

# Lezione 45

**8 ESERCIZI DI CATEGORIA  
SUPERIORE**



**Recupero della Presa**



## INDICE

8.4 Esercizio: “ il tabellone” parte 1

Pag. 3

## 8.4 "IL TABELLONE"

 [Guarda Il Video](#)



### **Introduzione all'esercizio:**

L'esercizio del "tabellone" è probabilmente uno degli esercizi più importanti per il recupero della funzione di presa e manipolazione. È un esercizio che coinvolge contemporaneamente tutte le sotto-funzioni della presa e manipolazione e che coinvolge contemporaneamente tutti gli elementi del corpo impegnati in tale funzione.

**È un esercizio da scegliere sempre.**

### **Posizionamento e Presa:**

Il posizionamento per questo esercizio richiede il paziente seduto di fronte ad un tavolino ed il terapista seduto di fianco. Il piano inclinabile per il recupero della mano e della presa dove verranno posizionate le varie sagome da riconoscere verrà appoggiato sul tavolo. È possibile che il paziente soffra di un notevole ipertono che non permetta per i primi tempi al terapista di condurgli l'arto superiore a contatto con le sagome sul tabellone appoggiato sul tavolo, in questo caso il tabellone può essere poggiato su una sedia di fronte tra il terapista ed il paziente, in modo da abbassare il piano di lavoro e di permettere un più agevole movimento

del braccio del paziente limitando gli effetti della rigidità del braccio, che vi ricordo è suscettibile all'ampiezza del movimento.

La presa che il terapista eseguirà nei confronti dell'arto superiore del paziente non è molto diversa da quella adottata per gli esercizi dove avviene il controllo di tutto l'arto, la differenza sostanziale sta nel fatto che nel sostenere la mano, il terapista avrà cura di sostenere principalmente l'indice per permettere che il polpastrello possa scorrere sul bordo della sagoma da riconoscere, il pollice del paziente come nelle altre prese verrà sostenuto dal dito medio del terapista, le altre dita possono essere flesse: **gesto di indicare**.

Una volta sostenuta la mano del paziente, la mano sinistra del terapista che fino ad ora sosteneva il polso per permettere la presa, si sposterà sotto il gomito del paziente per permettere il controllo completo dell'intero arto superiore.

Il terapista farà raggiungere il tabellone alla mano del paziente, partendo dall'altezza della sua coscia e lentamente estenderà il suo arto superiore fino al momento in cui il polpastrello del paziente non entri in contatto con il bordo della sagoma che dovrà riconoscere.

Alla fine di ogni riconoscimento, è opportuno ritornare alla posizione di partenza, quindi con la mano sulla coscia, il terapista farà presente al paziente che l'esercizio non è finito fino al ritorno alla posizione di partenza.

## L'attrezzatura

Forse tra tutti gli esercizi questo necessita dell'attrezzatura più articolata, ma anche questo non è proibitivo da fare in casa.



## La Calibrazione

- 1° livello dimmi QUALE figura hai sentito? ( 2 variabili)
- 2° livello dimmi QUALE figura hai sentito? ( 5 variabili)
- 3° livello dimmi QUALE figura hai sentito e dove? ( 9 posizioni)
- 4° livello dimmi QUALE forma hai sentito? ( 2 variabili)
- 5° livello dimmi QUALE forma hai sentito? ( 4 variabili)
- 6° livello dimmi QUALE forma hai sentito e dove? ( 5 posizioni)
- 7° livello dimmi QUALE forma hai sentito e dove? ( 9 posizioni)



## 1° livello

**Domanda:** la domanda che il terapeuta farà al paziente sarà

**"Dimmi *QUALE* figura hai sentito?"**

**In breve:** questo primo livello il paziente dovrà riconoscere la sagoma di una figura geometrica scorrendo il polpastrello lungo i suoi bordi, all'interno di 2 variabili: cerchio e triangolo.

**Variabili:** cerchio e triangolo

**Esecuzione:**

- Il terapeuta preparerà al compito il paziente, che dovrà riconoscere ad occhi chiusi una figura geometrica, lasciando che il terapeuta gli conduca il polpastrello lungo tutto il bordo della figura.
- Il terapeuta posizionerà entrambe le figure sul tabellone in modo che il paziente possa vedere ed aspettarsi quello che dovrà sentire attraverso il suo arto superiore.
- Una volta che il paziente avrà chiuso gli occhi, il terapeuta potrà posizionare la figura che ha deciso di proporre al paziente nella casella più in basso e centrale, poi potrà sostenere la mano e l'intero arto attraverso la presa di cui vi ho parlato prima ed avvicinare lentamente il polpastrello del dito indice sul bordo della figura: sul vertice superiore se si tratta del triangolo o sull'apice della circonferenza.
- In seguito al contatto il terapeuta farà percorrere al paziente il perimetro della figura attraverso lo scorrimento del polpastrello sul bordo della figura stessa.
- Quando il terapeuta avrà terminato l'esecuzione del movimento adeguerà delicatamente la mano del paziente sulla sua coscia e rimetterà la figura appena percepita nella posizione in cui si trovava prima, facendo ovviamente attenzione a non fare rumori che svelino la figura attraverso la posizione.
- A questo punto il paziente potrà aprire gli occhi ed indicare la figura che ha percepito.

## 2° livello

**Domanda:** la domanda che il terapeuta farà al paziente sarà

**"Dimmi *QUALE* figura hai sentito? "**

**In breve:** In questo secondo livello aggiungeremo semplicemente le altre figure aggiuntive: il quadrato, il rettangolo ed il pentagono.

**Variabili:** cerchio, triangolo, quadrato, rettangolo e pentagono.

**Esecuzione:**

- La modalità rimane invariata rispetto alla prima modalità

**Se giusto:**



Se il paziente riconoscerà la figura, il terapeuta glielo farà presente complimentandosi.

**Se sbagliato**



L'errore viene gestito analogamente a quanto accadeva con gli altri esercizi; facendogli sentire l'errore, in modo da offrirgli la possibilità di confrontare le sensazioni.

## Prossima lezione

8.4 Esercizio: “ il tabellone” parte 2

Pag. 3