



**Casa San Giorgio**  
Istituto per anziani  
6614 Brissago

Via San Giorgio 4 - Casella postale 361

Tel. + 41 091 786 11 00 - fax 091 786 11 11

e-mail: [info@casasangiorgio.ch](mailto:info@casasangiorgio.ch)

internet: [www.casasangiorgio.ch](http://www.casasangiorgio.ch)

## APPLICAZIONE DELLA CINESTETICA NELLE CURE

La cinestetica contiene la parola “cinesi” che ha relazione con il movimento, e comprende una caratteristica estetica che è data dall’ espressione armonica del movimento derivante dall’applicazione dei principi della cinestetica.

Questo termine fu coniato negli anni settanta, e i primi interessati furono gli studenti che volevano migliorare la comprensione dei propri movimenti, ci furono dei ballerini anche degli sportivi che s’interessarono alla materia per migliorare il loro rendimento.

I fautori, promotori e divulgatori della cinestetica sono Dr. Lenny Maietta e Dr. Frank Hatch residenti in America.

Si può definire la cinestetica uno strumento indispensabile per sviluppare la capacità motoria (o del movimento) e quella sensoriale del curante e del beneficiario delle cure.

La cinestetica ci permette di identificare le risorse fisiche sensoriali e di orientamento nostre e del beneficiario delle cure, di trovare nuove strategie per sfruttare queste risorse, e tutto questo aiuta il beneficiario delle cure a riacquistare delle capacità di movimento, una maggiore autonomia per quanto riguarda le attività della vita quotidiana ed è superfluo affermare che questo ha un effetto benefico anche sulla psiche, sul morale, e sull’autostima.

Dato che spesso il curante si trova confrontato con lo spostamento e movimento di beneficiari delle cure che sono deboli, rigidi o che accusano dolori, i principi della cinestetica saranno molto utili per trovare delle strategie che permetteranno di muovere e spostare con un minimo sforzo, e si sfrutteranno quelle parti del corpo esenti da lesioni e dal dolore.

In definitiva la cinestetica è un mezzo che permette di muoverci e muovere altre persone nel rispetto dell’apparato locomotore e sensoriale, delle sue risorse e dei suoi limiti, in questo modo si prevengono incidenti, lesioni fisiche sia del curante sia del beneficiario delle cure, si promuovono il rispetto, la fiducia, la stima e la collaborazione reciproca.

La cinestetica si basa su sei concetti:

1. Concetto “*interazione*”
2. Concetto “*anatomia funzionale*”
3. Concetto “*movimento umano*”
4. Concetto “*sforzo*”
5. Concetto “*funzione umana*”
6. Concetto “*ambiente*”

## CONCETTO DI INTERAZIONE

Implica l'uso di tutti i sensi, elementi del movimento, e forme di interazione.

## CONCETTO DI ANATOMIA FUNZIONALE

Implica l'uso di ossa e muscoli, masse e spazi intermedi e orientamento

## CONCETTO DI MOVIMENTO UMANO

Implica il movimento di portamento e di trasporto, secondo il concetto "modello di movimento parallelo e a spirale"

## CONCETTO SFORZO

Implica tirare e spingere

## CONCETTO FUNZIONE UMANA

Implica le posizioni/posizioni di base

## CONCETTO AMBIENTE

Implica tutto l'ambiente che circonda la persona

La Casa San Giorgio ha iniziato a formare il suo personale nel 2007. Il Corso base è stato seguito da tutto i collaboratori presenti in quel periodo.

In seguito, dal 2009 l'Insegnante Luise Müller ha seguito mensilmente i nostri operatori durante le attività delle cure di base fino al 2012.

Alcuni operatori hanno frequentato il corso di base più tardi, e alcuni che l'hanno fatto non lavorano più presso la nostra struttura, ma hanno comunque lasciato una traccia indelebile nella nostra organizzazione.

Sulla proposta dell'Insegnante è stato costituito un "*Gruppo cinestetica*" di cui fanno parte Infermiere, Operatori sociosanitari ed assistenti di cura.

Obiettivo: i sessanta Residenti ospiti della nostra struttura continueranno a realizzare ed elaborare la qualità di vita e del loro apprendimento, nonostante i limiti imposti dalla malattia, dalle lesioni, dalla disabilità fisica e/o mentale.

Il Gruppo cinestetica ha avuto incontri regolari per il periodo in cui l'Insegnante era presente in struttura. Purtroppo recentemente non abbiamo più potuto continuare con gli insegnamenti in Istituto, in quanto l'Insegnante ha forzatamente dovuto smettere con il suo prezioso lavoro.

Ad ogni modo, la cinestetica è diventata parte della filosofia delle cure nel nostro Istituto, tanto che la maggioranza di operatori lavorano con questi principi.

Proposta per il Futuro: proseguire con gli incontri regolari con il gruppo che è stato costituito a fine di 2016 e che prosegue il suo lavoro sulla via intrapresa in questi anni.

La Responsabile delle cure  
Radmila Rodari