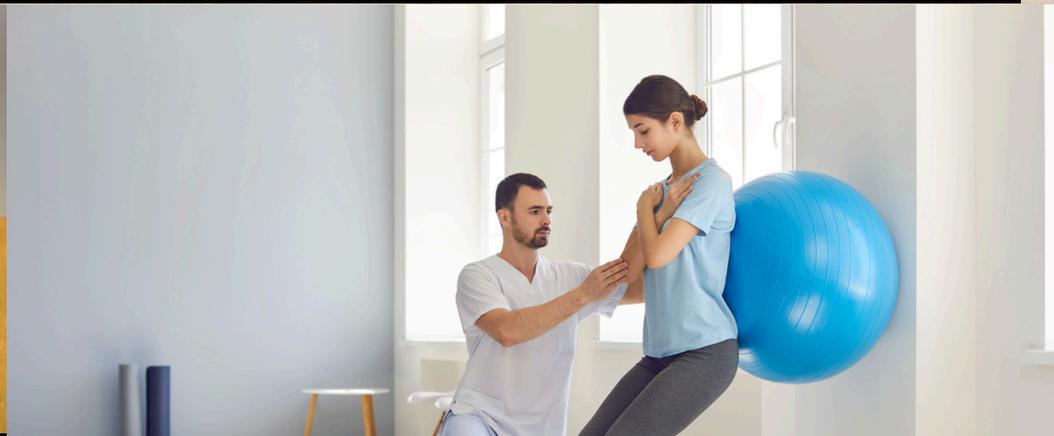


FISIOTERAPIA E ALLENAMENTO



L'ALLEANZA TERAPEUTICA TRA PAZIENTE E TERAPISTA

IL 18/19 Ottobre ho partecipato al congresso Nazionale del nostro Ordine a Roma. Durante i 2 giorni di lavoro si è tracciato un quadro della situazione della fisioterapia in Italia, con uno sguardo al futuro. Si è provato a rispondere a domande quali: come rispondere al sempre crescente bisogno di salute della popolazione? Come garantire l'accesso ai servizi di fisioterapia anche alle fasce sociali più deboli? Quali sono i modelli da perseguire per ottenere questo obiettivo nella fisioterapia pubblica e in quella privata?

Tra le varie relazioni su questi temi "etici", ricordo bene l'intervento del dottor Pierluigi Brustenghi, neurologo e psicoterapeuta, che dopo essere passato dal camice al pigiama (dopo un grave episodio di malattia), ha profondamente cambiato la propria visione e come ha raccontato in prima persona, ha iniziato un nuovo percorso professionale, avvicinandosi alla medicina narrativa e sperimentando un approccio ancora più profondo nella gestione del dolore del paziente.

Parlando di medicina narrativa, ha consigliato il libro più famoso sull'argomento, scritto da Rita Charon, intitolato proprio: "Medicina narrativa: onorare le storie del paziente", che sto leggendo in questi giorni. Il concetto centrale è che i racconti di malattia delle persone non sono semplici descrizioni di sintomi, ma veri e propri "testi" da interpretare, pieni di significati emotivi, culturali e sociali. Charon sostiene che l'uso della narrazione in medicina permetta ai professionisti della salute, di sviluppare un ascolto attivo e un'empatia più profonda, migliorando così la comunicazione e la relazione con le persone.

L'utilizzo delle metafore, l'ascolto attento delle storie e la comprensione del linguaggio del corpo sono tra le

competenze più importanti che un professionista dovrebbe avere per rendere la terapia più completa. La relazione infatti è un elemento fondamentale per raggiungere gli obiettivi del trattamento. Raggiungere una buona alleanza terapeutica tra fisioterapista e paziente consente:

- 1) una miglior adesione della persona alla proposta terapeutica. Quando si arriva ad un livello di comunicazione più efficace, la persona si fida di più ed è più propensa a seguire indicazioni e ad esempio gli esercizi. Se la persona non fa gli esercizi a casa, molto spesso non è solo colpa sua..
- 2) di trovare più motivazione ed impegno: la fiducia reciproca e il supporto emotivo aumentano la motivazione del paziente che diventa più coinvolto e determinato nel percorso.
- 3) una comunicazione più libera e aperta e di conseguenza il fisioterapista può adattare e personalizzare sempre meglio la proposta terapeutica
- 4) la riduzione dello stress: una buona relazione ed alleanza spesso favorisce a ridurre condizioni di ansia o stress, migliorando l'esperienza e facilitando il recupero fisico e mentale
- 5) una maggiore consapevolezza perchè promuove l'educazione della persona, rendendola più pronta a capire e gestire meglio la propria condizione.

Uno degli studi più significativi che hanno dimostrato l'importanza di questa relazione è quello condotto da Ferreira et al. nel 2013 pubblicato sul *Physical Therapy Journal* (1). In questo studio i ricercatori hanno valutato l'alleanza terapeutica utilizzando il *working alliance inventory* (WAI), uno strumento che consente di misurare il grado di collaborazione e fiducia tra terapeuta e paziente. I risultati hanno mostrato che una buona alleanza era associata a migliori risultati del trattamento, come la riduzione del dolore e il miglioramento della funzione fisica.

Bibliografia: The therapeutic alliance and its association with treatment outcomes in patients with chronic low back pain. *Physical therapy journal*. Ferreira et al. 2013