Società svizzera sclerosi multipla

Info-SM

Kinaesthetics: mobilizzazione a domicilio

Prendersi cura delle persone colpite da sclerosi multipla è impegnativo e faticoso dal punto vista fisico. Lo svolgimento delle attività quotidiane diventa una sfida e ogni movimento si trasforma in una prova di forza. Senza le indicazioni di professionisti, questo impegno gravoso può causare problemi di salute e spossatezza nei familiari curanti. Uno specialista di Kinaesthetics può aiutare, mostrando come gestire le attività di assistenza in modo delicato.

I punti più importanti in sintesi

- La Kinaesthetics offre ai familiari curanti sostegno e formazione.
- Essa permette loro di acquisire metodi per mobilizzare e spostare le persone con SM salvaguardando la propria schiena.
- La formazione viene svolta a domicilio da specialisti di Kinaesthetics esperti, sulla base delle tematiche scelte dalle persone interessate.

Se le capacità della persona con sclerosi multipla (SM) sono gravemente compromesse e i movimenti ridotti, diventa sempre più difficile per i parenti che la assistono gestire la vita quotidiana. Arriva il momento in cui ci si sente privi di energie e in balia degli eventi. In situazioni del genere, non tutti chiedono aiuto, per diversi motivi:

- Il desiderio dei familiari curanti di rimanere indipendenti.
- La mancanza di tempo ed energia per cercare soluzioni.
- Le scarse conoscenze sulle tecniche di cura e sulle offerte di sostegno.
- La sopravvalutazione delle proprie capacità di gestione della situazione.
- La perdita di fiducia nelle possibilità di trovare delle soluzioni.
- Gli scarsi mezzi finanziari.

Valutazione della situazione

Il primo passo consiste nel capire e ammettere di essere oberati o sovraccarichi. A volte le persone vicine o la stessa persona con SM assistita si rendono conto dell'impegno che grava sui familiari curanti meglio di voi stessi. È importante fare il punto della situazione, parlando degli aspetti che funzionano bene e di quelli che possono essere migliorati con la persona di cui vi prendete cura. Una volta fatta chiarezza sulla situazione, risulta più semplice trovare soluzioni adatte.

Il supporto della Kinaesthetics

Il termine Kinaesthetics ha un significato importante nella quotidianità delle persone con SM. Può essere tradotto con «scienza della percezione del movimento». In parole semplici, si tratta di imparare a compiere dei movimenti delicati che salvaguardino la schiena, soprattutto nello

spostamento di altre persone. I familiari che si prendono cura di una persona con SM imparano tecniche per mobilizzare e spostare la persona assistita in modo più semplice, risparmiando le forze e con maggiore sicurezza. Il motto della Kinaesthetics è infatti «muovere anziché sollevare». Per un approfondimento potete consultare il sito: su: www.kinaesthetics.ch

Formazione in un ambiente conosciuto

La Società SM, in collaborazione con l'organizzazione mantello Kinaesthetics Svizzera, offre ai familiari curanti una formazione individuale pratica in Kinaesthetics focalizzata sui loro problemi personali. Durante due sessioni da due ore, i familiari e la persona colpita riceveranno l'addestramento necessario da parte di specialisti di Kinaesthetics. Per i residenti in Ticino, grazie al supporto del Fondo famigliari curanti del Canton Ticino, è possibile usufruire fino ad un massimo di 10 ore di formazione a domicilio, con un esperto del territorio.

Valutazione e costi

Volete capire se un corso di Kinaesthetics fa al caso vostro? Allora contattate l'Infoline SM (091 922 61 10) e parlatene con un Consulente infermieristico della Società SM, che vi aiuterà a chiarire i bisogni.

Se il patrimonio liquido per coppia è inferiore a CHF 70'000, i costi per il corso di formazione in Kinaesthetics vengono coperti dalla Società svizzera SM. In caso di importo superiore, i costi sono a carico dei familiari o delle persone con SM per un massimo di 4 ore (+ spese trasporto). La tariffa oraria consigliata è di CHF 120.– più spese di viaggio sui trasporti pubblici, seconda classe, a metà prezzo.

Per i residenti nel Canton Ticino le susseguenti ore (fino ad un massimo di 10) vengono coperte dal contributo cantonale.

Per poter garantire un supporto rapido e pratico, al momento la Società svizzera SM non richiede informazioni finanziarie dettagliate. I dati vengono raccolti su una base di fiducia.

Infoline SM
091 922 61 10
Lunedì – giovedì,
ore 10.00 - 12.00 e 13.00 - 17.00
(chiuso il mercoledì pomeriggio e venerdì)

Passi successivi

Se un training individuale di Kinaesthetics è la soluzione giusta per voi, si procede come segue:

- La Società SM mette in contatto gli interessati con uno specialista di Kinaesthetics.
- Tramite una conferma di incarico, viene stabilito chi si fa a carico dei costi e le prestazioni della Società SM.
- I familiari della persona con SM ricevono una copia della conferma d'incarico.
- I familiari concordano gli appuntamenti per la formazione direttamente con lo specialista.
- La fattura viene indirizzata ai familiari o alla Società svizzera SM in base a quanto stabilito nella conferma d'incarico.
- Al termine delle ore di formazione stabilirete insieme al Consulente infermieristico della Società SM se siano necessarie ulteriori misure di sostegno.

Società svizzera sclerosi multipla
Via S. Gottardo 50 / 6900 Lugano - Massagno
Informazioni: www.sclerosi-multipla.ch / 091 922 61 10
info@sclerosi-multipla.ch

La Società SM non accetta alcun sostegno finanziario dall'industria farmaceutica. Grazie per la Vostra donazione!