

Shiatsu e Parkinson

Gruppo Volontariato Shiatsu dell'Associazione Svizzera Shiatsu Metodo Namikoshi

Il Gruppo Volontariato Shiatsu (GVS) è composto da un gruppo di terapisti dell'Associazione Svizzera Shiatsu metodo Namikoshi che offre trattamenti individuali di shiatsu a persone disabili la cui patologia è molto impegnativa per loro e per i familiari. Alleviare le sofferenze dell'andicap e contribuire a migliorare la qualità della vita sono gli scopi primari che il gruppo si prefigge di raggiungere.

L'esperienza fatta fino ad oggi riguarda patologie quali emiplegia, paraplegia, sclerosi multipla, leggero handicap mentale, traumatismi, e altre ancora.

All'inizio del 2004 il GVS ha offerto alla neonata Associazione Amici del Gruppo Auto-Aiuto Ammalati di Parkinson, la possibilità per i propri soci di beneficiare di sedute di shiatsu nell'ambito del volontariato. L'Associazione Amici del Gruppo Auto-Aiuto Ammalati di Parkinson ha accolto positivamente la nostra proposta.

Gli obiettivi che intendiamo raggiungere con questo progetto sono essenzialmente tre:

1. Aiutare a migliorare la qualità di vita del parkinsoniano
2. Il riconoscimento dell'efficacia della tecnica dello shiatsu sui parkinsoniani ed eventualmente il suo inserimento nell'ambito dei loro programmi riabilitativi quale terapia complementare.
3. Elevare la qualità del terapeuta, sia dal punto di vista professionale, sia umano.

Da gennaio 2005, nella sede dell'Associazione Ticinese Terza Età (ATTE) a Bellinzona, il GVS tratta sei parkinsoniani, ai quali se ne sono aggiunti in seguito altri due. Dieci i terapisti che hanno lavorato a turni, secondo le possibilità di ognuno. Il primo ciclo di trattamenti con questi otto parkinsoniani si è svolto da gennaio a maggio 2005.

Per rendere sostenibile il progetto e raccogliere i dati nel modo più obiettivo possibile in questa prima fase, il gruppo ha lavorato utilizzando solamente la tecnica base dello shiatsu Namikoshi; mantenendo la frequenza del trattamento settimanale per tutti gli utenti; eseguendo insieme tutti i trattamenti; attuando una continua rotazione tra i terapisti (non si è mai trattato due volte di seguito la medesima persona); compilando nella prima seduta una scheda di anamnesi e ad ogni seduta successiva una di rilevazione comprendente: variazioni della situazione rispetto la seduta precedente secondo il paziente, trattamento eseguito dal terapeuta ed eventuali sue considerazioni. Il tempo di ogni trattamento è stato di circa un'ora effettiva.

2. Valutazione dei trattamenti da parte dei pazienti

Dal questionario compilato alla fine del ciclo di terapie da parte degli utenti sono emerse le valutazioni riassunte nella tabella seguente:

	SI		NO		NESSUN PROBLEMA	
	Numero	%	numero	%	numero	%
Rigidità	6	75%	2	25%	-	
Tremori	1	16.66%	5	83.33%	2	
Equilibrio	3	50%	3	50%	2	
Movimenti	5	62,5%	3	37,5%	-	
Dolore	3	60%	2	40%	3	

Digestione	-		1	100%	7	
Sonno	4	80%	1	20%	3	
Stato fisico	7	87,5%	1	12,5%	-	
Stato psichico	3	75%	1	25%	4	
Contributo shiatsu	7	87,5%	1	12,5%	-	
Infastidisce l'alternanza dei terapisti	-		8	100%	-	
Desiderano continuare i trattamenti	8	100%	-		-	

1. Tabella: riassuntiva valutazione dei pazienti

Considerazioni

Tra le varie difficoltà incontrate nella raccolta dei dati, due in particolare vanno segnalate: La prima è la grande eterogeneità della malattia per quanto concerne l'età in cui si sviluppa, il suo decorso ed i sintomi (quante volte abbiamo sentito ripetere dai parkinsoniani: "Ognuno ha la propria malattia di parkinson!") Va anche sottolineato che la maggioranza delle persone trattate, oltre al parkinson, hanno altre patologie che vanno da disfunzioni del sistema cardio-circolatorio all'alzheimer.

La seconda è data dal fatto che ogni parkinsoniano segue un suo percorso "farmacologico" personalizzato e modificato abbastanza frequentemente o chirurgico/farmacologico con l'impianto di un neurostimolatore. Capire quindi, da una seduta all'altra, se la modifica di un sintomo specifico possa essere attribuita anche allo shiatsu è complesso.

Dai dati raccolti possiamo comunque considerare positivo l'effetto dello shiatsu, in modo particolare sulle rigidità, sui movimenti e sul sonno. Miglior stato fisico generale da parte di tutti (1 escluso) e, tra coloro che soffrono di depressione (1 escluso), sensazione di miglioramento globale psico-fisico.

Per Gruppo Volontariato Shiatsu, Dario Baranzini

Il testo integrale dell'articolo sopra esposto si può leggere in <http://www.namikoshi.ch/site/parkinson.html>