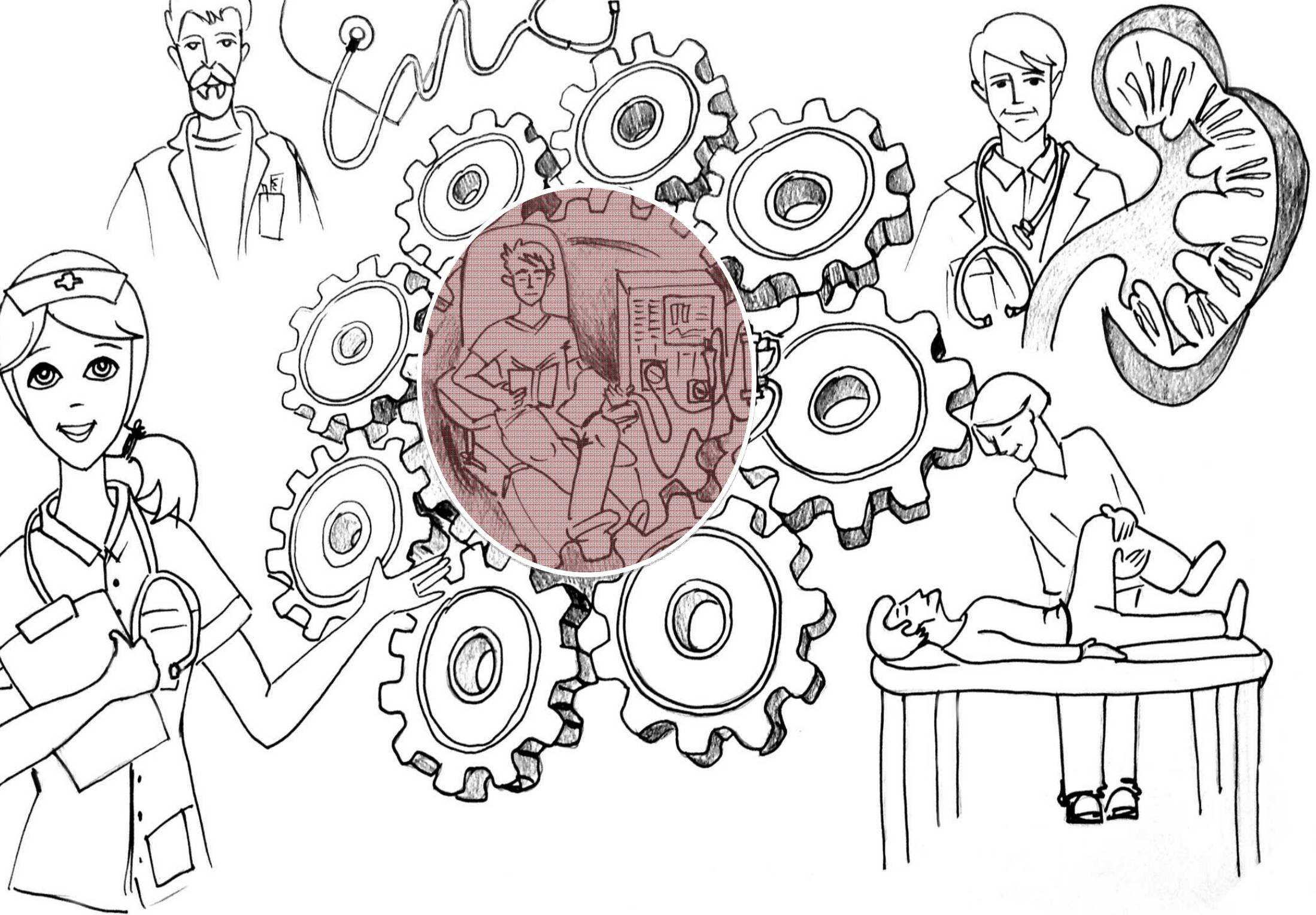
➡ Mancanza di conoscenze sul come

➡ presupporre lo scarso interesse

le conoscenze necessarie?

La necessità di creare un TEAM





Tre elementi chiave :

Coinvolgimento di fisioterapisti
e/o di laureati in scienze motorie



Volontà ed impegno dello
staff dialitico



c) Programmi individualizzati
per ogni paziente





Gruppo di volontari attività spesso fuori dall'orario di lavoro

- Può funzionare??
- Può essere un modello replicabile??

...e se in riabilitazione non viene in dialisi?

- Esistono percorsi strutturati per la riabilitazione cardiologica
- Esistono percorsi strutturati per la riabilitazione nelle insufficienze respiratorie
- Esistono percorsi per molte patologie croniche

in RIAbilitazione)

- Un PAC (Pacchetto Assistenziale Complesso) è un insieme di visite ambulatoriali e/o prestazioni, in questo caso visita fisiatrica, del fisioterapista, del cardiologo e successivo programma di circa 20 sedute di trattamento nella palestra ospedaliera
- Permette di avere un percorso strutturato, codificato con pari dignità rispetto ai comuni percorsi diagnostico terapeutici presenti per altre problematiche cliniche
- Il fisioterapista esegue la prestazione non per un piacere a qualcuno ma come vero e proprio lavoro codificato
- In tutti gli ospedali esiste una U.O. Riabilitazione

...abbiamo creato un percorso strutturato per i pazienti neuropatici

"Gli uomini ascoltano più con gli occhi che con le orecchie."

Seneca

