

Lezione 31

**7 ESERCIZI DI CATEGORIA
SUPERIORE**



Recupero del Cammino



INDICE

7.6 Esercizio: “posizioni per la caviglia”

Pag. 3

7.6 "POSIZIONI PER LA CAVIGLIA"

 [Guarda Il Video](#)



Introduzione all'esercizio:

La caviglia nei confronti del cammino ha un ruolo decisamente delicato e raffinato che va dall'organizzazione del carico, all'orientamento corretto del piede nel momento del contatto a terra. Probabilmente è proprio per la sua importanza che è spesso sede di ipertono e spasticità. L'esercizio che vi mostrerò sarà una naturale continuazione di quello che avete fatto negli esercizi di confidenza.

Posizionamento e Presa:

Il posizionamento del paziente durante questo esercizio è praticamente identico a quella assunto durante l'esercizio di riconoscimento delle posizioni della caviglia del gruppo degli esercizi di confidenza.



L'Attrezzatura

Anche la costruzione di questo sussidio è piuttosto elementare e ricostruibile in casa.

La Calibrazione

1° livello dimmi in QUALE posizione ti porto le dita?

2° livello dimmi in QUALE posizione ti porto le dita e che posizione vuoi sentire?



1° livello

Domanda: la domanda che il terapeuta farà al paziente sarà

"Dimmi in *QUALE* posizione ti porto le dita del piede "

In breve: questo primo livello è la continuazione naturale dell'ultimo livello dell'esercizio del gruppo di confidenza, inizieremo ad aumentare le posizioni fino a ad un massimo di 8 (solo nei casi in cui sia stata recuperata la facoltà di numerare le posizioni altrimenti continuate con le 5 posizioni disegnate sul foglio che avete scaricato e passate al 2° livello)

Variabili: posizioni fino a max 8

Esecuzione:

- Il terapeuta preparerà al compito il paziente, che dovrà riconoscere la posizione che di volta in volta raggiungerà con la punta delle dita attraverso il movimento del caviglia,
- Il terapeuta una volta effettuata la presa del piede, inizierà a proporre diverse posizioni avendo come punto riferimento le dita sul pannello dello strumento sul quale abbiamo disegnato le varie gradazioni, sarà compito del terapeuta comprendere quando sarà il caso di diminuire la distanza fra una posizione e l'altra e quando aggiungere nuove posizioni verso l'alto, questo accadrà quando le capacità del paziente di riconoscere le posizioni saranno migliorate e quando la tensione muscolare della caviglia sta via via diminuendo. Sarà possibile aumentare le posizioni fino a un massimo di 8
- A questo punto il paziente sarà chiamato a riconoscere le posizioni nominandole di volta in volta con il numero corrispondente.

2° livello

Domanda: la domanda che il terapeuta farà al paziente sarà

"Dimmi in *QUALE* posizione ti porto le dita e che posizione vorresti sentire"

In breve: in questo secondo livello inizieremo a proporre talvolta anche una domanda diversa, il terapeuta chiederà al paziente di scegliere una posizione che vorrà sentire, e poi deciderà se soddisfare o disattendere la sua richiesta.

Variabili: posizioni fino a max 8

Esecuzione:

- Questo 2° livello è la continuazione naturale del 1°, intendo dire che la modalità verrà solo arricchita con la nuova richiesta e non sostituita completamente. per darvi una idea chiara, il terapeuta potrà effettuare 3 posizionamenti dove richiederà il riconoscimento ed uno dove chiederà al paziente di anticipare la posizione da voler sentire.
- Una volta che il paziente ha richiesto la posizione da voler percepire, il terapeuta deciderà se soddisfare o disattendere la richiesta.

Se giusto:



Se il paziente riconoscerà la sua posizione, il terapeuta glielo farà presente complimentandosi, se riconoscerà che non si tratta della sua, il terapeuta chiederà al paziente di riconoscere la posizione diversa dalla sua.

Se sbagliato



L'errore viene gestito analogamente a quanto accadeva con gli altri esercizi; facendo sentire al paziente l'errore, in modo da offrirgli la possibilità di confrontare le sensazioni.

Prossime lezioni

7.7 Esercizio: “ Esercizio le moquette” parte 1

Pag. 3