

L'A.F.A. (Attività Fisica Adattata) nel territorio di Firenze

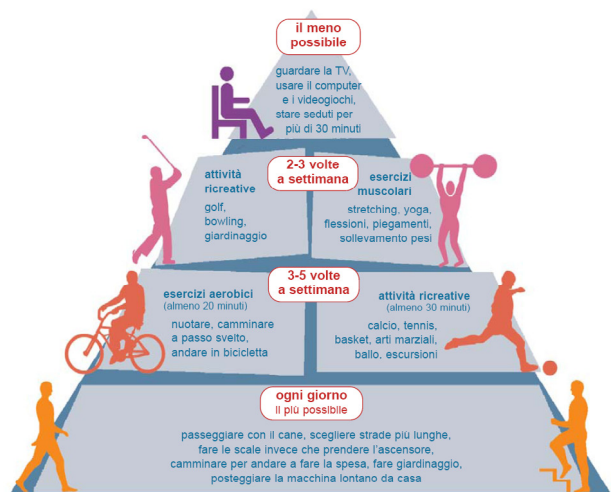
UNA ATTIVITÀ ORGANIZZATA DALLA SdS PER FAR SVOLGERE UN'ATTIVITÀ FISICA, SIGNIFICATIVA PER LA SALUTE, SOCIALIZZANDO, ANCHE ALLE PERSONE POCO MOBILI IN CONDIZIONI DI SALUTE FRAGILI

Il movimento fa salute. È uno slogan lanciato della Regione Toscana ed è una delle indicazioni della campagna dell' Organizzazione Mondiale della Sanità sui corretti stili di vita della popolazione

Il Consiglio Sanitario Regionale della Toscana nel 2004, ha emanato Linee Guida Regionali "Per la Promozione della salute attraverso l'attività motoria".

Queste attività motorie interessano tutta la popolazione in condizioni di salute stabile per assenza di malattia acuta, comprese le persone con riduzione delle capacità funzionali da malattie disabilitanti con esiti stabilizzati.

La promozione di comportamenti e stili di vita per la salute viene motivata dalla consapevolezza che numerose condizioni di morbosità, disabilità e mortalità possono essere prevenute adottando stili di vita positivi, socialmente condivisi. In questo ambito è identificato come obiettivo specifico soprattutto per la popolazione anziana l'aumento della attività fisica regolare



I sistemi sanitari devono farsi carico di aiutare la popolazione a modificare il proprio stile di vita sostenendo una cultura che recuperi il movimento come parte essenziale nella vita di tutti i giorni; in particolare verso: il soggetto sano sedentario come stimolo a comportamenti di prevenzione e malattie e il soggetto a ridotta capacità motoria indotta per età o per patologia cronica clinicamente stabilizzata.

Le Attività motorie per la popolazione anziana a Firenze

Nel territorio di Firenze da molti anni si è consolidata con successo l'esperienza della ginnastica per anziani che vede coinvolti il Comune ed i consigli di Quartiere, le associazioni di promozione sportiva operanti nel territorio comunale, le associazioni di anziani costituite e le migliaia di anziani che frequentano le attività di ginnastica stesse.

Le Attività Motorie Adattate per persone fragili o con disabilità

Sono presenti nel territorio del Comune anche numerose persone con condizioni di disabilità che ne riducono la mobilità stimata intorno al 2,3% della popolazione, ed è in incremento il numero di persone con malattie croniche, che non sono disabili ma, che presentano condizioni di fragilità che ne limitano la loro capacità a svolgere tutte le attività della vita quotidiana con particolare riferimento alla socializzazione e il movimento fuori della propria abitazione. Questa fascia di persone poco mobili e in condizioni di salute fragile, può beneficiare di programmi specifici di attività fisica come indicato dalle Linee guida regionali toscane. La Giunta regionale ha deliberato nel 2005 l'introduzione a sistema delle Attività Motorie Adattate organizzate in collaborazione fra le Aziende Sanitarie, le Società della Salute e gli Enti di Promozione Sportiva riconosciuti CONI.

La Regione Toscana nel deliberato indica questa Attività Motoria Adattata come: Attività non sanitaria

- rivolta alla popolazione in condizioni di salute stabili per assenza di malattia acuta o con riduzione delle capacità funzionali da condizioni cliniche pregresse con esiti funzionali stabilizzati

- svolta negli abituali contesti della comunità sociale sotto forma di attività di gruppo (14-20 persone) in luoghi deputati ad attività di socializzazione, fitness o in palestre

Gli Istruttori A.F.A. come indicato dalle Linee guida regionali sono Professionisti formati con:

- Laurea in Scienze Motorie o titolo equipollente
- Laurea in Fisioterapia o titolo equipollente

Dal 2006 le strutture dell'SdS di Firenze e della riabilitazione dell'ASL di Firenze, hanno pianificato interventi che hanno coinvolto i medici curanti, gli enti di promozione sportiva, le associazioni sportive, l'Azienda per i Servizi alla Persona di Montedomini per dare attuazione alle indicazioni della delibera di Giunta regionale 1081/2005 ed attivare nel territorio comunale corsi di Attività Motoria Adattata.

La SdS Firenze ha provveduto ad inserire l'Attività Fisica Adattata nel Piano Integrato di Salute 2008-2010.

Sono stati messi a punto dai Professionisti Sanitari dell'ASL e successivamente condivisi con gli erogatori due programmi specifici per persone in condizione di salute fragile specificatamente:

- Attività motoria per soggetti anziani affetti da sindrome algica da ipomobilità e da osteoporosi
- Attività motoria per soggetti adulti con rachialgia cronicizzante.

I corsi attivati sono 34 e distribuiti in 19 sedi territoriali che coprono tutti e cinque i Quartieri di Firenze con una media di 3 sedi per Quartiere.

I soggetti erogatori che hanno definito accordi di convenzione con la Società della Salute di Firenze per l'Attività Motoria Adattata sono:

- UISP
- ENDAS
- ANCESCAO
- Diaconia Valdese RSA Gignoro
- A.S. Gulliver
- A.S. Good
- A.S. B Side
- A.S. Cocchi
- Avvenire 2000

Dati del report ASL 10 dell'A.F.A. (relativo al 1° Semestre 2009) inviato alla Regione

Dati AFA al 30.6.2009	To.t ASF/4SdS	Tot. SdS Fi
N.erogatori	22	9
N.punti erogazione	45	19
N.Corsi	89	34
N.Comuni della Zona	33	1
N.Partecipanti	1420	565

In Tutta la Toscana sono circa 11.500 le Persone che nel primo semestre del 2009 hanno partecipato a Programmi AFA.

Le AFA Speciali e la nuova regolamentazione

Nella primavera del 2009 la Regione Toscana, recependo i buoni risultati raggiunti nella sperimentazione introdotta nel 2005 con l'AMA, ha deliberato DGR 459/2009 l'atto di indirizzo alle ASL e SdS per l'organizzazione su tutto il territorio Regionale dell' "Attività Fisica Adattata".

Nell'atto deliberativo Regionale che è in fase di recepimento nella ASL 10 di Firenze e nella SdS di Firenze, viene introdotta la differenziazione fra AFA per persone a bassa disabilità e AFA per Persone ad alta Disabilità individuando due tipologie di programmi:

- Programmi AFA per persone con "bassa disabilità" disegnati per "le sindromi croniche che non limitano le capacità motorie di base o della cura del sé"
- Programmi AFA per persone "alta disabilità" disegnati per "le sindromi croniche stabilizzate con limitazione della capacità motoria e disabilità stabilizzata"

Nel 2010 con l'attuazione della DGR 459/09 accanto alle attuali 2 tipologie di AFA saranno affiancate altre tipologie caratterizzate dai Programmi AFA per persone ad "alta disabilità". In questo momento nel confronto con le Associazioni rappresentanti i soggetti con Disabilità croniche è maturata la decisione di promuovere anche specifici programmi AFA.



Programmi AFA progressivamente a regime nel corso del 2010

- Programmi AFA per persone con "bassa disabilità"
 - per soggetti anziani affetti da sindrome algica da ipomobilità e da osteoporosi
 - per soggetti adulti con rachialgia cronicizzante
- Programmi AFA per persone con "alta disabilità"
 - per soggetti con malattie reumatiche in fase silente
 - per soggetti con esiti stabilizzati di ICTUS
 - per soggetti con malattia di Parkinson Stadiazione (Hoen & Yahr) 1-3

Tutti i programmi AFA promossi nell'ambito del territorio dell'ASL 10 ed adottati della quattro SdS che incidono in questo territorio, verranno pubblicati insieme al regolamento Aziendale sul sito internet dell' ASL 10 e su quello della SdS di Firenze.

IL TUO MEDICO TI HA CONSIGLIATO DI PARTECIPARE ALL'A.F.A.?

L'accesso ai programmi AFA avviene su specifica indicazione del Proprio Medico Curante o del Medico Specialista che ha in cura il soggetto per il problema di salute cronico o disabilitante specifico o su proposta dei Servizi di Riabilitazione alla conclusione del Progetto Riabilitativo.

Il Cittadino può contattare la rete d'offerta AFA presente nel Territorio Comunale attraverso il Call Center di Montedomini utilizzando il Numero Verde:

Numero Verde 800-801-616

Il Coordinamento Operativo svolto da Fisioterapisti dell'U.O. di Riabilitazione Funzionale dell'ASL 10, invita il cittadino per una verifica del livello funzionale della capacità motoria per inserirlo nel programma a lui adeguato, nella sede di attività disponibile e logisticamente più vicina.

Il personale del Coordinamento Operativo effettua visite periodiche nelle sedi di attività AFA per monitorare il rispetto dei programmi concordati con gli erogatori ed eventuali criticità riscontrabili o segnalate.

Le strutture erogatrici si impegnano attraverso un accordo sottoscritto a:

- garantire l'offerta secondo i protocolli-programmi di esercizio concordati con gli operatori sanitari delle ASL e delle SdS.
- garantire la sicurezza dei programmi di esercizio, la pulizia e l'igiene delle palestre, piscine o altre strutture.
- garantire i requisiti formativi e l'adesione dei propri istruttori ai programmi di esercizio concordati
- assicurare l'attività con una tariffa indicativa di 2 euro (2,5 euro per i programmi svolti in piscina) ad accesso, con modalità di pagamento mensile

Il Cittadino si impegna:

- a partecipare al programma motorio proposto
- a corrispondere, al soggetto erogatore, la quota mensile della partecipazione al programma AFA (che si svolge su due incontri settimanali svolti in gruppo della durata di un ora)
- a corrispondere la quota assicurativa (circa 10 € l'anno) relativamente alla partecipazione ad attività motorie non agonistiche
- a comunicare all'erogatore qualsiasi variazione della sua condizione di salute che possa pregiudicare la partecipazione al programma AFA
- a comunicare al Coordinamento dell'ASL eventuali criticità rilevate in corso dell' attività stessa



Dott. Simone Baldi
Direttore Area Professionale della Riabilitazione
Direzione Servizi Tecnico-Sanitari ASL 10 Firenze