

# Lezione 9

**4 ESERCIZI DI CONFIDENZA**

**Arto Superiore 1<sup>a</sup> parte**



**+**

**LOGOPEDIA BASE**



## **INDICE**

4.1 Esercizio: “Riconoscimento Snodo”

Pag. 3

# 4.1 "RICONOSCIMENTO SNODO"

 Guarda Il Video



## Introduzione all'esercizio

Voglio farvi semplicemente ragionare su un aspetto: se vogliamo pensare di recuperare il movimento dell'arto superiore, certamente dovremo ottenere la capacità di percepirne almeno il movimento delle varie articolazioni, come facciamo altrimenti ad organizzare un movimento del gomito, della spalla o del polso, se nemmeno sentiamo se si muove o meno? Vi ricordate inoltre nelle prime lezioni quando vi parlavo del problema dell'aprassia? Questo esercizio è particolarmente indicato in questi casi perchè migliora l'attenzione nei confronti del corpo.

## Il Posizionamento sdraiato e la Presa

il paziente-familiare sarà sdraiato su un letto o un divano, il busto ed il capo può essere sollevato ed appoggiato allo schienale del letto. Inizialmente la mano destra è appoggiata sulla pancia con il gomito flesso.

Il terapeuta-familiare si siederà sul lato destro e molto delicatamente con la sua mano sinistra sosterrà il polso del paziente prendendolo con le due dita indice e pollice ai lati, in questo modo le dita saranno rivolte verso il basso, a questo punto il terapeuta con la mano destra

andrà a sostenere l'intera mano del paziente, avendo cura di sostenere dapprima i polpastrelli del paziente con il bordo della sua mano, quello del lato dell'indice per intenderci, poi ruotando molto delicatamente la sua mano, andrà a sostenere anche con le altre dita e il palmo della mano del paziente, per avere una presa completa sarà sufficiente aprire le dita a ventaglio, il dito medio del terapeuta offrirà sostegno al pollice del paziente. Una volta ottenuto un buon sostegno della mano, il terapeuta può sostenere con la sua mano sinistra, il gomito del paziente. In questo modo abbiamo la possibilità di muovere tutto il braccio.

## Il Posizionamento seduto e la Presa

Per il posizionamento seduto, mantenete la presa che vi ho appena raccontato, l'unica differenza è che il paziente sarà seduto ed il terapeuta si siederà sul suo lato destro.



## L'attrezzatura

Non sarà necessaria alcuna attrezzatura.

## La Calibrazione

- 1° livello QUALE snodo muovo fra spalla e polso ( arto superiore del terapeuta)
- 2° livello QUALE snodo muovo fra spalla, polso, gomito ( arto superiore del terapeuta)
- 3° livello QUALE snodo muovo fra spalla, polso, gomito ( arto superiore del paziente)
- 4° livello QUALE snodi ti muovo e in che ordine per 2 movimenti
- 5° livello esercizi di **CATEGORIA SUPERIORE**

## 1° Livello

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

**"Dimmi *QUALE* snodo muovo"**

**In breve:** In questo 1° livello di difficoltà iniziamo a chiedere al nostro caro di riconoscere quale snodo o articolazione venga mossa tra due possibilità molto distanti tra loro: spalla e il polso **del terapeuta**.

**Variabili:** movimento della spalla e movimento del polso.

**Esecuzione:**

- Come avete avuto modo di imparare fino adesso, i disturbi del movimento del paziente emiplegico non sono solo causate dai muscoli, ma dall'alterazione dei processi cognitivi che ne permettono l'organizzazione. L'attenzione è una funzione cerebrale fondamentale per il movimento. Spesso la difficoltà di riconoscere dove avvenga il movimento non nasce solo da difficoltà di percezione, ma nei casi più complessi potrebbe essere generata da difficoltà attentive. Per questo motivo è opportuno iniziare con un livello di calibrazione semplice dove **il riconoscimento dello snodo in movimento avverrà sul terapeuta prima di coinvolgere l'arto superiore del paziente**.
- Il terapeuta preparerà il paziente al fatto che da un momento all'altro inizierà a muovere una articolazione a scelta tra spalla e polso e che dovrà capire di che snodo si tratta, il paziente si troverà ad occhi aperti.
- Dopo aver preparato il proprio caro al compito richiesto, il terapeuta inizierà a muovere uno snodo a scelta tra i due possibili, fino a che il paziente familiare non dia una risposta.
- A questo punto il paziente dovrà cercare di comprendere quale articolazione il suo terapeuta-familiare stia muovendo, nominandola semplicemente o come nei frequenti casi in cui ci sia difficoltà a denominare le parti del corpo, indicandola con la mano sinistra.

**Se giusto:**



Ogni volta che il paziente-familiare risponde correttamente, è molto importante farglielo presente con un "bravo" o con una altra espressione simile che glielo faccia capire

**Se sbagliato**



In caso di errore il terapeuta posizionerà la mano del paziente sullo snodo corretto.

## 2° Livello

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

***"Dimmi QUALE snodo nuovo"***

**In breve:** In questo 2° livello di difficoltà aggiungeremo anche il gomito tra gli snodi possibili

**Variabili:** movimento della spalla, gomito e polso **del terapeuta**

**Esecuzione:**

- La modalità di esecuzione rimane invariata rispetto al precedente livello a differenza di una variabile in più: il gomito.

### 3° livello

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

***"Dimmi QUALE snodo ti muovo?"***

**In breve:** In questo 3° livello iniziamo a coinvolgere gli snodi del paziente.

**Variabili:** articolazione della spalla, gomito e polso.

**Esecuzione:**

- Ora è il momento di proporre al nostro caro il riconoscimento del movimento delle proprie articolazioni, per alcuni pazienti queste prime modalità potranno sembrare davvero semplici, ma questo che vi sto raccontando corrisponde alle difficoltà di molti pazienti che hanno subito una lesione dell'emisfero sinistro. Se l'esercizio risulta troppo semplice, ben venga, passate agli esercizi di categoria superiore corrispondenti.
- Il terapeuta preparerà il paziente che da un momento all'altro muoverà una delle sue articolazioni del braccio e che dovrà riconoscerle. Inizialmente il paziente può avere gli occhi aperti per facilitare la comprensione del compito, solo in seguito potremo chiedergli di chiuderli.
- Il terapeuta proporrà il movimento di una delle articolazioni in gioco attraverso i seguenti movimenti: "su e giù" per il polso, "su e giù" per il gomito e "aperta e chiusa" per la spalla. Il terapeuta proporrà un paio di movimenti dell'articolazione per ogni proposta.
- Il paziente in seguito al movimento dovrà riconoscere la sede del movimento nominando la parte o indicandola con la sua mano sinistra, il terapeuta nel caso ci siano difficoltà di comprensione da parte del paziente, potrà facilitare il compito togliendo momentaneamente la benda.
- Accade spesso che il paziente risponda in modo confuso anche attraverso l'indicazione, ponendo la sua mano in una zona del movimento intermedia ad esempio l'avambraccio, in questo caso il terapeuta condurrà la mano del paziente sul punto di snodo corretto.

## 4° livello

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

### **"Dimmi QUALI SNODI ti muovo?"**

**In breve:** In questo 4° livello oltre a coinvolgere le tre articolazioni, eseguiremo due movimenti consecutivi, prima di una articolazione e poi di un'altra, la domanda sarà : "*in che sequenza è avvenuta la coppia di movimenti?*".

**Variabili:** spalla, gomito, polso e la sequenza dei due movimenti

#### **Esecuzione:**

- Il terapeuta preparerà il paziente al fatto che da un momento all'altro inizierà a muovere prima una articolazione e poi una altra, e che dovrà riconoscere gli snodi che sono stati mossi e la sequenza con i quali sono stati mossi, ricordatevi che il paziente sarà ad **OCCHI CHIUSI**.
- Dopo aver preparato il proprio caro al compito richiesto, il terapeuta inizierà a muovere una articolazione a scelta e poi consecutivamente un'altra. Questa volta il movimento non sarà ripetuto più volte come nella richiesta del riconoscimento singolo, ma sarà eseguito una volta sola, ad esempio se abbiamo intenzione di proporre il riconoscimento del gomito e poi della spalla in sequenza allora potremmo chiudere prima il gomito e poi sollevare la spalla.
- Se ci sono difficoltà nel far comprendere il nuovo compito è opportuno tornare alla modalità dove il movimento è a carico del terapeuta ed il paziente deve indicare le articolazioni mosse sul braccio del terapeuta.
- A questo punto il paziente dovrà comprendere la sequenza esatta del movimento, in questo caso : "*per primo il gomito e poi la spalla*".

Ricordatevi la Legge: **mai esagerare l'ampiezza del movimento**

Infatti eseguendo questo esercizio potreste trovarvi di fronte ad alcune difficoltà quali la rigidità dell'estensione del gomito e del polso, in questo caso ricordatevi che **andare contro resistenza non è saggio**, in primo luogo perché non otterrete alcun rilasciamento del tono che desiderate e secondo perché addirittura potreste ricevere una reazione contraria di irrigidimento, quindi ricordatevi di rispettare questo fenomeno, sarà la bontà dell'esercizio e l'attenzione utilizzata dal nostro caro a determinare l'adattamento del tono.





## 5° livello

Giunti a questo punto è il caso di passare agli esercizi corrispondenti di **CATEGORIA SUPERIORE**

- Cerchi
- Piano inclinabile per il recupero della presa

Che troverete nelle lezioni **45 46 47 e 48**, assicuratevi anche di aver letto le istruzioni contenute nella lezione **22** che vi aiuteranno a comprendere come far ruotare e bilanciare gli esercizi di confidenza e di categoria superiore.

<b>Prossima lezione</b>	
4.2 Trucchi: limitare gli stereotipi linguistici	Pag. 3
4.3 Trucchi: il vantaggio dell'imitazione	Pag. 5
4.4 Esercizio: "linguaggio scheda 3 comprensione"	Pag. 6
4.5 Cenni: la riabilitazione, i punti di vista ed il "mare" di metodi	Pag. 7