

Il percorso riabilitativo del paziente cardiorespiratorio in Clinica Hildebrand Centro di riabilitazione Brissago

Aurelio Scirè, fisioterapista Dipl., CAS in riabilitazione
cardiovascolare (SAKR)

Stefania Gasparetti, fisioterapista Dipl.

Simposio REHA TICINO

Giovedì 19 maggio 2022, dalle 13.30 alle 18.00

Percorso riabilitativo e assessment
del paziente cardiorespiratorio



Lo sviluppo della riabilitazione cardiorespiratoria in CRB

- Cambiamenti interni
- Formazione dei terapeuti
- Strumentazione



Cardiologia Riabilitativa

Definizione OMS:

«Processo multifattoriale, attivo e dinamico, che ha come fine quello di favorire la stabilità clinica, di ridurre le disabilità conseguenti alla malattia e di supportare il mantenimento e la ripresa di un ruolo attivo nella società con l'obiettivo di ridurre il rischio di successivi eventi cardiovascolari, di migliorare la qualità di vita e di incidere complessivamente in modo positivo sulla sopravvivenza.»



Cardiologia Riabilitativa

Obiettivi generali:

- Favorire la stabilità clinica;
- Ridurre la disabilità;
- Supportare il mantenimento e la ripresa di un ruolo attivo nella società;
- Ridurre il rischio di successivi eventi cardiovascolari;
- Migliorare la qualità della vita;
- Incidere in modo positivo sulla sopravvivenza.



Pazienti in riabilitazione cardiorespiratoria

Fase 2

- Evento cardiologico non letale;
- Intervento chirurgico (ferite);
- Decondizionamento;
- Complicanze respiratorie;
- Complicanze neurologiche;
- Complicanze psicologiche.



Equipe

- Medici;
- Infermieri;
- Fisioterapisti;
- Psicologi;
- Dietisti;
- Ergoterapisti;
- Logopedisti.



Presa in carico fisioterapica – Valutazione iniziale

- Anamnesi e valutazione funzionale
- Abitudini motorie
- Valutazione del dolore
- Valutazione cicatrice
- ~~Conformazione del torace~~
- Pattern respiratorio
- Auscultazione polmonare
- Edemi declivi
- Parametri vitali
- Test specifici



Valutazione respiratoria



Test dei 6 minuti



Valutazione
motoria
(Equilibrio ecc..).

Presa in carico fisioterapica – Carichi di lavoro

Trattamento individualizzato in base al profilo del paziente

- Test cardiopolmonare (cardiologo)
- Test del cammino dei 6 minuti
- Scala di Borg.



Presa in carico fisioterapica – Obiettivi e caratteristiche

Esercizio fisico di tipo aerobico, di intensità bassa o moderata, adattato al diverso livello di capacità fisica di ciascuno.

Obiettivi specifici:

- Migliorare la tolleranza allo sforzo;
- Migliorare la capacità respiratoria;
- Migliorare la coordinazione;
- Migliorare la flessibilità muscoloscheletrica.

Presa in carico fisioterapica – Programma riabilitativo

- Fisioterapia cardiovascolare;
- Fisioterapia individuale;
- Fisioterapia di gruppo (diversi livelli di intensità);
- Fisioterapia respiratoria;
- Fisioterapia passiva (massaggi linfodrenaggio);
- Terapie fisiche.

Trattamento cardiorespiratorio 1/2

Terapie di gruppo:

Rinforzo muscolare → Pazienti «fit»
→ Pazienti complessi



Allenamento aerobico individuale:

- Basato sui dati tratti dall'ergospirometria (quando possibile eseguire il test).
- Sistema di monitoraggio del tracciato cardiaco ERS (ERGOLINE).
- Possibilità di impostare un trattamento su una data frequenza cardiaca.
- LIIT, costante, HIIT



Trattamento cardiorespiratorio 2/2

-Seduta di allenamento

Cicloergometro, treadmill, training al cammino.

- Fase di riscaldamento (preparazione)
- Fase di allenamento (continuo intervallato fc)
- Fase di defaticamento

-Modalità di allenamento

- Allenamento continuo
- Allenamento intervallato

Obiettivo:

- Miglioramento dell'endurance



Trattamento cardiorespiratorio – Monitoraggio del paziente

Scala di valutazione Borg:

- Sensazione soggettiva di fatica e dispnea;
- Buona correlazione soglia lattati;
- Rapido apprendimento (ascolto di sé stessi);
- In CRB si usa Borg modificata.

Dati strumentali:

- Telemetria (sistema ERS)
- Pulsossimetria
- Pressione arteriosa

Scala RPE Di Borg (CR10)	
10	Massimale
9	Estremamente difficile
8	
7	Molto difficile
6	
5	Difficile
4	Sembra difficile
3	Moderato
2	Facile
1	Molto facile
0	Nessuno sforzo



Trattamento cardiorespiratorio – Terapie di gruppo

- Allenamento aerobico di intensità bassa o moderata con movimenti ripetitivi che interessano grandi gruppi muscolari;
- Circuito di allenamento;
- Esercizi isotonici a basso carico in palestra;
- Esercizi per migliorare la coordinazione e la flessibilità muscolare;
- Gruppi di «soft gym».

- ✓ Movimento come benessere
- ✓ Cambiamento delle abitudini
- ✓ Confronto tra pazienti
- ✓ Ripresa della socialità



Trattamento cardiorespiratorio – Fisioterapia respiratoria:

- Coordinamento/allenamento della muscolatura respiratoria;
- Miglioramento della tecnica della tosse;
- Mobilizzazione delle secrezioni;
- Riespansione toracica.



Dimissione

- Organizzazione della prosecuzione della riabilitazione di 3° livello presso i centri certificati in Ticino.
- Coinvolgimento dell'ergoterapista per l'ottimizzazione del rientro a domicilio (laddove necessario).
- Rapporto d'uscita con una sintesi del lavoro svolto. Indicazioni per gli esercizi da compiere ed esiti dei test eseguiti in ingresso e in uscita.



Valutazione respiratoria



Test dei 6 minuti



Valutazione motoria
(Equilibrio ecc.).

Risultati dell'allenamento cardiovascolare

- Abituare il corpo e la mente a sostenere sforzi prolungati (in relazione al paziente);
- Miglioramento del benessere psicologico e sociale;
- Protezione e controllo delle patologie cardiovascolari.

Ripresa del proprio ruolo in società!





Grazie per l'attenzione