

# LEZIONE 22

## ESERCIZI DI CONFIDENZA Arto Superiore II<sup>a</sup> parte



### INDICE

5.5 Mina: il paziente ci mette poca volontà Pag. 2

5.6 Cenni: perchè i muscoli sono duri? Pag. 3

## 5.5 MINA DA DISINNESCARRE

 [Guarda Il Video](#)



### Il paziente ci mette poca volontà

È naturale che il terapeuta-familiare avrà la tendenza a pensare che il paziente-familiare non abbia una buona volontà e che di proposito non si impegni e non presti la dovuta attenzione e partecipazione.

**Vi metto in guardia da questo tipo di ragionamento**, il paziente in questo caso ha avuto un danno reale al cervello e come tale ha compromesso molte delle sue capacità di prestare attenzione, di concentrarsi di risolvere i problemi, e dopo un colpo come questo che lo ha limitato nella sua autonomia non dobbiamo pensare che non abbia volontà di rimettersi, **il problema è che le difficoltà sono reali** e saremo noi a guidarlo verso il recupero, pensare che il paziente intenzionalmente non si applichi per recuperare la sua autonomia non fa altro che produrre una doppia frustrazione, il paziente è frustrato perché vede gli sforzi che i suoi familiari fanno per lui e si accorge delle sue difficoltà, in più percepisce alcuni rimproveri che lo fanno star male ed anche il terapeuta è frustrato perché ogni rimprovero al suo caro è una ferita.

**Quando tratto i miei pazienti non penso mai che manchino di collaborazione**, ma sono portato a pensare che se il paziente non è attento, concentrato o collaborativo è solo perché il mio modo di proporre gli esercizi non è adeguato al suo stato attuale e devo adattarli meglio. Questo è uno dei problemi che dobbiamo disinnescare perché può mettere a rischio la produttività del progetto che stiamo costruendo. Quindi tu terapeuta quando stai di fronte al tuo caro, **vestirai i panni del fisioterapeuta senza farti influenzare dai rapporti familiari.**

## 5.6 CENNI DI TEORIA

Perché i muscoli sono duri?

 [Guarda Il Video](#)



Dobbiamo ora affrontare **un tema di fondamentale importanza**, ovvero **la rigidità dei muscoli**.

La rigidità dei muscoli dopo un ictus è il fenomeno visibile più importante, almeno quanto la paralisi ovvero l'impossibilità di muovere alcune parti del corpo.

Come sapete **l'ictus ha danneggiato il cervello** e molte problematiche relative a questo danno sono invisibili e quindi è difficile dirigere le cure verso qualcosa che non si vede.

A differenza della rigidità dei muscoli che invece è ben visibile e sembra essere il danno principale derivato dall'ictus.

Per questo quasi tutte le attività riabilitative vengono indirizzate verso questo aspetto.

In realtà le cose non stanno proprio in questo modo, infatti immediatamente dopo un ictus, se vi ricordate, molto probabilmente questo fenomeno non era presente, è un fenomeno che si è prodotto nel tempo, il nome che spesso si affida alla rigidità dei muscoli dopo un ictus è "**ipertono**" o "**spasticità**".

È chiaro che l'ipertono sia un problema che **limita le possibilità di movimento**, infatti se pensiamo ad una mano chiusa a pugno perché rigida non credo che sia possibile pensare che questa mano possa muoversi in modo efficace, quindi è chiaro che per poter pensare di sperare di muovere la mano, dobbiamo necessariamente controllare



questo fenomeno.

Purtroppo credo che questo fenomeno non debba neanche comparire, è in questa direzione che dobbiamo indirizzare il nostro lavoro di riabilitazione con il nostro caro, credo infatti che la **spasticità** sia l'effetto patologico derivato dall'ictus insieme ad un **lavoro scorretto e sollecitazioni inadeguate**.

Come vi ripeto infatti immediatamente dopo l'ictus non c'è spasticità ma c'è quella che spesso viene definita flaccidità.

La spasticità è uno fenomeno che si manifesta in seguito a sollecitazioni esagerate che il malato subisce dopo il suo ictus.

Ora è fondamentale che vi spieghi **perché i muscoli si irrigidiscono così tanto dopo un ictus**, così che sappiate come comportarvi in questo periodo in cui state organizzando le idee sul da farsi.

Quando avviene un ictus, ovvero un danno ed un trauma davvero grave per il nostro organismo, viene messo in atto un meccanismo di difesa e di salvaguardia, ovvero **mette a riposo la maggior parte delle aree del cervello** che stanno vicino a quelle che sono state danneggiate e quelle aree che invece anche se non proprio vicine, partecipano con esse alle funzioni cerebrali ; questo meccanismo che mette a riparo gran parte dell'emisfero cerebrale del lato dove è avvenuta la lesione, **ha il compito di salvaguardare quelle aree, dal sovraccarico di lavoro e di informazioni** che al momento non sono in grado di gestire e che potrebbero danneggiare ulteriormente il processo di recupero e ricostruzione che il nostro organismo ha immediatamente messo in atto.

Per questo nei primi giorni dopo l'ictus il danno appare davvero devastante perché non permette alcun movimento del lato sinistro del corpo.

Ma **dopo questo periodo di riposo forzato ne segue un altro dove il cervello è pronto a risvegliare alcune aree** che ha messo forzatamente a riposo, è per questo che dopo le prime settimane è possibile intravedere piccoli movimenti e soprattutto l'inizio dei riflessi,

Per intenderci i **riflessi** sono i movimenti più semplici ed elementari, infatti il cervello inizia a risvegliare i movimenti partendo da quelli più semplici fino ad arrivare a quelli più elaborati se anche dall'esterno ci sarà un aiuto adeguato.

**Purtroppo** però accade che quando iniziamo a vedere questi piccoli risvegli di movimento, **cerchiamo subito di svilupparli e poi di rinforzarli** perché noi crediamo che da quei movimenti poi nasceranno movimenti sempre via via più evoluti, in realtà non è così, questo atteggiamento non fa altro che rinforzare quel livello elementare di movimento, **senza permettere all'organismo di "risvegliare" i movimenti più evoluti**.

Infatti il cervello **in questo caso per risvegliare i movimenti più complessi, avrebbe bisogno di un lavoro più preciso e che lo aiuti ad attivare** quelle funzioni che sono presenti nelle aree colpite ed addormentate e che sono come più volte vi ho raccontato, processi come **attenzione, memoria, apprendimento, percezione...**

Se negli esercizi proposti ci sarà una attenzione a considerare questi processi, allora sarà possibile pensare che il nostro organismo possa lasciarci accedere ai movimenti più

complessi e significativi per il recupero, ma se dirigiamo la nostra attenzione sulla richiesta di movimenti e sviluppando i riflessi che compaiono nei primi giorni, non otterremo altro che il rinforzo di tali riflessi che si manifestano con la rigidità dei muscoli.



Credo inoltre che **effettuare un lavoro di riabilitazione che nei primi mesi faccia sviluppare l'ipertono** e che poi preveda dei trattamenti come la tossina botulinica per rilasciare la muscolatura e che preveda inoltre delle ortesi come la molla per la caviglia per pretendere di stirare i muscoli che si sono accorciati **sia un vero controsenso e che oltre tutto limiti davvero le capacità di ottenere un recupero di qualità.**

Quindi uno dei motivi per i quali dopo un ictus compare la rigidità dei muscoli, è perché il nostro organismo dopo la paralisi, permette per prima la comparsa di alcuni movimenti semplici e di riflessi e il lavoro di riabilitazione rivolto a rinforzare questi movimenti fa sì che nel tempo questi si instaurino e non diano la possibilità di far uscire fuori movimenti più evoluti.

Un altro motivo è dato dal fatto che il movimento così come lo vediamo, è il risultato di molti fattori che agiscono a diversi livelli di complessità, vi faccio un esempio pratico: immaginate al movimento come ad una nave che per mantenere la sua rotta ha bisogno del lavoro integrato degli ufficiali e dei marinai.

E che per una causa qualsiasi, ad esempio una onda anomala, tutti gli ufficiali vengano buttati a mare e che a dirigere la nave siano rimasti solo i marinai, loro cercheranno di fare del loro meglio per mandare avanti la nave, ma il risultato non sarà chiaramente come in presenza degli ufficiali quindi la rotta non sarà del tutto adeguata.



Anche nel caso del nostro movimento dopo un ictus non abbiamo a disposizione la capacità di coinvolgere i livelli superiori di movimento, ed i muscoli che per conto loro hanno il ruolo di contrarsi, contribuiranno al movimento attraverso le loro capacità che sono proprio queste: quelle di contrarsi. Per quello se stimoliamo in modo esagerato il movimento in questi casi, non possiamo avere altro che come effetto il contrarsi progressivo dei muscoli.

**Per questo gli esercizi che vi sto raccontando hanno come scopo il recupero dei livelli superiori di organizzazione del movimento, per intenderci gli ufficiali della nave.**

## Nella prossima lezione

### INDICE

5.7 Esercizio: "riconoscimento di  
posizioni per il polso"      Pag. 2