

# PERCHE'?

Il progetto nasce dal confronto multidisciplinare all'interno dell'équipe riabilitativa e del benessere del Centro "Il Paguro" durante il periodo pandemico legato al Covid-19.

Dall'osservazione e cura dei nostri pazienti in carico nasce il desiderio di strutturare un **intervento sistemico personalizzato per chi presenta una sofferenza a livello fisico e/o psicologico**, basato prima di tutto su un'analisi del bisogno, in base alla quale viene impostata la proposta di trattamento.

Il lavoro sinergico sviluppato dall' équipe multidisciplinare, già affiatata e strutturata da anni, ha il valore aggiunto di far parlare tra loro le diverse sfaccettature in cui il disagio e la sofferenza possono manifestarsi.

**Sono cinque i tipi di intervento studiati ad hoc:**

- fisioterapico
- psicologico
- neuro-cognitivo
- logopedico
- shiatsu

# OBIETTIVI

L'obiettivo generale è ri-pristinare una soddisfacente condizione di SALUTE e benessere psico-fisico della persona, tramite l'**ASCOLTO ATTIVO** e la **CURA**.

Gli obiettivi specifici legati alle diverse tipologie di disagio sono declinati all'interno degli approfondimenti relativi al tipo di trattamento.

# I 5 TRATTAMENTI

## 1 RIABILITAZIONE FISIOTERAPICA E/O RESPIRATORIA

Referente Dott. Gabriele Cambiè

I trattamenti personalizzati includono allenamento all'esercizio fisico, educazione e modificazione comportamentale finalizzati a migliorare la condizione fisica e psicologica dei pazienti coinvolti. Gli **esercizi respiratori e di ricondizionamento allo sforzo** possono essere utili per ristabilire un corretto equilibrio muscolo-scheletrico e per mantenere i volumi polmonari. L'**intervento a livello muscolare** ha lo scopo di aumentare l'ampiezza dei movimenti della colonna vertebrale, delle spalle e della gabbia toracica, permettendo a quest'ultima di far espandere meglio i polmoni.

## 2 TRATTAMENTO PSICOLOGICO

Referente Dott.ssa Barbara Zanetti

Il Covid-19 ha fatto emergere o amplificato numerose difficoltà psicologiche, come **disturbi legati al sonno, all'ansia o depressione**, sia nei grandi che nei piccini. Proprio per questo proponiamo un efficace **intervento breve**, mirato a prevenire che tale sofferenza si trasformi in un vero e proprio trauma. Tra le possibilità offerte vi è il trattamento di "Intervento di Stabilizzazione Narrativa" (NASTI, della psicotraumatologa Dott. Vittoria Ardino e proposto dalla SISST nella Trauma-Informed Care for Covid Out-Break)

## 3 TRATTAMENTO NEUROCOGNITIVO

Referente Dott.ssa Paola Invernizzi

In seguito alla malattia da Covid-19, si possono evidenziare sintomi neuropsicologici simili ad una sorta di "nebbia cognitiva", con disturbi di orientamento, memoria e concentrazione. Una valutazione specialistica della situazione cognitivo-neuropsicologica post-covid dei pazienti permetterà di consigliare esercizi utili a ri-stimolare le funzioni indebolite.

## 4 TRATTAMENTO LOGOPEDICO

Referente Dott.ssa Raissa Costantino

Il counseling logopedico ha l'obiettivo di rilevare e identificare le possibili problematiche e fragilità, ricercando attraverso un percorso successivo delle strategie per ottenerne la risoluzione. Nell'età evolutiva, in particolare tra i 3 e i 7 anni, i bambini possono presentare una delle seguenti fragilità: **ritardo di linguaggio, disfluenza (balbuzie), disfonia infantile, difficoltà di apprendimento**. Nell'età adulta può presentarsi la **disfonia**, cioè la difficoltà nel produrre una voce normale, dalla raucedine fino alla completa afonia e altri problemi del tratto vocale, come la gola secca.

## 5 TRATTAMENTO SHIATSU

Referente Roberto Pandini

Essendo un trattamento che coinvolge olisticamente corpo-mente-spirito, è molto indicato per quelle **disarmonie collegate all'insonnia, all'ansia, al panico** ed in parte anche alla **depressione; a livello fisico, agisce**

anche sulle disarmonie legate alla **testa** ed allo **stomaco**. Ottimo anche il sostegno per gli operatori che in questo periodo soffrono della sindrome da Burn-out. Ed infine, queste manualità shiatsu, possono essere di supporto ad alcune **sintomatologie respiratorie**, in quanto vanno a ristabilire la normale funzionalità dei tre diaframmi.

## COME

Ogni tipologia di intervento prevede un ciclo di **5 incontri da 50 minuti** circa l'uno.

L'utente ha la possibilità di scegliere uno o più tipi di intervento tra quelli a lui proposti, i quali, lavorando in sinergia tra loro, vogliono garantire in questo percorso un senso di continuità, circolarità e benessere.

Al termine di ogni tipologia di intervento verrà consegnata una **scheda personale** con indicati gli esercizi e/o i consigli e suggerimenti personalizzati per proseguire e migliorare a casa il proprio stato di salute e benessere

## DESTINATARI

Il progetto si rivolge ad un'ampia fascia d'età che va dal **bambino all'anziano**, in cui la manifestazione sintomatologica spazia dai disturbi legati al movimento, alla respirazione (in particolare post malattia), al linguaggio, alla memoria e all'ansia.

## PARTECIPAZIONE

Per accedere al servizio bisogna contattare il Centro "Il Paguro", dove verrà fatto un primo **colloquio gratuito** (in presenza o telefonico) da un membro dell'équipe, finalizzato ad inquadrare il tipo di disagio e analizzare la domanda. Verrà successivamente **pensata e formulata dall'équipe una proposta di intervento personalizzata**, che verrà entro 5 giorni proposta al destinatario. Tutti i trattamenti possono essere svolti sia **in presenza presso il centro "Il Paguro"** (modalità preferenziale), sia da remoto tramite l'utilizzo di piattaforme informatiche, di semplice utilizzo (quest'ultima modalità, ovviamente, non potrà essere applicata allo shiatsu).

## COSTI

Ogni tipologia di trattamento prevede un ciclo di **5 incontri al prezzo di listino**. Qualora vengano intrapresi **2 o più trattamenti**, verrà applicato uno sconto totale del 15%.

Sono compresi:

- il primo colloquio di ascolto
- l'impostazione del trattamento da parte dell'équipe
- le schede personalizzate

## CONTATTI

Il Paguro Soc. Coop. Soc. Onlus  
L.go Angela e Stefano Danelli - Lodi  
0371.30162 - info@ilpaguro.com  
www.ilpaguro.com

il Paguro  
GIOIA BENESSERE SALUTE

# LA FENICE

progetto di

## INTERVENTO INTEGRATO Post-Covid 19



FISIOTERAPIA

PSICOLOGIA

TERAPIA

NEUROCOGNITIVA

LOGOPEDIA

SHIATSU

insieme per la persona