

L'attività fisica adattata mette in movimento tutti i diversamente abili

CENTO

Nella sede di Coccinella Gialla sono stati presentati i risultati ottenuti con il progetto di Attività fisica adattata (AFA) rivolto a giovani adulti con disabilità congenita o acquisita. Si tratta di un progetto finalizzato al miglioramento del benessere fisico, psichico e sociale della persona attraverso l'attività mo-

toria sportiva che è stato portato a termine in quattro mesi.

I PARAMETRI

Sono state 32 le persone che hanno partecipato al progetto proposto da Esercizio Vita, della Città del Ragazzo, insieme a Coccinella Gialla e il centro diurno Pilacà di Cento e centro Perez di Ferrara. I parametri di accesso,

per entrare nel progetto, riguardavano il grado di autonomia motoria, la percezione dei limiti e delle potenzialità, eventuali fattori di rischio e le indicazioni specifiche del medico curante.

I TEST

I test di ingresso sono stati poi confrontati con i risultati ottenuti al termine del programma. «I risultati ottenuti - ha spiegato Luca Pomidori di Esercizio Vita - sono stati ottimi perché nei test finali i partecipanti al progetto hanno dimostrato di essere arrivati ad un +13,0% nella capacità d'esercizio, nella forza degli arti inferiori si è raggiunto il +20,3%, nell'agilità si è arrivati a +14,3% e la

capacità di equilibrio è aumentata del 8,6%». L'attuazione pratica del progetto è stata utile anche per valutare gli eventuali punti deboli (si sta già lavorando per ridurli) e i punti di forza dove anche gli operatori ne hanno tratto beneficio grazie alle capacità relazionali.

COMPATIBILITÀ

«Un progetto - ha sottolineato Michele Bronzino di Coccinella Gialla - che si è rivelato compatibile con le strutture e gradito dagli operatori». Presentata anche una serie di poster che raffiguravano tutta una serie di momenti legati alle attività svolte. —

Giuliano Barbieri

© BY NO ND ALDUNI DIRITTI RISERVATI