

Programma dello Studio di fattibilità

<p>Contenuto tecnico degli interventi del Fisioterapista</p> <ul style="list-style-type: none"> - valutazione - esercizi individualizzati di <ul style="list-style-type: none"> - rinforzo degli arti inferiori - equilibrio - mantenimento delle lunghezze muscolari - programma di cammino
<p>Cadenze del programma</p> <ul style="list-style-type: none"> - 30' di esercizi 3 volte la settimana - Passeggiata 2 v. la settimana da 10' a 30' (frazionabili)
<p>Numero accessi del Fisioterapista</p> <ul style="list-style-type: none"> - 3 accessi più 1 eventuale accesso extra
<p>Frequenza e durata degli accessi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1° settimana (1h 30') - 3° settimana (45') - 8° settimana (45') <p>E' previsto ECCEZIONALMENTE 1 eventuale accesso extra per</p> <ul style="list-style-type: none"> - rivedere il programma in caso di sospensione prolungata - problemi legati all'aderenza al programma.
<p>Metodologia</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gli esercizi vengono prescritti individualmente scegliendoli tra quelli del protocollo elaborato - (max 5 – 6 esercizi differenti). - Coinvolgimento dei familiari ove possibile. - Si programma una progressione negli esercizi (aumentando il numero di sequenze di ciascun esercizio e/o scegliendo esercizi di maggior difficoltà) - Alla 1° visita viene confezionato un opuscolo per l'anziano con gli esercizi scelti per lui - Il MMG prima di iniziare il programma viene coinvolto per escludere dalla lista degli eleggibili i casi non idonei per motivi clinici
<p>Richiami telefonici</p> <p>Il Fisioterapista</p> <ul style="list-style-type: none"> - telefona la 2° - 4° - 6° settimana e mensilmente dalla 9° settimana fino ad 1 anno, registra i progressi e mantiene la motivazione. - compila un diario ove registra l'aderenza al programma e/o eventuali cadute avvenute.
<p>Professionisti coinvolti</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fisioterapisti - Assistenti sanitarie - Assistenti sociali - <p>E' previsto un breve corso di formazione</p>
<p>Coordinamento</p> <p>Fisioterapista referente del programma</p>