



# La sport-terapia: un'occasione per tutti

## Premessa

Il progressivo aumento della spesa sanitaria nazionale non corrisponde automaticamente ad un proporzionale aumento della qualità di vita delle persone, influenzata com'è da numerosi fattori di carattere sociale, culturale ed economico.

Si calcola che la spesa sanitaria dal 5.7 % del PIL nel 2005 raggiungerà il 9.6 % nel 2050. Una delle principali cause che concorrono a tale tendenza è l'incremento tendenziale delle malattie croniche tra cui il diabete, l'osteoporosi, le patologie cardiovascolari, l'ipertensione, la bronchite cronica e le malattie infiammatorie e neurodegenerative, il cui rischio appare età correlato, divenendo significativamente maggiore per età superiori ai 45 anni.

La percentuale di malati cronici risulta inoltre statisticamente maggiore tra le fasce di popolazione a basso reddito.

Circa un terzo dei malati cronici manifestano, in aggiunta alla prima, una seconda malattia cronica che aggrava le condizioni cliniche del soggetto aumentando il rischio di ospedalizzazione con conseguente incremento della spesa individuale legata alla politerapia farmacologica. Parallelamente all'aumento della spesa sanitaria si assiste infatti ad un progressivo aumento del consumo di farmaci che delinea la necessità di far ricorso ad approcci alternativi che possano impattare significativamente sullo stato di salute della popolazione sia in termini preventivi che curativi.

Tra questi l'esercizio fisico ha un ruolo primario. L'attenzione dell'opinione pubblica è oggi giustamente focalizzata sui noti effetti preventivi dell'esercizio fisico nei confronti di una grande varietà di patologie anche potenzialmente assai gravi. Non meno importante è però il grandissimo potenziale che l'esercizio-terapia ha per il trattamento delle comuni patologie croniche. Per queste ultime, infatti, la letteratura scientifica e i *claims* pubblicitari, con lentezza ma consistenza, si spostano favorevolmente verso un uso più adeguato dell'**esercizio fisico come elemento terapeutico** aggiuntivo o alternativo al comune approccio farmacologico, con grande beneficio collettivo sia in termini di salute pubblica che di mero bilancio economico.

Pertanto la sport terapia rappresenta un modo concreto e realistico per impattare positivamente sulla salute e sulla spesa pubblica e realizzare l'obiettivo dell'integrazione tra dimensione ospedaliera e dimensione territoriale nell'ottica di una "presa in carico della persona" auspicata dalla più recente legge di riforma del Sistema Socio-Sanitario Lombardo.

## Il Centro di Medicina dello Sport di Voghera

Il Centro di Medicina dello Sport di Voghera dell'Università di Pavia si propone come Ambulatorio per la gestione delle problematiche di prevenzione e cliniche legate alla pratica sportiva. Dal 2014 il Centro diretto dal Prof. D'Antona – che si avvale della collaborazione di medici specialisti dell'ASST di Pavia e del contributo della Facoltà di Scienze Motorie dell'Università di Pavia – ha

registrato un notevole incremento di accessi sviluppando tematiche di ricerca legate alla sport-terapia.

## Finalità

Considerando il fatto che la sport-terapia, per molti aspetti, rappresenta un approccio complementare alla terapia farmacologica, la sua prescrizione deve passare attraverso mani esperte che sappiano dosare l'intervento terapeutico nel rispetto della patologia di base e delle condizioni del paziente. Affinché il grandissimo potenziale della sport-terapia possa realizzare una ricaduta positiva sulla società è necessaria la collaborazione di diverse figure professionali coinvolte a vario titolo nel garantire il ben-essere della persona.

Il progetto, pertanto, è indirizzato alla creazione di una partnership tra Università di Pavia (Centro di Medicina dello Sport) e ASST.

Il primo obiettivo è quello di creare le condizioni affinché categorie di pazienti cronici via via identificate possano, dopo l'inquadramento clinico, beneficiare dell'organizzazione di programmi di sport-terapia da svolgersi presso gli spazi annessi al Centro di Medicina dello Sport di Voghera.

Il secondo obiettivo è quello di contribuire all'organizzazione di corsi di alta formazione (masters universitari di secondo livello) rivolti a figure professionali ai quali attribuire la qualifica di operatori certificati #Sport4Therapy per un successivo inquadramento presso strutture e palestre disponibili nei presidi ospedalieri e sul territorio.

Considerando i due obiettivi principali del progetto i livelli di intervento sono diversi:

- 1) creazione di partnership con ASST per l'implementazione delle risorse umane da destinare al progetto (inizialmente sotto forma di borse di studio per laureati in scienze motorie che possano portare avanti il progetto sui pazienti/soggetti selezionati);
- 2) creazione di partnership con specialisti e MMG per la selezione dei pazienti da sottoporre ad intervento sport-terapico;
- 3) realizzazione di percorsi formativi sia per figure professionali già esistenti o di nuova concezione (es. *mobility coach*) per la mobilitazione e l'attività motoria basale per pazienti allettati temporaneamente.

Il progetto vuole altresì rappresentare una premessa per lo sviluppo di un rapporto strategico con le comunità locali anche in vista della promozione del modello di "Città del Benessere" attraverso l'individuazione di forme di collegamento tra gli obiettivi di mobilità sostenibile e pedonabile ("*Metrominuto*"), corretti stili di vita e di educazione alla salute rivolta ai cittadini.