

REGIONE VENETO  
AZIENDA ULSS 18  
ROVIGO

UISP  
sportpertutti  
Area perlagianetà

Fondazione  
Cassa di Risparmio  
di Padova e Rovigo

con il patrocinio di:

Comune di S. Felice

REGIONE DEL VENETO

PROV. VENEZIA DI ROVIGO

ULSS 19

CONFERENZA  
DEL SINDACI  
AZIENDA ULSS 18  
ROVIGO

COMUNE DI ROVIGO

ASL  
Settore  
Territoriale

guadagnare  
salute

Convegno

“ INVESTIRE  
SUL MOVIMENTO:  
STRATEGIE  
PER LA SALUTE  
NEL  
PROGETTO INTEGRATO ”

Venerdì 25 Maggio 2012  
Azienda ULSS 18 Rovigo

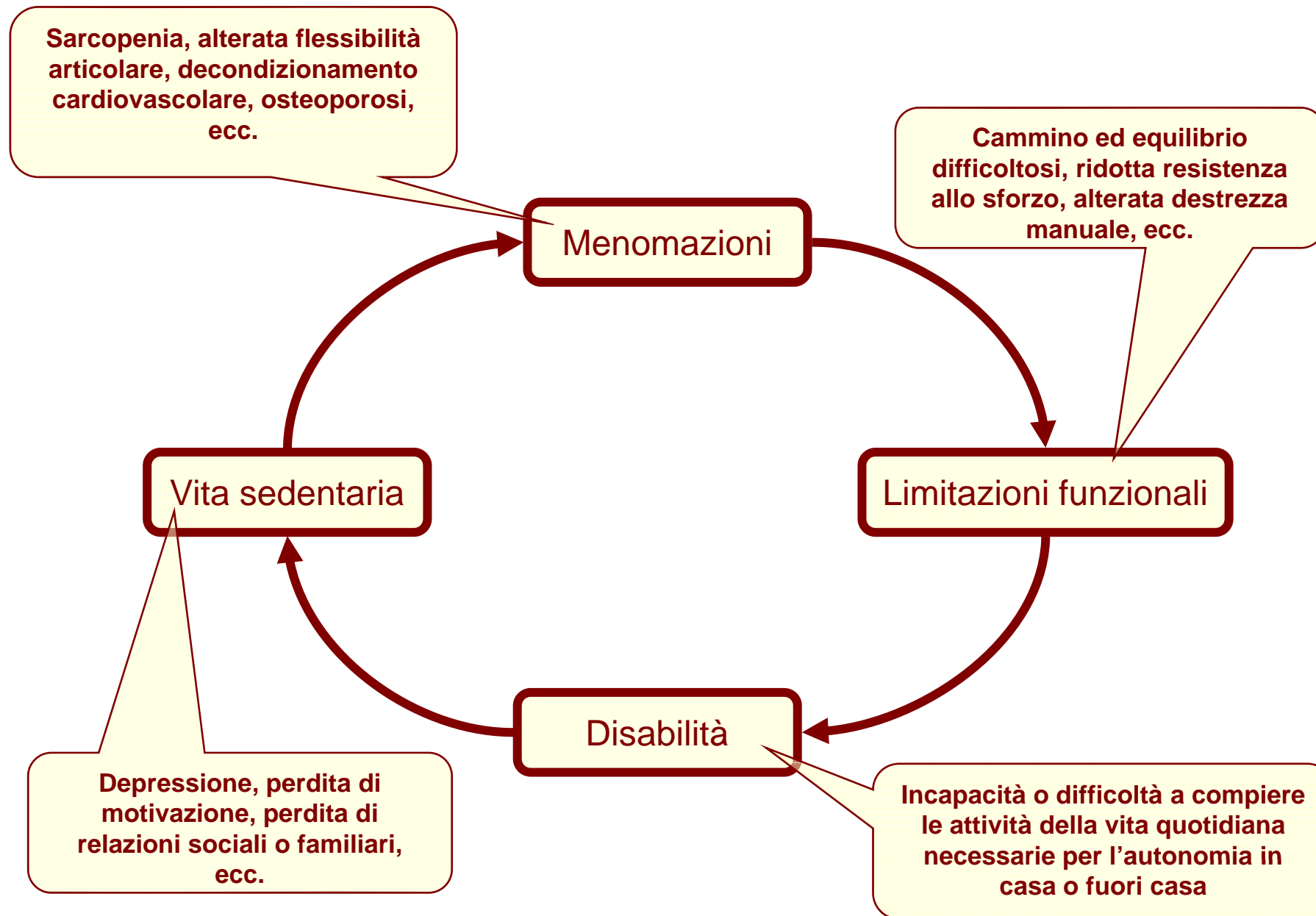


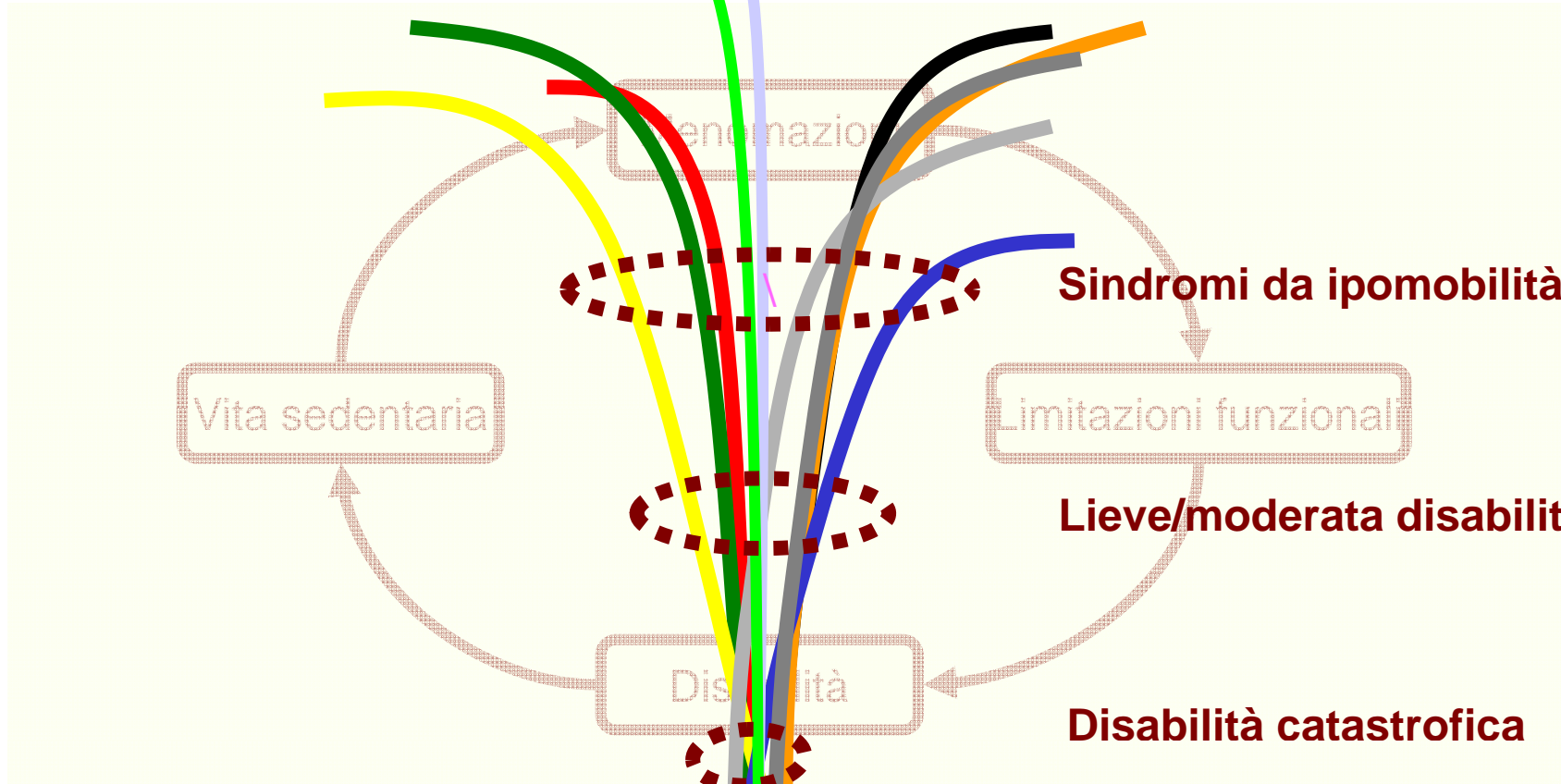
# Attività Fisica Adattata

Francesco Benvenuti  
UOC Cura e Riabilitazione delle Fragilità  
Dipartimento Territorio-Fragilità  
AUSL11 Empoli

## Attività fisica e prevenzione

Malattia o Sindrome	Prevenzione primaria o cura	Prevenzione terziaria
Cancro (colon, mammella)	Sì	No
Malattia cardiovascolare	Sì	Sì
Malattia cronica polmonare	No	Sì
Demenza (diversa da quella multiinfartuale)	No	No
Depressione, ansia	Sì	Sì
Diabete di tipo 2	Sì	Sì
Cadute	Sì	Sì
Fragilità, menomazioni della mobilità	Sì	Sì
Iperlipidemia	Sì	Sì
Ipertensione	Sì	Sì
Lombalgia	No	Sì
Malattie neurodegenerative	No	Sì
Obesità	Sì	Sì
Osteoartrosi	No	Sì
Osteoporosi	Sì	Sì
Malattia vascolare periferica	Sì	Sì
Stroke	Sì	Sì
Incontinenza da sforzo	Sì	Sì
Menomazione visiva	No	No





Vita sedentaria

Disabilità

Limitazioni funzionali

Lieve/moderata disabilità

Sindromi da ipomobilità

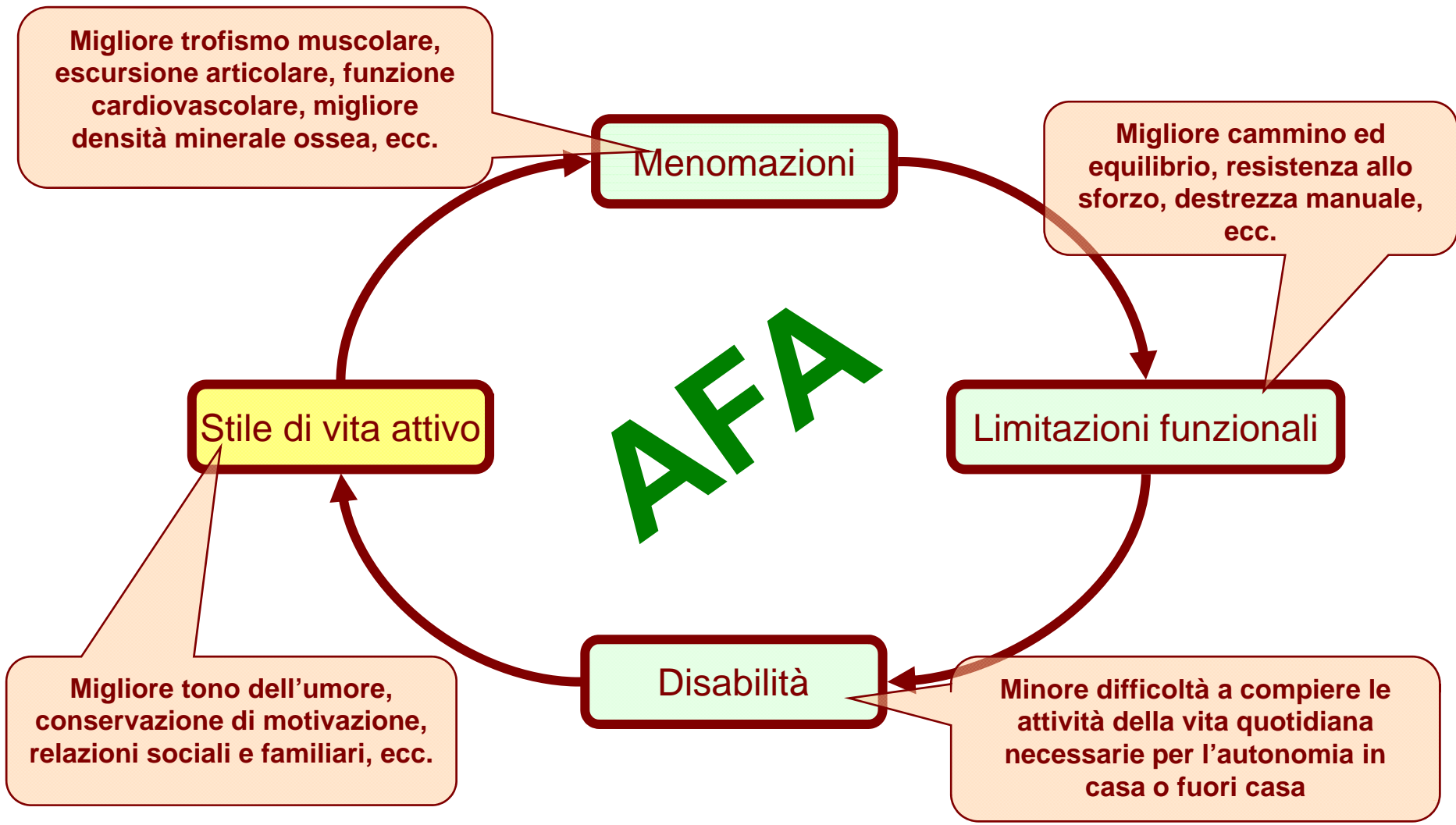
Disabilità catastrofica

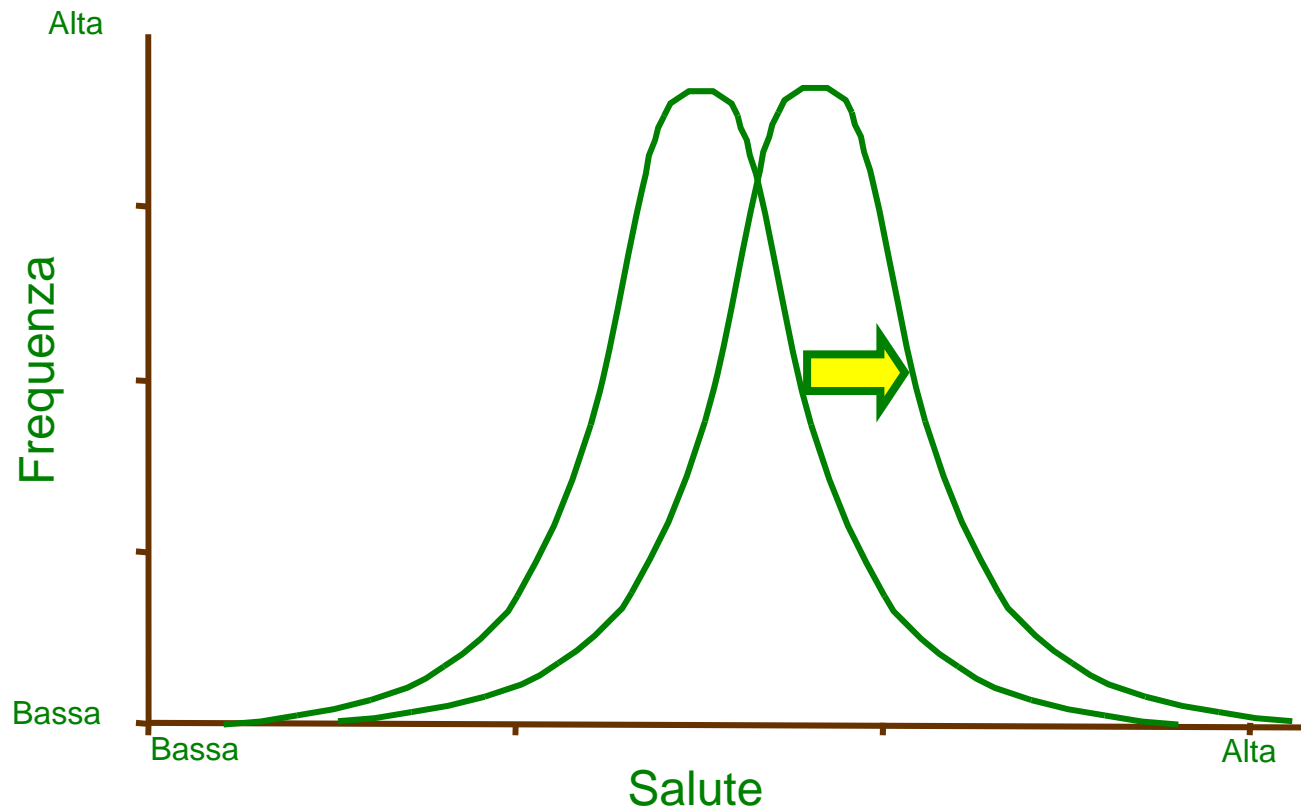
Denominazioni



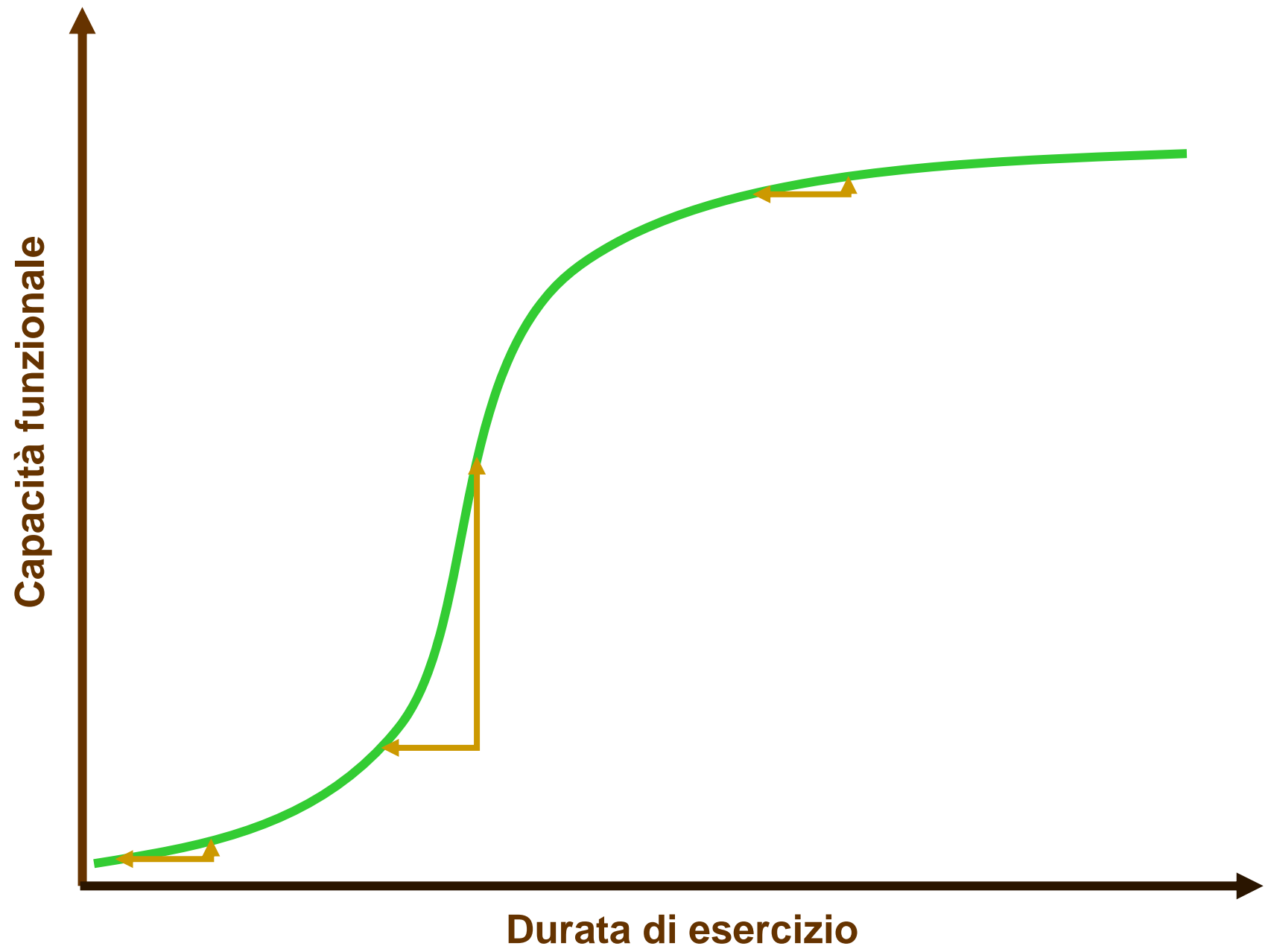
## Le AFA

**Programmi di attività fisica, svolti in gruppo, adattati per specifiche alterazioni croniche dello stato di salute per la prevenzione (terziaria) della disabilità**



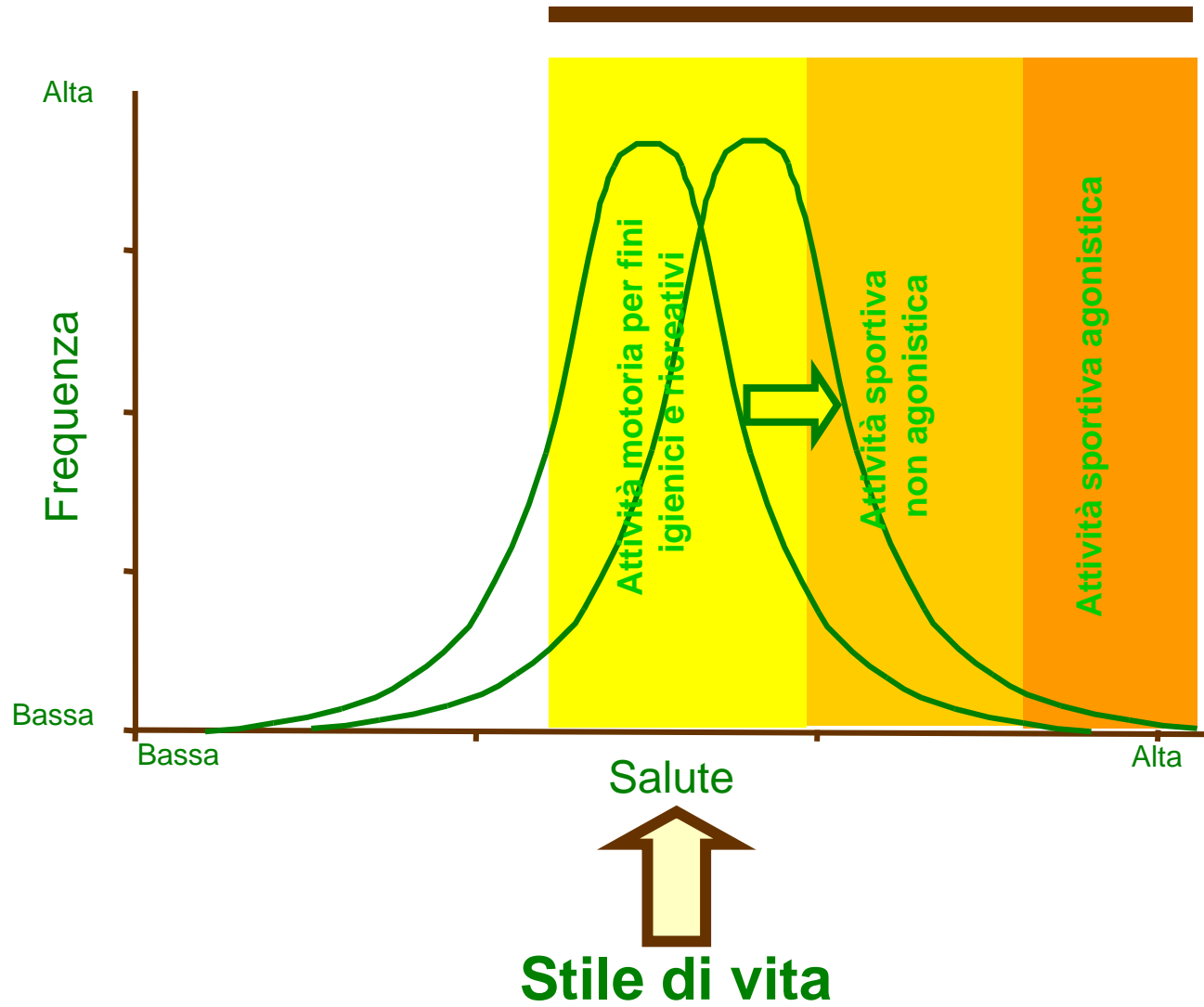


  
**Stile di vita**



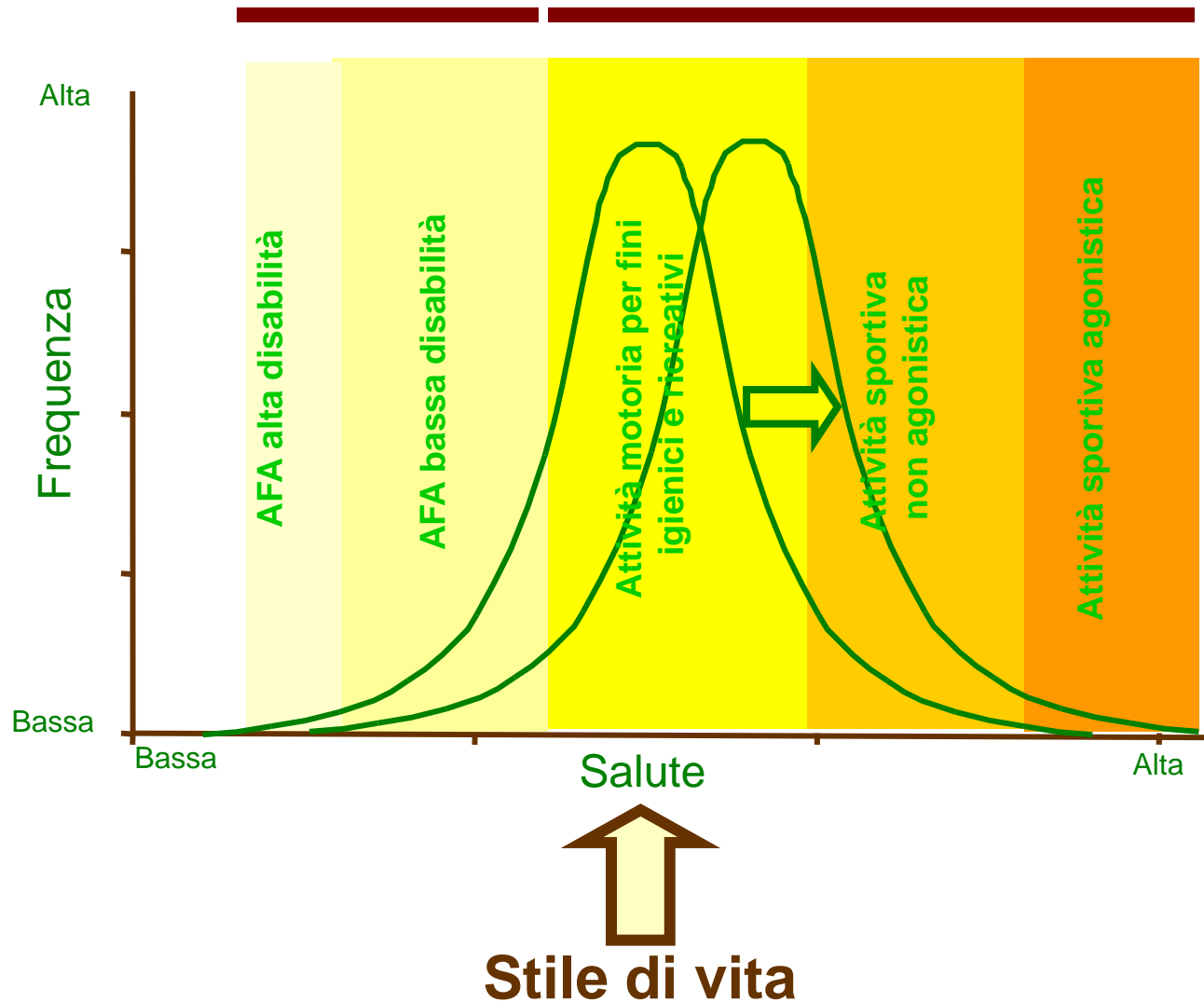


LR 35/03

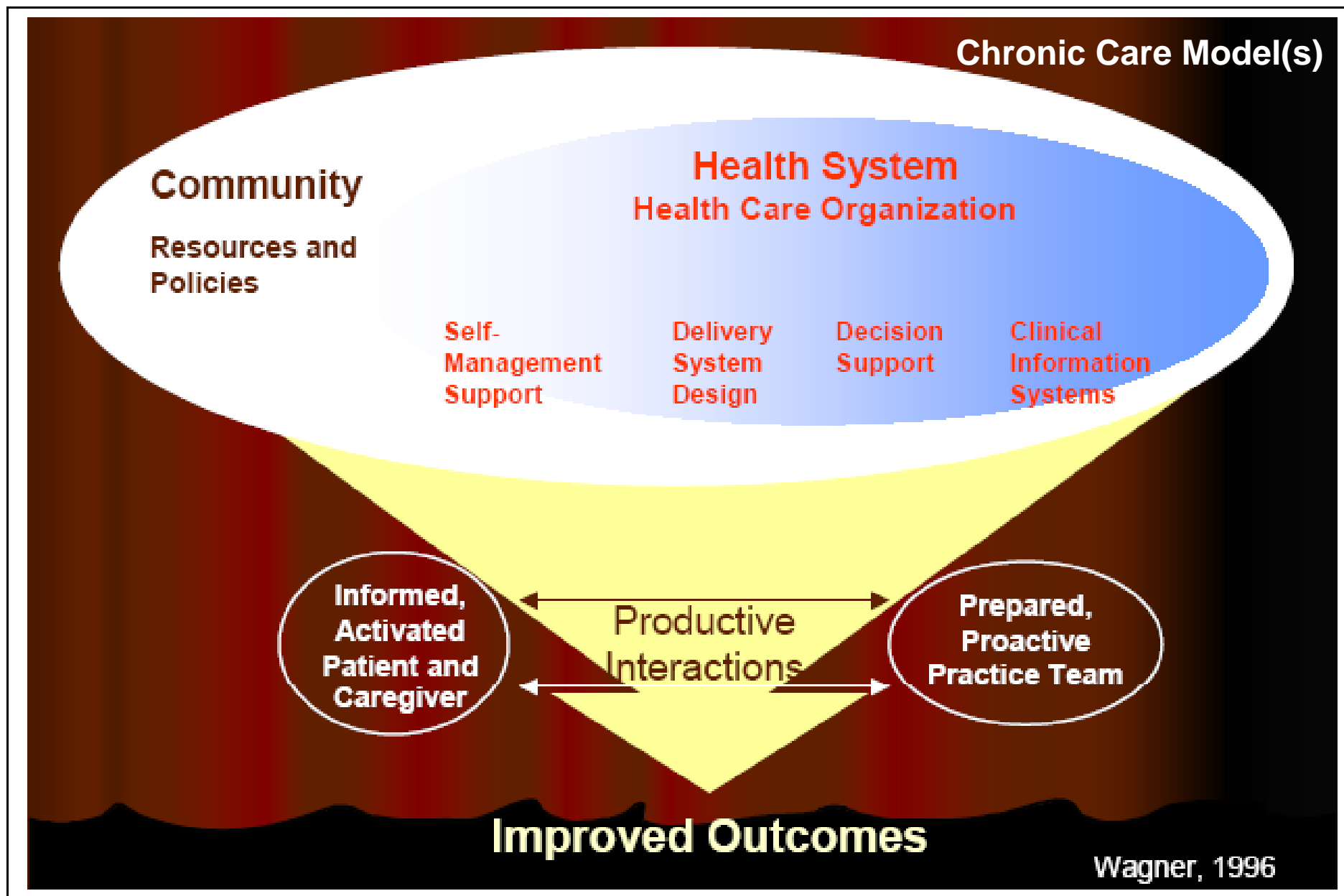


DGR 595/05  
DGR 459/09

LR 35/03



# SANITA' DI INIZIATIVA





# Principi organizzativi

DGR 459/09

- 1. Attività motoria per “esclusivi fini igienici e ricreativi”: “non richiesta certificazione medica” (LR 35/03-Tutela sanitaria dello sport)**
- 2. Continua nell’anno**
- 3. Programmi specifici per lo stato di salute**
- 4. Coordinata e controllata per qualità e sicurezza dall’AUSL che esplicita criteri di appropriatezza**
- 5. Consigliata da personale sanitario**
- 6. Programmi di esercizio definiti in modo esplicito**
- 7. Erogatori multipli (no-profit e profit)**
- 8. Basso costo**
- 9. Costi completamente coperti dai partecipanti**



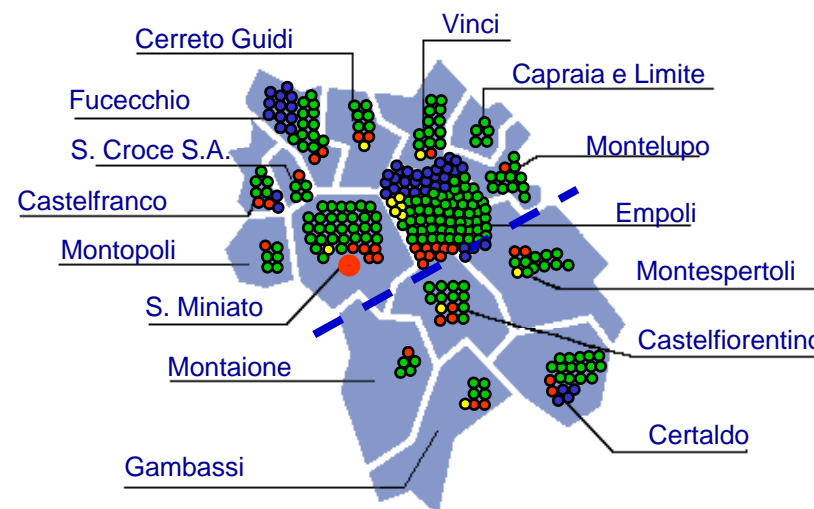
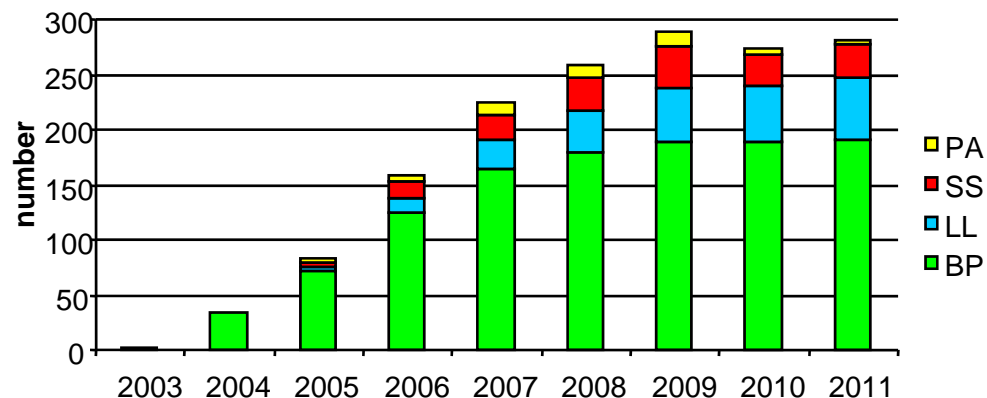
## Facilmente accessibile

Distanza mediana casa-palestra 1.2 km

 Comitati UISP Empoli-Valdelsa e zona del Cusio	 Maercondia San Miniato Basso	 Dromos ASD Castelflorentino	 ASD Toscana Atletica Empoli	 Piscine Aquatempira Empoli, Santa Croce, Castel Fiorentino, Certaldo	 La Palestra SNC Ponte a Egola	 Palestra Athena Certaldo	
 ASD Delfini Ponte a Elba	 Palestra You Fit Santa Croce sull'Arno	 Centro Helios Fucecchio	 ASD Gam	 Palestra Oasi Gambassi Terme	 Palestra Anna Empoli	 Palestra Noi Sport Castelfranco di Sotto	 Palestra Body Mind Santa Croce sull'Arno
 Miosotys Limite sull'Arno	 ASD Airone Pontano Empoli	 Palestra Universo Empoli	 Ass. Polisportiva Montelupo f.no	 Associazione Montepertoli Montepertoli	 Palestra The Prince Montelupo f.no	 Palestra Blu Club Fucecchio	 Simon Dance Studio Empoli
 Palestra Barba Gym La Scala, San Miniato	 Ass. Polisportiva Certaldo	 ASD Bunny Club Vinci	 Maercondia La Serra San Miniato	 Palestra Il Cigno Fucecchio	 Sporting Club Castelflorentino	 Centro Medico Castelflorentino	
 Centro Studi Discipline Orientali-Spicchio, Vinci	 Palestra Natural Corcheto Guidi	 Palestra Inside Sovigliana, Vinci	 Vital Center Empoli	 Cerchio del Duogo Limite sull'Arno	 Palestra Budokan Capriati f.no	 Palestra Tara delle Tigri Ponte a Egola	

38 erogatori: 70 palestre e 8 piscine

## APA CLASSES IN AUSL11



**PA: Parkinsonismi (5)**  
**SS: Sindromi spatiche (30)**  
**LL: Menomazioni arti inferiori (57)**  
**BP: Mal di schiena**

- AUSL11: 231,000 residenti, 22% di età  $\geq 65$
- Numero di persone valutate dal Centro di coordinamento da Novembre 2003 a Dicembre 2011: 16518
- Stima partecipanti Dicembre 2011: 4500.

# Opportunità di esercizio efficace

Before



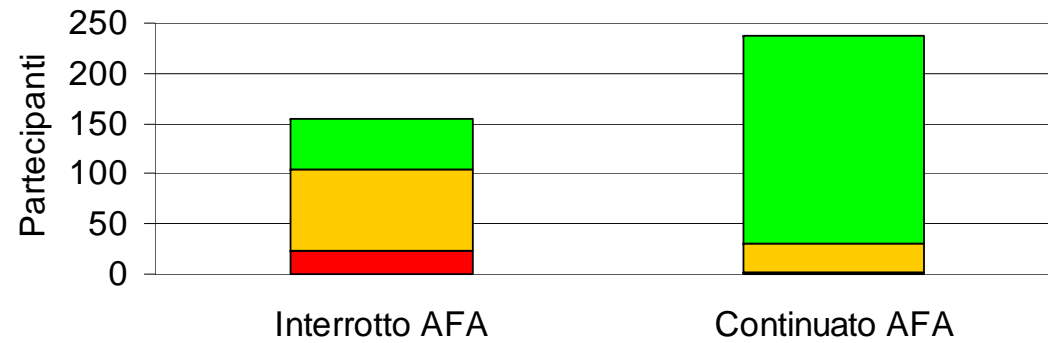
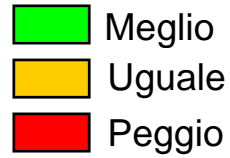
After 6 months



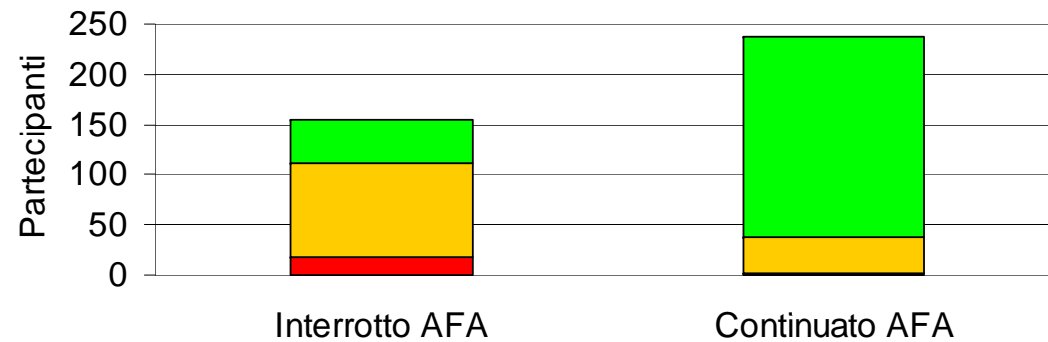
# Opportunità di esercizio efficace

## MAL DI SCHIENA

Come va il suo/la sua ....  
rispetto a prima di iniziare l'AFA?

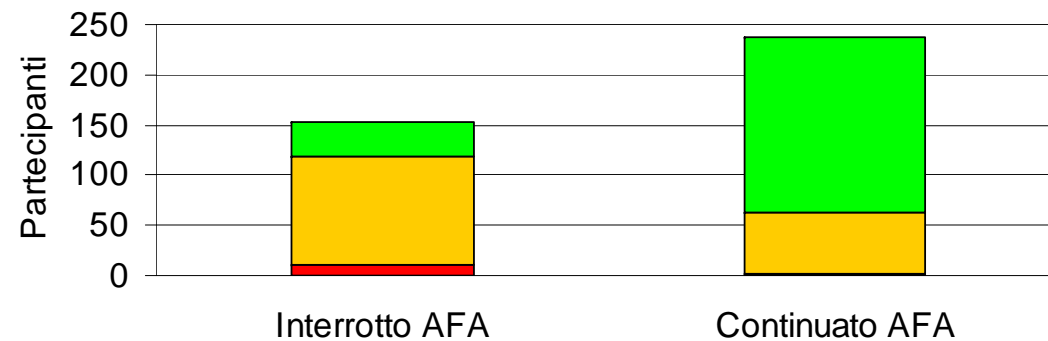


## SALUTE



Chi<sup>2</sup>  
sempre P<0.00001

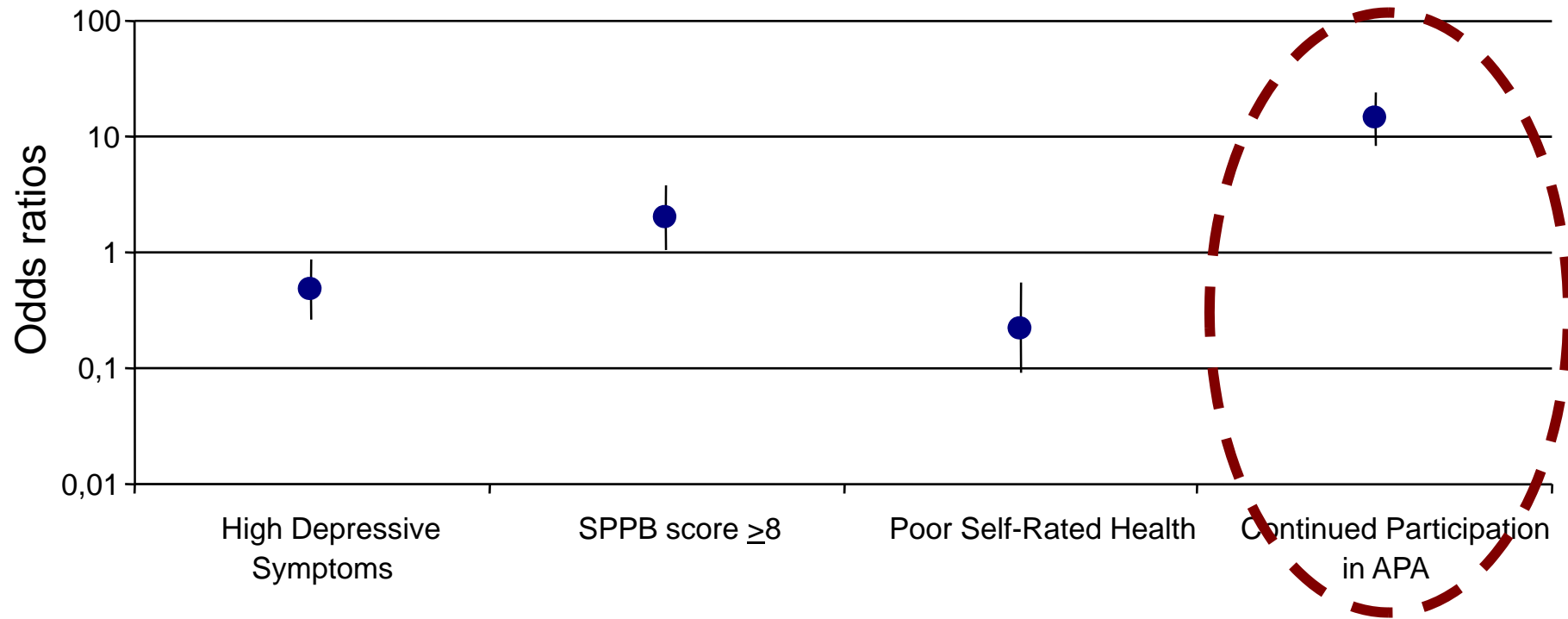
## UMORE





# Opportunità di esercizio efficace

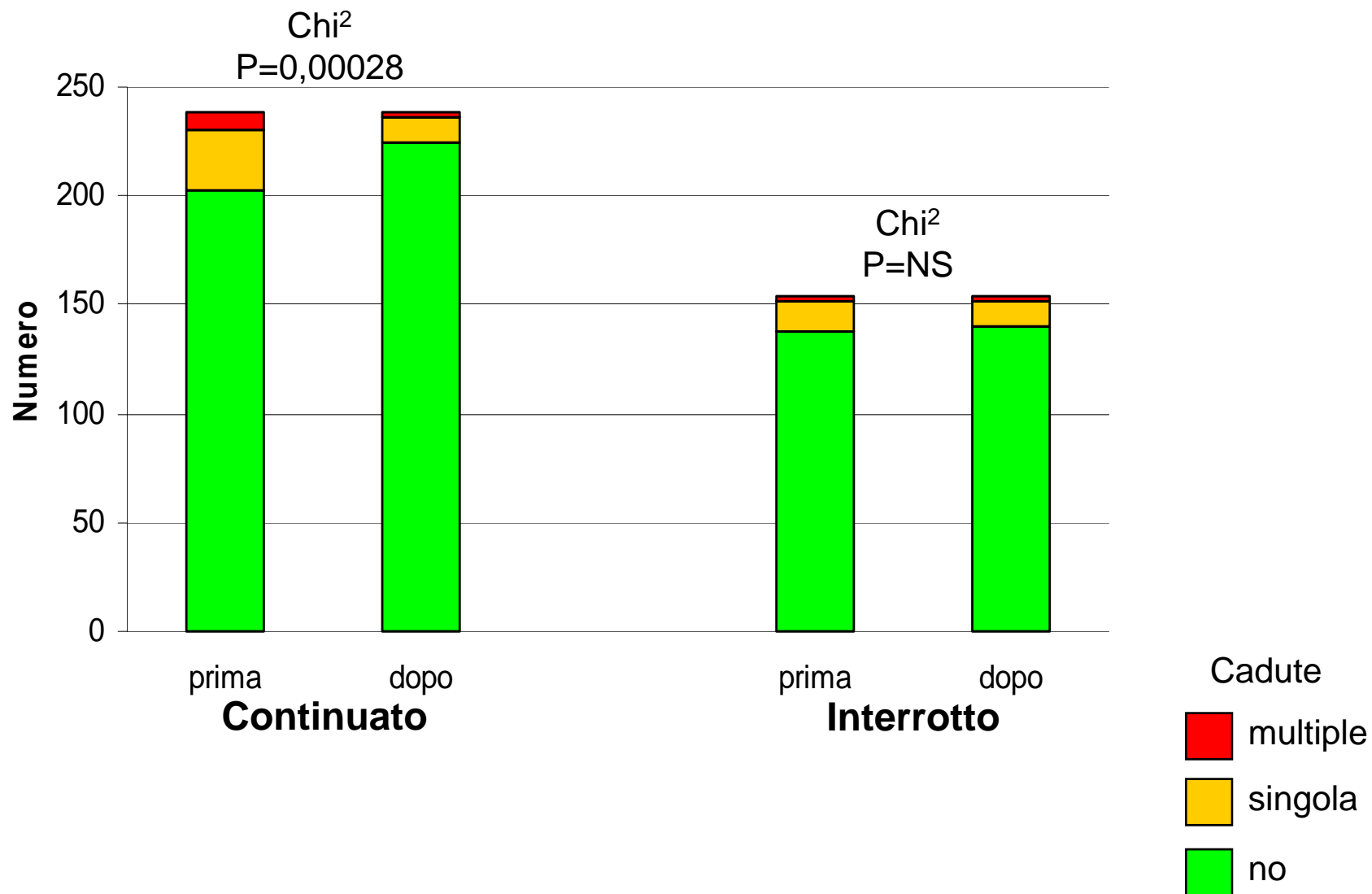
## Variables associated with improvement of back pain



Applying the derived discriminant function **80%** participants were correctly classified for LBP improvement.

# Opportunità di esercizio efficace

## Cadute nei 3 mesi precedenti

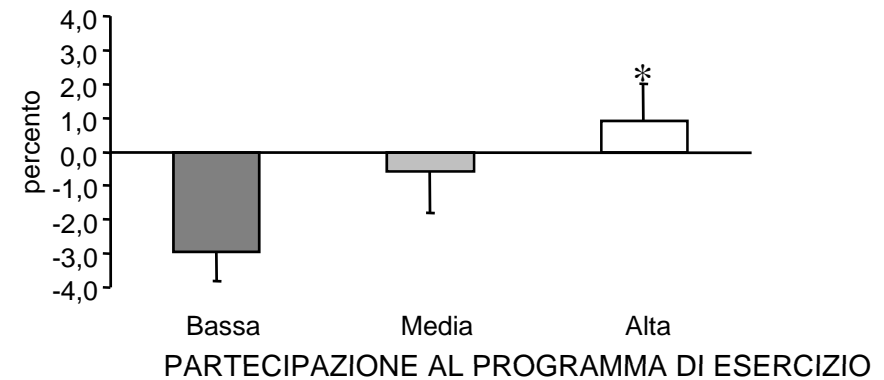
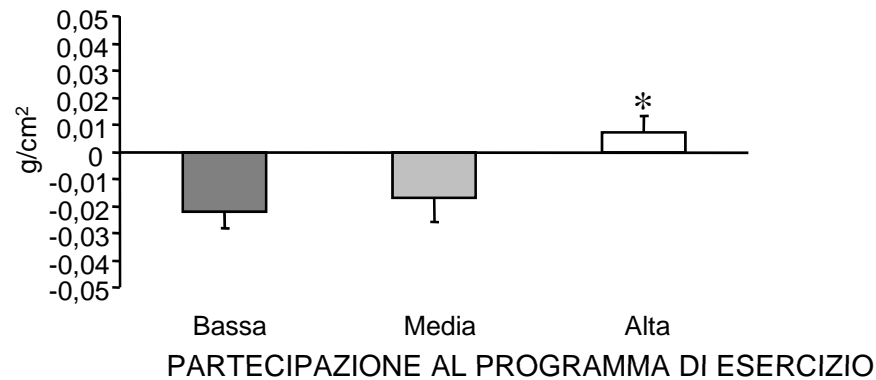


# Opportunità di esercizio efficace

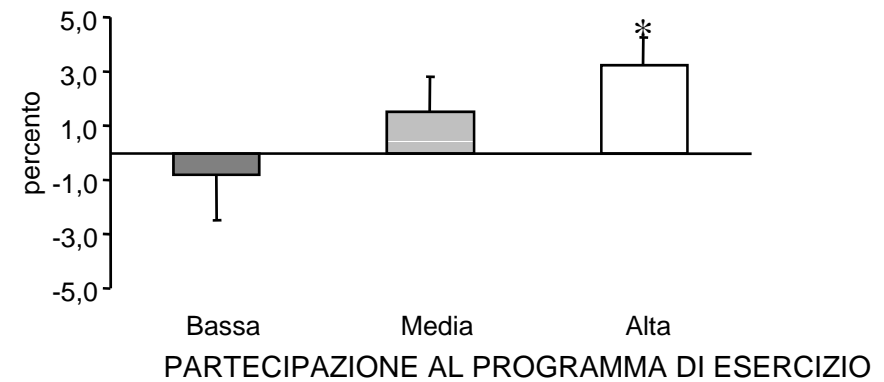
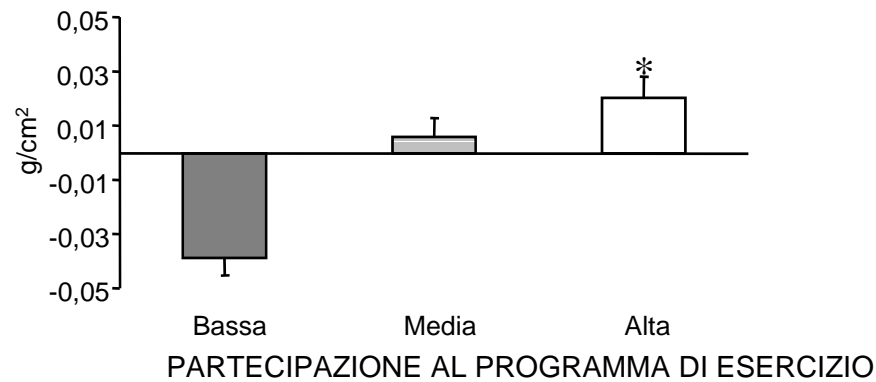
## DIFFERENZA ASSOLUTA

## DIFFERENZA NORMALIZZATA

### FEMORE PROSSIMALE



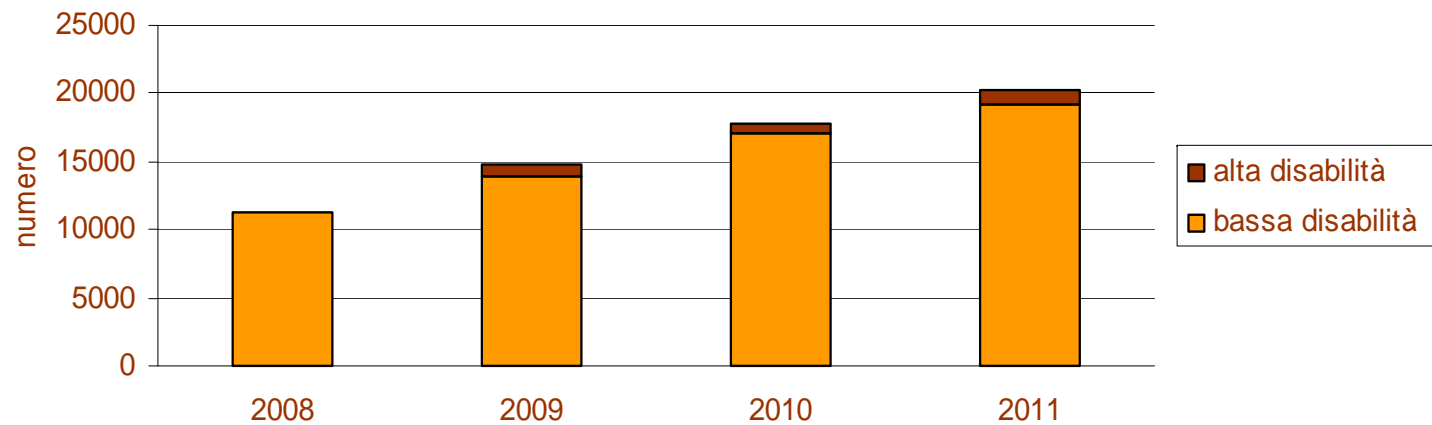
### RACHIDE LOMBARE



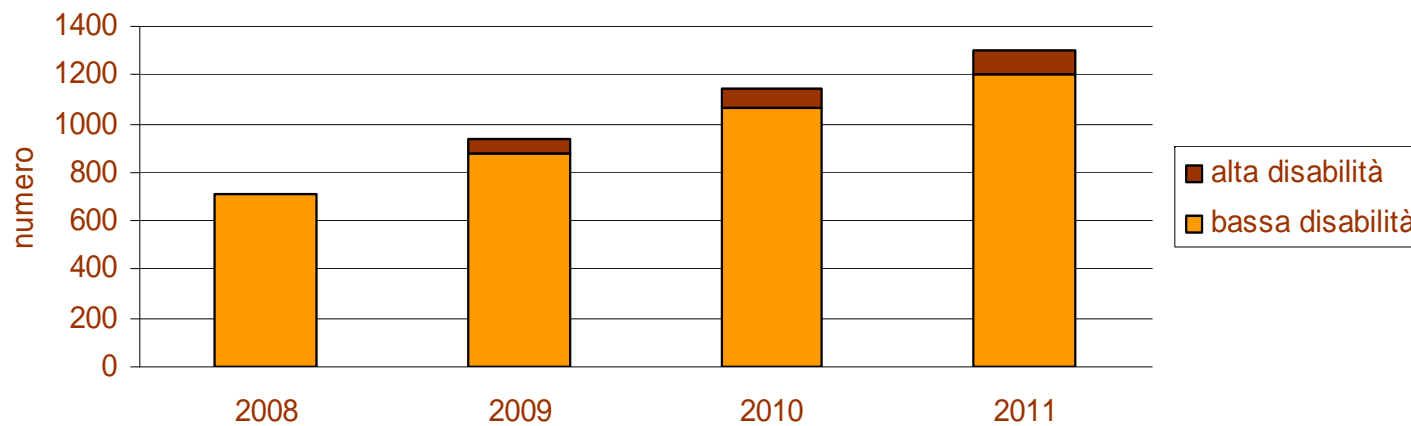
\* P<0,05 rispetto ai valori basali (test di Wilcoxon per campioni appaiati).



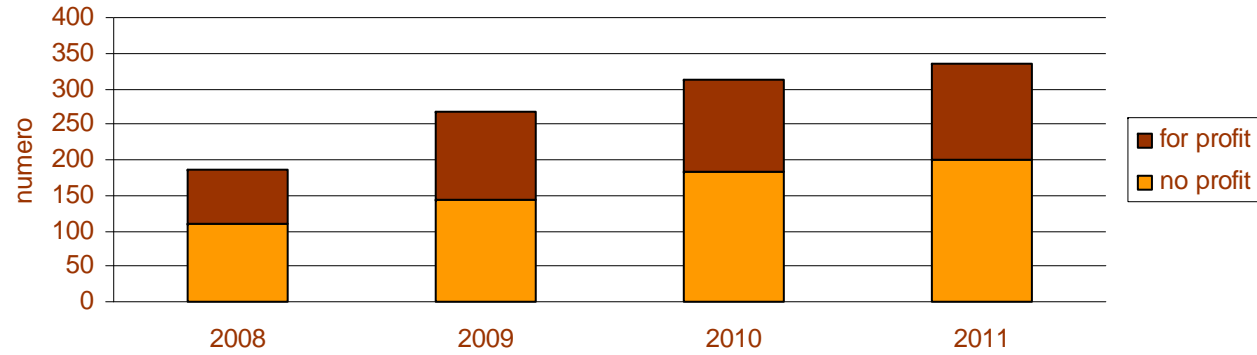
## PARTECIPANTI



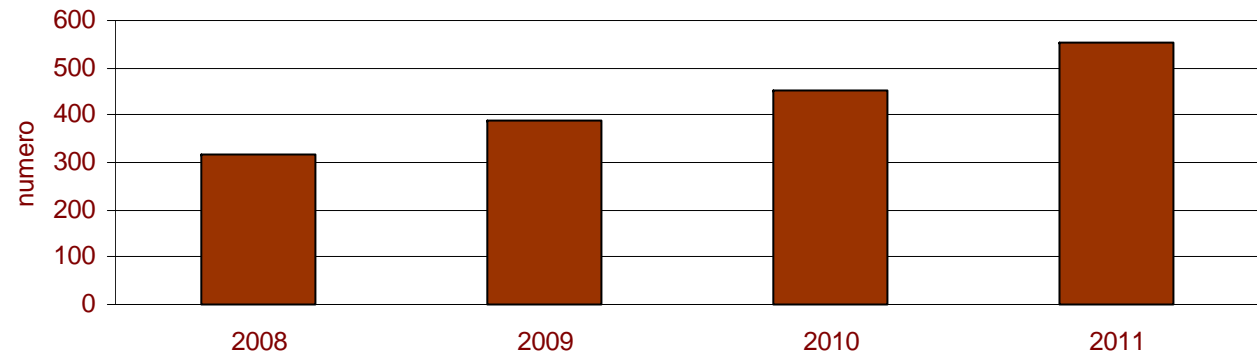
## CORSI AFA



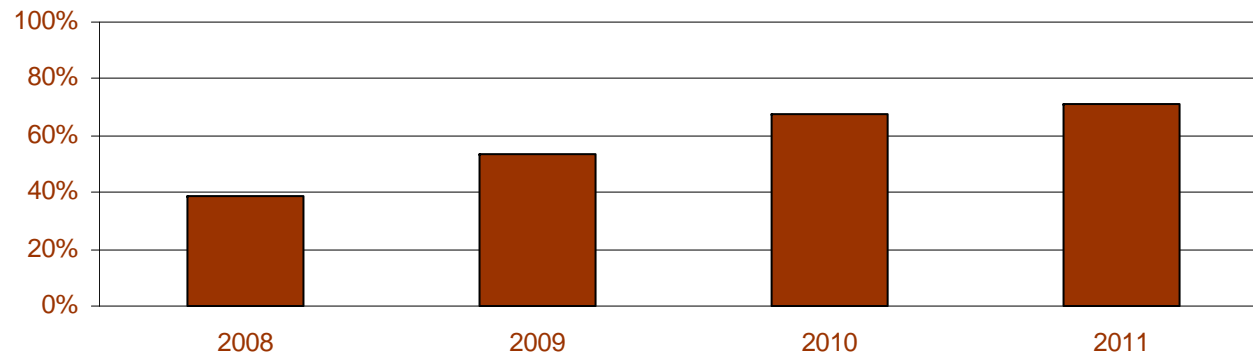
## EROGATORI



## PUNTI DI EROGAZIONE

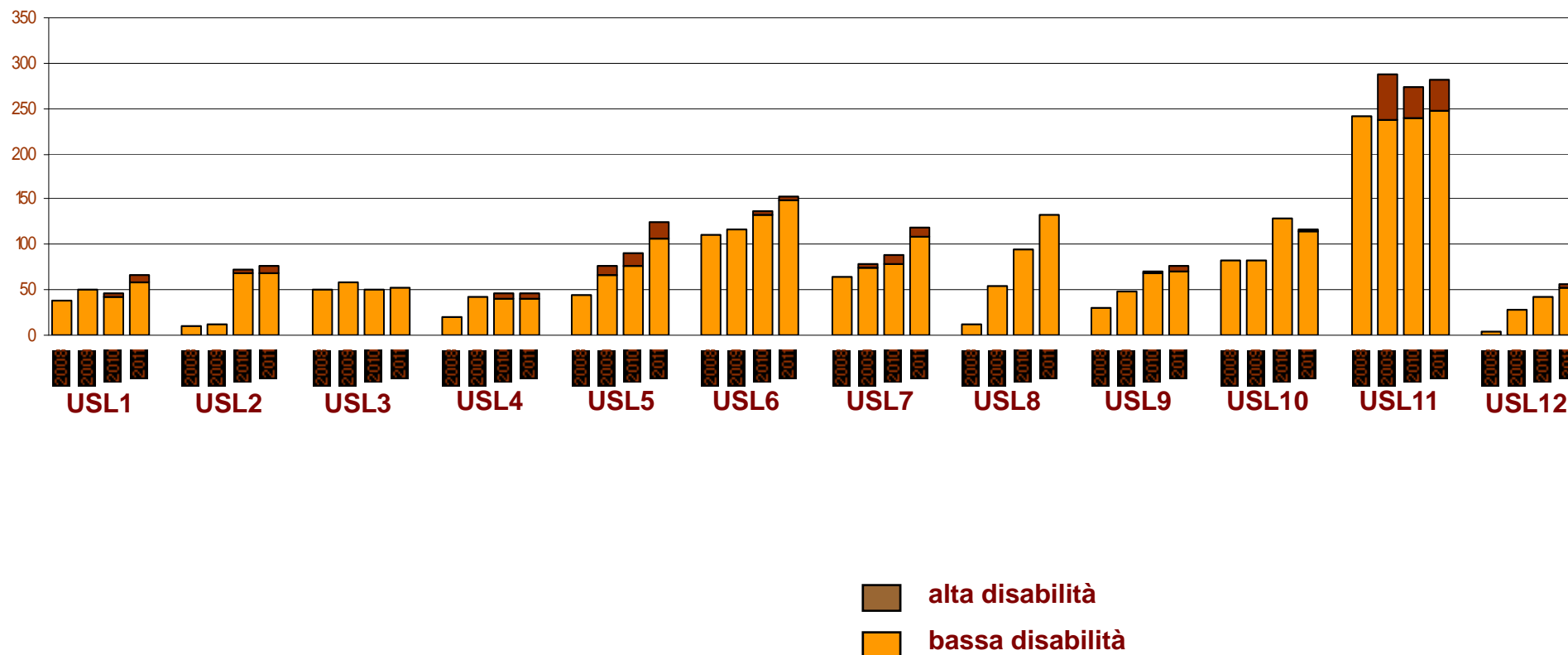


## COPERTURA COMUNI TOSCANI





## NUMERO CORSI AFA 2008-2011



**NB nel 2008 il numero dei corsi afa non è stato distinto per alta e bassa disabilità (è riportato solo il numero totale di corsi)**





Con il patrocinio della Commissione  
di Studi del Consiglio Nazionale  
e Nazionale Italiana

SOCIETÀ ITALIANA  
TAI CHI KUNG FU

SABATO 19 MAGGIO ORE 16.00  
PRESSO LO STADIO "CARLO CASTELLANI"  
DI EMPOLI

**AFA**  
Associazione Italiana  
Aikido

**DAY 2012**

Logo of the Italian National Council of Tai Chi Kung Fu and the Italian National Tai Chi Association.

Logos of sponsors: Banca di Cambiano, Premiera Jockey Filarematica "M. Deg. Maffei", and various other local businesses.

**GRAZIE!**

