



Linee di indirizzo per la prescrizione e l'erogazione dell'Attività Fisica Adattata (AFA) e dell'Attività Fisica Adattata per le persone con Disabilità (AFA-D)

Con il presente documento si intende definire e standardizzare le caratteristiche ed il target di due tipologie di attività attualmente già praticate nel territorio della Regione del Veneto:

1. **Attività Fisica Adattata (AFA);**
2. **Attività Fisica Adattata per la Disabilità (AFA-D).**

ATTIVITÀ FISICA ADATTATA (AFA)

L'Attività Fisica Adattata (Adapted Physical Activity, APA) nasce nel 1973, anno di fondazione in Belgio e Canada della International Federation of Adapted Physical Activity (IFAPA), e si riferisce al movimento, all'attività fisica ed agli sport ritagliati sugli interessi e sulle capacità degli individui portatori di capacità fisiche limitate, quali disabili, malati o anziani. L'Attività fisica adattata (AFA) consiste in programmi di esercizi la cui tipologia e intensità sono definite mediante l'integrazione professionale e organizzativa tra medici di medicina generale (MMG), pediatri di libera scelta (PLS) e medici specialisti e calibrate in ragione delle condizioni funzionali delle persone cui sono destinati, che hanno patologie croniche controllate e stabilizzate o disabilità fisiche e che li eseguono in gruppo sotto la supervisione di un professionista dotato di specifiche competenze, al fine di migliorare il livello di attività fisica, il benessere e la qualità della vita e favorire la socializzazione.

L'AFA, secondo quanto definito nel Piano di Indirizzo per la Riabilitazione, ha diversi ruoli: *“ricondizionare al termine della riabilitazione, combattere l'ipomobilità, favorire la socializzazione, promuovere stili di vita più corretti (prevenzione)”* [...]. Essa *“appare quindi come un valido presidio in grado non solo di interrompere tale circolo vizioso, ma di creare un circolo virtuoso. L'AFA non è attività riabilitativa, ma di recupero, mantenimento e prevenzione, finalizzata a facilitare l'acquisizione di stili di vita utili a mantenere la migliore autonomia e qualità di vita possibile”*.

Lo stesso Piano Socio Sanitario della Regione del Veneto 2019-2023 indica tra i suoi obiettivi *“[...] attivare anche nuove modalità di presa in carico finalizzate ad una maggior integrazione tra percorsi riabilitativi e programmi di Attività Fisica Adattata (AFA) e delle palestre della salute (PDS) [...], con l'obiettivo di ricondizionare al termine della riabilitazione, contrastare l'ipomobilità, favorire l'inclusione sociale e promuovere stili di vita nei soggetti con disabilità stabilizzata. I programmi AFA e delle PDS non rientrano tra le attività riabilitative e non sono una attività sanitaria e mirano anche a promuovere il processo di invecchiamento sano e attivo della popolazione”*.

PRESUPPOSTI PER L'ATTIVITÀ FISICA ADATTATA (AFA)

L'Attività Fisica Adattata (AFA) può essere prescritta a soggetti affetti da forme più semplici di disabilità cronica lieve-moderata, tra cui vi sono:

- il **“mal di schiena”**
- l'**osteoporosi**,
- il **linfedema primitivo o secondario cronico**
- la **fibromialgia**
- tutte le **sindromi algo-disfunzionali su base degenerativa artrosica**

CRITERI DI ESCLUSIONE

L'Attività Fisica Adattata (AFA) non può essere prescritta in presenza di:

- Qualsiasi condizione di instabilità clinica (cardiovascolare, infettiva, respiratoria ecc.) in atto;



- Qualsiasi condizione per la quale il MMG o lo specialista ritengano di controindicare un programma di attività fisica di moderata-lieve intensità;
- Frattura vertebrale recente;
- Lombalgia in fase acuta infiammatoria;
- Stenosi canale vertebrale con sintomi neurologici o sindrome della cauda equina;
- grave patologia dolorosa osteoarticolare, dolore reno-ureterale, dolore utero-annessiale o ogni altra sdr. dolorosa che interferisca con l'esercizio;
- Alterazioni cognitive e/o della comunicazione e/o degli apparati sensoriali così gravi da rendere impossibile la comprensione e/o l'esecuzione delle istruzioni date dall'insegnante (demenza, afasia, cecità, sordità) o le valutazioni previste;
- Depressione maggiore non trattata.

MODALITÀ DI ACCESSO E SOGGETTI PRESCRITTORI

L'accesso ai programmi di attività fisica adattata richiede apposita prescrizione da parte del medico che valuta preventivamente l'idoneità del paziente ad essere inserito nei percorsi AFA. A tal riguardo, in particolare, tutti i medici specialisti, i medici di medicina generale (MMG) e i pediatri di libera scelta (PLS) potranno prescrivere AFA. Il medico, in presenza di una o più delle sopraccitate condizioni patologiche, ove non si pongano obiettivi di modifica/adequamento del trattamento farmacologico e riabilitativo specifici, accertata l'assenza dei criteri di esclusione, prescrive all'utente lo svolgimento di attività fisica adattata (fac-simile "PRESCRIZIONE DI ATTIVITA' FISICA ADATTATA (AFA)"¹) e lo invia ad una struttura individuata di concerto con l'utente tra quelle presenti nel territorio ed eroganti tali percorsi.

Presso il centro erogatore la persona deve essere valutata dal professionista (vedi paragrafo "Professionalità"), per classificarne la capacità funzionale utilizzando il modulo "**SHORT PERFORMANCE PHYSICAL BATTERY (SPPB)**"². Il test consiste in una sequenza di tre semplici prove che valutano la funzionalità degli arti inferiori: velocità del cammino su 4 metri, equilibrio in stazione eretta in diverse posizioni dei piedi ed abilità nell'alzarsi ripetutamente dalla posizione seduta. Ogni singola prova è misurata con uno score da 0 (incapacità) a 4 (performance normale); lo score totale deriva dalla somma dei singoli 3 score e può andare da 0 (performance peggiore) a 12 (performance migliore). Nel caso in cui l'utente risultasse portatore di una limitazione funzionale moderato-severa (SPPB score ≤ 5) non verrà accolto nel programma AFA e verrà reindirizzato al medico prescrittore, il quale potrà sottoporlo ad una più approfondita valutazione medica e proporre eventualmente al paziente una visita specialistica per l'accesso all'AFA-D o ad altro specifico percorso riabilitativo sanitario.

In caso di prevalenza di patologie stabilizzate di rilievo cardiovascolare, respiratorio, metabolico ed internistico va valutato un eventuale invio a percorso di Esercizio Fisico Strutturato secondo quanto previsto nell'Allegato B del presente provvedimento.

TIPOLOGIA DI ATTIVITÀ FISICA

L'attività fisica è adattata alle caratteristiche fisiche del gruppo di persone seguite e consiste in esercizi ripetitivi e standardizzati di attivazione-condizionamento cardiovascolare, mobilizzazione pluriarticolare e della colonna, allungamenti muscolo tendinei e rinforzo muscolare; viene effettuato un lavoro sulla coordinazione motoria e sulla percezione e riequilibrio posturale. Gli esercizi coinvolgono i diversi distretti corporei in più posizioni utilizzando semplici attrezzature come sgabelli, bastoni e corde. A seconda della specificità dell'AFA vengono impostati esercizi rivolti al rachide o alle grosse articolazioni. Il professionista della struttura deve essere formato a prestare un'attenzione particolare ai casi di riacutizzazione che vengono prontamente segnalati

¹ Vedi p. 8.

² Vedi p. 10.



al medico inviante. Fattore fondamentale di questo tipo di attività è la sinergia tra motricità e socializzazione da cui deriva uno stimolo al proseguimento dell'attività stessa e un miglioramento della qualità di vita.

LUOGHI

I percorsi di Attività Fisica Adattata (AFA) potranno essere svolti in tutte quelle strutture che si conformano alla normativa nazionale, regionale e comunale, per quanto concerne l'igiene, l'accessibilità e la sicurezza degli impianti e che garantiscano la presenza dei professionisti declinati al paragrafo successivo ("Professionalità"). Tra dette strutture sono annoverate altresì le piscine che presentano i requisiti igienico-sanitari minimi previsti dalla D.G.R. n. 1173 del 18/04/2003, che recepisce l'Accordo Stato-Regioni del 16/01/2003, nonché quelli più restrittivi previsti dall'Accordo Interregionale del 16/12/2004, con particolare riferimento alle esigenze di sicurezza, sorveglianza e facile accessibilità degli utenti. E' possibile altresì l'erogazione di AFA all'aperto. Tali attività potranno essere svolte sulla base di programmi di sola palestra, di sola piscina oppure ibridi.

PROFESSIONALITÀ

L'AFA deve essere somministrata da professionisti in possesso di Laurea in Scienze Motorie almeno triennale o di diploma ISEF o di Laurea in Fisioterapia almeno triennale o di Diploma di Terapista della Riabilitazione (o equipollente).

DURATA

L'attività viene svolta almeno due volte alla settimana, in sedute di 1 ora ciascuna, in gruppo omogeneo. L'AFA dovrebbe avere una durata di almeno 7-8 mesi.

ATTIVITÀ FISICA ADATTATA PER LA DISABILITÀ (AFA-D)

L'Attività Fisica Adattata per la Disabilità (AFA-D) consiste in programmi di esercizi adattati alle specifiche funzionali di persone con postumi di patologie ad impatto disabilitante moderato-severo, ad andamento cronico, stabili dal punto di vista clinico e riabilitativo.

L'AFA-D si rivolge prevalentemente a persone che hanno terminato il loro percorso di riabilitazione medica e necessitano di un'attività di "mantenimento" o meglio di reinserimento e prevenzione delle complicanze secondarie e terziarie.

Si tratta, ad esempio, di persone con menomazioni e disabilità da:

- postumi ictus cerebrale;
- malattie demielinizzanti in fase di stabilizzazione;
- morbo di Parkinson, parkinsonismi e sdr extrapiramidali in fase di stabilizzazione;
- postumi di sostituzioni protesiche delle grosse articolazioni degli arti inferiori.

Le persone affette da tali menomazioni e disabilità, a causa delle proprie ridotte capacità motorie, sono a rischio di peggioramento della propria attività e di ulteriori limitazioni della partecipazione sociale e possono trarre vantaggio da programmi di attività fisica e socializzazione dedicati.

CRITERI DI ESCLUSIONE:

I criteri di esclusione sono gli stessi di quelli stabiliti per l'AFA, ossia:

- Qualsiasi condizione di instabilità clinica (cardiovascolare, infettiva, respiratoria ecc.) in atto;
- Qualsiasi condizione che il MMG o lo specialista ritengano controindicare un programma di attività fisica di moderata-lieve intensità;
- Frattura vertebrale recente;



- Lombalgia in fase acuta infiammatoria;
- Stenosi canale vertebrale con sintomi neurologici o sindrome della cauda equina;
- grave patologia dolorosa osteoarticolare, dolore reno-ureterale, dolore utero-annessiale o ogni altra sdr. dolorosa che interferisca con l'esercizio;
- Alterazioni cognitive e/o della comunicazione e/o degli apparati sensoriali così gravi da rendere impossibile la comprensione e/o l'esecuzione delle istruzioni date dall'insegnante (demenza, afasia, cecità, sordità) o le valutazioni previste;
- Depressione maggiore non trattata.

MODALITÀ DI ACCESSO E SOGGETTI PRESCRITTORI

L'accesso ai programmi di Attività Fisica Adattata per la Disabilità (AFA-D) richiede apposita prescrizione rilasciata dal medico specialista competente a seconda della patologia del paziente, successivamente ad una valutazione preliminare di tipo clinico e funzionale finalizzata a definire il tipo di attività a cui sottoporre il paziente.

Nella valutazione dovranno essere presi in considerazione i seguenti criteri:

- postumi di ictus con Rankin Scale ≤ 3 (disabilità moderata: richiede qualche aiuto nelle attività della vita quotidiana, ma cammina senza assistenza);
- sclerosi multipla con Expanded Disability Status Scale (EDSS) I e II;
- morbo di Parkinson con Scala Hoehn and Yahr (H&Y) ≤ 3 ;
- postumi di sostituzione di grandi articolazioni degli AAI con Rankin Scale ≤ 3 ;
- condizione di stabilità clinica;
- non necessità di specifico intervento medico riabilitativo.

Nel caso di valutazione positiva, il medico specialista prescrive lo svolgimento di AFA-D all'utente [fac-simile "**PRESCRIZIONE DI ATTIVITÀ FISICA ADATTATA per la DISABILITÀ (AFA D)**"³], che ne darà conoscenza al proprio medico di MMG/PLS, e lo invia alla struttura individuata, tra quelle presenti nel territorio ed eroganti tali percorsi.

TIPOLOGIA DI ATTIVITÀ FISICA

L'AFA-D si svolge in gruppo funzionale omogeneo per livello di disabilità ed è adattata alle caratteristiche dello stesso. Consiste in esercizi ripetitivi e standardizzati volti al mantenimento delle performance motorie degli utenti, con l'obiettivo di lavorare su obiettivi specifici a seconda della patologia di base. Gli esercizi possono essere svolti in carrozzina/sedia o in stazione eretta utilizzando anche piccole attrezzature come bastoni, corde, elastici e palle. I professionisti debbono essere particolarmente attenti a segnalare al medico specialista prescrittore eventuali utenti in fase di ricaduta. L'aspetto socializzante dell'attività è favorito dal lavoro in gruppo ed anche questo è finalizzato a migliorare la qualità di vita dell'utente e dei familiari.

LUOGHI

I percorsi di Attività Fisica Adattata (AFA) potranno essere svolti in tutte quelle strutture che si conformano alla normativa nazionale, regionale e comunale, per quanto concerne l'igiene, l'accessibilità e la sicurezza degli impianti e che garantiscano la presenza dei professionisti declinati al paragrafo successivo ("Professionalità"). Tra dette strutture sono annoverate altresì le piscine che presentano i requisiti igienico-sanitari minimi previsti dalla D.G.R. n. 1173 del 18/04/2003, che recepisce l'Accordo Stato-Regioni del 16/01/2003, nonché quelli più restrittivi previsti dall'Accordo Interregionale del 16/12/2004, con particolare riferimento alle esigenze di sicurezza, sorveglianza e facile accessibilità degli utenti. E' possibile altresì

³ Vedi p. 9.



l'erogazione di AFA all'aperto. Tali attività potranno essere svolte sulla base di programmi di sola palestra, di sola piscina oppure ibridi.

PROFESSIONALITÀ

L'AFA-D deve essere somministrata da professionisti in possesso di Laurea magistrale in Scienze e Tecniche dell'Attività Motoria Preventiva ed Adattata (Chinesiologo A.M.P.A) o Laureati in fisioterapia almeno triennale o diploma di Terapista della riabilitazione (o equipollente).

DURATA

L'attività viene svolta almeno una o due volte alla settimana, in sedute di 1 ora ciascuna, in gruppo funzionale omogeneo. L'AFA-D dovrebbe avere una durata variabile in rapporto alla tipologia e gravità della disabilità in oggetto.

SOGGETTI EROGATORI

Ai fini dell'erogazione di percorsi di AFA e AFA-D, si definiscono soggetti erogatori quegli enti, profit o non-profit, che hanno come fine statutario la promozione di attività motoria e ludico-sportiva e che hanno inviato al Dipartimento di Prevenzione della Azienda ULSS territoriale di afferenza la "**RICHIESTA DI ADESIONE AI PROGRAMMI DI ATTIVITÀ FISICA ADATTATA (AFA) E/O ATTIVITÀ FISICA ADATTATA PER LA DISABILITÀ (AFA-D)**"⁴, sottoscritta dal proprio legale rappresentante. Il Dipartimento di Prevenzione dovrà conservare tale richiesta e dovrà rendere i servizi offerti, dal soggetto erogatore che ha presentato richiesta, disponibili e consultabili sul proprio territorio di competenza, tramite l'inserimento in Vivo Bene MAP, Piattaforma regionale digitale di mappatura dei servizi presenti sul territorio regionale.

Gli enti richiedenti dovranno assicurare i requisiti di tipo professionale e strutturale previsti per il corretto svolgimento delle attività. Queste potranno essere erogate all'aperto, presso palestre, piscine o altre strutture non sanitarie pubbliche o private.

L'AFA e l'AFA-D possono essere, inoltre, svolte all'interno di strutture residenziali territoriali, quali ad esempio le RSA, per programmi che vedano coinvolti anche le persone residenti.

È altresì possibile sfruttare ambienti primariamente deputati ad attività di socializzazione, qualora conformi alla normativa vigente in materia di igiene, sicurezza e accessibilità.

Ogni struttura dovrà in ogni caso assicurare che le attività saranno svolte in luoghi conformi ai requisiti igienico-sanitari, di sicurezza e di accessibilità previsti dalle normative vigenti per gli ambienti frequentati dal pubblico, facendo particolare attenzione alle esigenze dei soggetti con ridotta competenza funzionale e alle persone con disabilità.

I soggetti erogatori, attraverso la sottoscrizione della "**RICHIESTA DI ADESIONE AI PROGRAMMI DI ATTIVITÀ FISICA ADATTATA (AFA) E/O ATTIVITÀ FISICA ADATTATA PER LA DISABILITÀ (AFA-D)**", si impegnano a:

- osservare quanto stabilito dalle Linee di indirizzo per la prescrizione e l'erogazione dell'Attività Fisica Adattata (AFA) e dell'Attività Fisica Adattata per le persone con Disabilità (AFA-D), di cui al presente documento, con particolare riguardo ai criteri di inclusione/esclusione, alle modalità di accesso e di erogazione del servizio, garantendo la sicurezza dei programmi di esercizio;
- A effettuare la valutazione funzionale di accesso mediante l'utilizzo di scala di valutazione SPPB,
- Ad uniformarsi e a mantenersi conforme alle disposizioni e ai protocolli operativi previsti dalla vigente normativa regionale ed aziendale in tema di organizzazione e accesso alle

⁴ Vedi pp. 11-13.



attività di AFA e AFA-D, ivi compreso l'impiego di operatori professionisti in possesso dell'attestazione di frequenza a corsi BLS-D;

- adempiere, con riferimento ai locali eventualmente utilizzati per lo svolgimento delle attività, agli obblighi previsti dalla legge e dai regolamenti nazionali, regionali e comunali vigenti in tema di igiene sanitaria, di sicurezza e di accessibilità negli ambienti aperti al pubblico [compresa la disponibilità di un defibrillatore semiautomatico (DAE)], con particolare riguardo alle tutele rivolte ai soggetti con ridotta competenza funzionale e alle persone con disabilità;
- favorire ed agevolare i controlli da parte dell'Azienda Sanitaria competente, volti a verificare l'idoneità delle strutture e il rispetto delle disposizioni regolanti i programmi di AFA e AFA-D;
- partecipare ad iniziative di aggiornamento organizzate dalla Regione e dalle Aziende Sanitarie e alla revisione periodica dei programmi di esercizio, grazie alla collaborazione dei propri professionisti;
- inviare annualmente al Dipartimento di Prevenzione dell'Azienda ULSS competente, un report con la tipologia e numero di corsi attivati, numero di partecipanti a ciascuna tipologia di corso e numero eventi avversi che hanno richiesto un intervento sanitario;
- stipulare un'assicurazione contro eventuali infortuni, il cui premio è a carico del partecipante.



Bibliografia e sitografia

- ❖ Physical activity health topic. http://www.who.int/topics/physical_activity/en
- ❖ Linee di indirizzo sull'attività fisica- CSR del 3 novembre 2021 "Revisione delle raccomandazioni per le differenti fasce di età e situazioni fisiologiche e nuove raccomandazioni per specifiche patologie" recepite con DGR n. 1505/2022
- ❖ Global status report on noncommunicable diseases 2014 "Attaining the nine global noncommunicable diseases targets; a shared responsibility" = www.who.int/entity/nmh/publications/ncd-progress-monitor-2015/en/.
- ❖ Guralnik JM, Simonsick EM, Ferrucci L, et al. A short physical performance battery assessing lower extremity function: association with self-reported disability and prediction of mortality and nursing home admission. *Journal of Gerontology*. 1994;49/2:M85–M94
- ❖ <http://www.sppbguide.com/> Short Physical Performance Battery Guide
- ❖ Guralnik JM, Ferrucci L, Simonsick EM, Salive ME, Wallace RB. Lower-extremity function in persons over the age of 70 years as a predictor of subsequent disability. *N Engl J Med*. 1995;332:556–561.
- ❖ Validity and reliability of the Physical Activity Scale for the Elderly (PASE) in Japanese elderly people, Hagiwara A., *Geriatr Gerontol Int*. 2008 Sep;8(3):143-51 5. Validity of the Physical Activity Scale for the Elderly (PASE): According to energy expenditure assessed by the Doubly Labeled Water Method, Albertine J., *J. Clinical Epidemiology* Vol. 50. No5, pp 541-546, 1997
- ❖ Piano di Indirizzo per la Riabilitazione, suppl. Gazzetta Ufficiale n. 50, 2011. Saunders DH, Sanderson M, Hayes S, Johnson L, Kramer S, Carter DD, Jarvis H, Brazzelli M, Mead GE. Physical fitness training for stroke patients. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2020, Issue 3. Art. No.: CD003316



FAC- SIMILE DI PRESCRIZIONE DI ATTIVITA' FISICA ADATTATA (AFA)

Il/la Sig./Sig.ra _____

nato/a il _____ residente a _____

in Via _____ N. _____

Tel. _____

in base alla valutazione clinica da me effettuata, può partecipare ad un programma di Attività Fisica Adattata per:

- **mal di schiena**
- **osteoporosi**
- **linfedema primitivo o secondario cronico**
- **fibromialgia**
- **sindrome algo-disfunzionali su base degenerativa artrosica**
- **altro:** _____

A tal fine, confermo che la persona non presenta condizioni cliniche di esclusione da tale tipo di attività.

Si richiede che presso la sede di erogazione avvenga una valutazione standardizzata effettuata dal professionista, al fine di confermare il rispetto dei criteri clinici per l'attività. **Se da tale valutazione emergesse una limitazione funzionale moderato-severa, ostativa al programma AFA, si prega di riaffidare l'utente al proprio Medico Curante per gli eventuali approfondimenti del caso.**

Data _____

Dott./Dott.ssa _____

CRITERI DI ESCLUSIONE

Sono criteri di esclusione all'AFA la presenza di:

- Qualsiasi condizione di instabilità clinica (cardiovascolare, infettiva, respiratoria ecc.) in atto;
- Qualsiasi condizione che il MMG o lo specialista ritengano controindicare un programma di attività fisica di moderata-lieve intensità;
- Frattura vertebrale recente;
- Lombalgia in fase acuta infiammatoria;
- Stenosi canale vertebrale con sintomi neurologici o sindrome della cauda equina;
- grave patologia dolorosa osteoarticolare, dolore reno-ureterale, dolore utero-annessiale o ogni altra sdr. dolorosa che interferisca con l'esercizio;
- Alterazioni cognitive e/o della comunicazione e/o degli apparati sensoriali così gravi da rendere impossibile la comprensione e/o l'esecuzione delle istruzioni date dall'insegnante (demenza, afasia, cecità, sordità) o le valutazioni previste;
- Depressione maggiore non trattata



FAC- SIMILE DI PRESCRIZIONE DI ATTIVITÀ FISICA ADATTATA per la DISABILITÀ (AFA-D)

Il/la Sig./Sig.ra _____

nato/a il _____ residente a _____

in Via _____ N. _____

Tel. _____

a seguito di una valutazione specialistica, viene proposto/a per l'inserimento in un corso di Attività Fisica Adattata per la Disabilità (AFA-D) per:

- **postumi ictus cerebrale, con Rankin Scale ≤ 3**
- **malattie demielinizzanti in fase di stabilizzazione, con Expanded Disability Status Scale (EDSS) I e II;**
- **morbo di parkinson, parkinsonismi e sdr extrapiramidali in fase di stabilizzazione, con H&Y < 3**
- **postumi di sostituzioni protesiche delle grosse articolazioni degli arti inferiori, con Rankin Scale ≤ 3**

Confermo che la valutazione eseguita garantisce l'appropriatezza dell'intervento e che la persona non presenta condizioni cliniche di esclusione da tale tipo di attività.

Il Medico Specialista

Data _____

Dott./Dott.ssa _____

CRITERI DI ESCLUSIONE

Sono criteri di esclusione all'AFA-D la presenza di:

- Qualsiasi condizione di instabilità clinica (cardiovascolare, infettiva, respiratoria ecc.) in atto;
- Qualsiasi condizione che il MMG o lo specialista ritengano controindicare un programma di attività fisica di moderata-lieve intensità;
- Frattura vertebrale recente;
- Lombalgia in fase acuta infiammatoria;
- Stenosi canale vertebrale con sintomi neurologici o sindrome della cauda equina;
- grave patologia dolorosa osteoarticolare, dolore reno-ureterale, dolore utero-annessiale o ogni altra sdr. dolorosa che interferisca con l'esercizio;
- Alterazioni cognitive e/o della comunicazione e/o degli apparati sensoriali così gravi da rendere impossibile la comprensione e/o l'esecuzione delle istruzioni date dall'insegnante (demenza, afasia, cecità, sordità) o le valutazioni previste;
- Depressione maggiore non trattata



SHORT PERFORMANCE PHYSICAL BATTERY (SPPB)⁵

Il test è costituito da tre fasi diverse 3 sezioni diverse:

1. VALUTAZIONE DELL'EQUILIBRIO IN 3 PROVE:

- il mantenimento della posizione a piedi uniti per 10”;
- il mantenimento della posizione di semi-tandem per 10” (alluce di lato al calcagno);
- il mantenimento della posizione tandem sempre per 10” (alluce dietro al tallone);

Il punteggio varia da un minimo di 0 se il paziente non riesce a mantenere la posizione a piedi uniti per almeno 10” a un massimo di 4 se riesce a compiere tutte e tre le prove.

2. VALUTAZIONE DEL CAMMINO (GAIT) SU 4 METRI LINEARI.

Il punteggio della sezione varia sulla base del tempo occorrente per la prova da 0 se incapace, a 4 se riesce ad assolvere il compito in meno di 4,1 secondi.

3. VALUTAZIONE “SIT TO STAND”.

Valutazione della capacità di eseguire, per 5 volte consecutive, il passaggio posturale da seduto su una sedia alla postura eretta senza utilizzare gli arti superiori, che per la prova devono essere mantenuti incrociati davanti al petto.

Il punteggio varia da 0 se incapace a 4 se la prova è svolta in meno di 11,2”.

Punteggio	0	1	2	3	4
EQUILIBRIO prova	Piedi paralleli <10 sec	Semi-tandem 0-9 sec	Tandem 0-2 sec	Tandem 3-9 sec	Tandem 10 sec
CAMMINO 4 mt Tempo	Incapace	>7.5 sec	7.5-5.4 sec	5.3-4.1 sec	<4.1 sec
SIT TO STAND Tempo	Incapace	>16.5 sec	16.5-13.7 sec	13.6-11.2 sec	<11,2 sec

Il punteggio totale della scala ha quindi un range da 0 a 12.

⁵ Guralnik JM, Simonsick EM, Ferrucci L, et al. A short physical performance battery assessing lower extremity function: association with self-reported disability and prediction of mortality and nursing home admission. Journal of Gerontology. 1994;49/2:M85–M94. <http://www.sppbguide.com/> Short Physical Performance Battery Guide.



FAC-SIMILE LETTERA

Al Direttore del Dipartimento di Prevenzione

Azienda ULSS _____

PEC: _____

OGGETTO: RICHIESTA DI ADESIONE AI PROGRAMMI DI ATTIVITÀ FISICA ADATTATA (AFA) E/O ATTIVITÀ FISICA ADATTATA PER LA DISABILITÀ (AFA-D)

Il/La sottoscritto/a _____

nato a _____ prov. (_____) il _____

residente a _____ prov. (_____)

in via _____ n. _____

Cod. fisc. _____

in qualità di legale rappresentante/Presidente della:
(indicare per esteso se Società Sportiva, Ente, Associazione, Palestra etc..)

Codice Fiscale/P.IVA della struttura _____

Referente professionale per le attività motorie della suddetta struttura:

Dr./Dr.ssa _____

Cellulare _____ Email _____

CHIEDE

- L'inserimento nell'elenco dei soggetti erogatori che somministrano Attività Fisica Adattata e Attività Fisica Adattata per la Disabilità.

o

- Aggiornamento dei dati inviati.



Comunica che i corsi forniti sono i seguenti:
(segnare la/le attività fornita/e)

Tipo di attività		Giorni della settimana e orari	SEDE (denominazione completa, indirizzo e numero telefonico della sede dove si intende avviare il servizio)
AFA	<input type="checkbox"/> mal di schiena		
	<input type="checkbox"/> osteoporosi		
	<input type="checkbox"/> linfedema primitivo o secondario cronico		
	<input type="checkbox"/> fibromialgia		
	<input type="checkbox"/> sindrome algodisfunzionali su base degenerativa artrosica		
	<input type="checkbox"/> altro: _____		
AFA D	<input type="checkbox"/> postumi ictus cerebrale		
	<input type="checkbox"/> malattie demielinizzanti in fase di stabilizzazione		
	<input type="checkbox"/> morbo di parkinson, parkinsonismi e sdr extrapiramidali in fase di stabilizzazione		
	<input type="checkbox"/> postumi di sostituzioni protesiche delle grosse articolazioni degli arti inferiori, con Rankin Scale ≤ 3		
	<input type="checkbox"/> altro: _____		

A tal fine,

SI IMPEGNA

- A osservare quanto stabilito dalle Linee di indirizzo di cui all'Allegato "A" alla D.G.R. n. ____ del _____ circa i criteri di inclusione/esclusione, le modalità di accesso e di erogazione del servizio, garantendo la sicurezza dei programmi di esercizio;
- A effettuare la valutazione funzionale di accesso mediante l'utilizzo di scala di valutazione SPPB;
- Ad uniformarsi e a mantenersi conforme alle disposizioni e ai protocolli operativi previsti dalla vigente normativa regionale ed aziendale in tema di organizzazione e accesso alle attività di AFA e AFA-D, ivi compreso l'impiego di operatori professionisti in possesso dell'attestazione di frequenza a corsi BLSD;
- Ad adempiere, con riferimento ai locali eventualmente utilizzati per lo svolgimento delle attività, agli obblighi previsti dalla legge e dai regolamenti nazionali, regionali e comunali vigenti in tema



di igiene sanitaria, di sicurezza e di accessibilità negli ambienti aperti al pubblico [compresa la disponibilità di un defibrillatore semiautomatico (DAE)], con particolare riguardo alle tutele rivolte ai soggetti con ridotta competenza funzionale e alle persone con disabilità;

- A favorire ed agevolare i controlli da parte dell'Azienda Sanitaria competente, volti a verificare l'idoneità delle strutture e il rispetto delle disposizioni regolanti i programmi di AFA e AFA-D;
- A partecipare ad iniziative di aggiornamento organizzate dalla Regione e dalle Aziende Sanitarie e alla revisione periodica dei programmi di esercizio, grazie alla collaborazione dei propri professionisti;
- Ad inviare annualmente al Dipartimento di Prevenzione dell'Azienda ULSS competente, un report con la tipologia e numero di corsi attivati, numero di partecipanti a ciascuna tipologia di corso e numero eventi avversi che hanno richiesto un intervento sanitario;
- A stipulare un'assicurazione contro eventuali infortuni, il cui premio è a carico del partecipante.

Infine, visti gli artt. 46 e 47 del D.P.R. n. 445/2000 e preso atto delle conseguenze penali previste dall'art. 76 del medesimo decreto nel caso di dichiarazioni mendaci, che determinano inoltre l'esclusione della struttura dall'elenco dei soggetti erogatori AFA e AFA-D.

DICHIARA

- Che i professionisti impiegati nell'attivazione e nello svolgimento dei percorsi di AFA e AFA-D sono in possesso dei requisiti previsti dalla D.G.R. n. _____ del _____;
- Che i locali eventualmente utilizzati per l'esercizio dell'attività rispettano le vigenti norme in materia, di edilizia, di urbanistica e di sicurezza e in possesso del certificato di agibilità;
- Di aver stipulato valido contratto assicurativo per responsabilità civile.

Data __/__/____

Firma _____

