



SICUREZZA IN ACQUA E DISABILITÀ

LA SICUREZZA IN ACQUA PER LE PERSONE DISABILI (PER NOI... PERSONE SPECIALI !)

(inserire collage foto della locandina disabili)Le disabilità sono molteplici e stabilire a tavolino l'esatta sequenza dei comportamenti per ognuna di esse non è assolutamente semplice. Inoltre, per ognuna esistono comportamenti non seriali, ma variabili in base appunto alla disabilità, al soggetto, all'ambiente, alla famiglia e a tutte quelle persone che lo assistono e gli sono vicine. Una cosa è certa, sono persone speciali ! E in quanto tali devono essere accompagnate nell'ambiente acquatico con estrema cautela. La parola d'ordine in questo casi è, senza ombra di dubbio, amore e sicurezza ! Ed il sorriso e l'ap-pagamento nel percepire, in acqua, una condi-zione rasserenante, piacevole e divertente è l'obiettivo primario. Il loro sorriso e la loro gioia in acqua deve essere, a nostro avviso, il tra-guardo primario ! Prima di addentrarci negli

aspetti più teorici e pratici è doveroso dare al-meno una sorta di decalogo per sottolineare gli aspetti più importanti.

- 1.** Le disabilità sono molteplici ed ognuna di esse deve essere gestita con esperienza e ma-niacale attenzione ai dettagli ambientali, psico-motori e fisiologici.
- 2.** A casa, in piscina o al mare le procedure non sono sempre le medesime perché cambia com-pletamente l'ambiente a la percezione del corpo in acqua
- 3.** La temperatura dell'acqua svolge un ruolo fondamentale per il rilassamento psicomotorio che permette una maggiore gestione in sicu-rezza dei soggetti disabili quando sono in acqua
- 4.** I genitori, istruttori o accompagnatori devono comprendere le reali necessità, stabilendo a tavolino un piano procedurale che deve essere adattato alla situazione





5. Prima di recarsi al mare o in piscina è importante avere un quadro della patologia e, se possibile, anche una relazione delle attività acquatiche precedentemente frequentate

6. Gli ausili galleggianti sono strumenti che possono favorire l'approccio in sicurezza in acqua, ma senza mai dimenticare che la sorveglianza e l'assistenza deve essere continua

7. Ogni persona disabile ha le sue esigenze e i suoi tempi di ambientamento e apprendimento in base alla propria patologia.

8. Alcuni soggetti hanno una motricità limitata e, considerato che il corpo umano cede calore all'acqua, è fondamentale stabilire dei tempi precisi di permanenza in acqua

9. L'immersione completa non è bandita, anzi, ma è prioritario conoscere le procedure per immergere la persona disabile e accertarsi che il

soggetto non abbia limitazioni nella deglutizione o problematiche che possono favorire situazioni delicate da gestire: come rischi legati alla ripresa della respirazione, attacchi epilettici ecc..

10. La piscina e il mare possono essere luoghi con tanto rumore di fondo e quindi è doveroso tenerne conto perché taluni possono esserne infastiditi. Inoltre, il mare rappresenta un luogo da dover gestire con cautela quindi si consiglia di rimanere sempre in acque calme e basse per assistere al meglio le persone con disabilità

ALCUNE MACROAREE

Paraplegici Come dimostrano le paraolimpiadi sono soggetti che possono divertirsi ed essere anche completamente autonomi in acqua, a patto di aiutarli nelle situazioni più critiche, come l'ingresso in acqua o nei momenti di stanchezza. Gli ausili galleggianti possono essere indicati in base alla loro patologia

Tetraplegici La

ACQUATICITÀ & SICUREZZA

gestione in sicurezza di queste persone sono legate alla loro condizione di passività motoria nei confronti dell'ambiente che li circonda. Per questo è opportuno mettere in atto una grande assistenza. È importante stare in acqua bassa e fare attenzione alla temperatura dell'acqua. Laddove necessario è consigliato anche gestire il soggetto con due operatori. Gli ausili galleggianti possono essere indicati. Down Le persone down non sono tutte uguali: ci sono persone o ragazzi che hanno facilità nel compiere talune abilità motorie, altre che incontrano delle difficoltà e che devono essere gestite con sapienza e competenza. Certamente possono imparare tante tecniche e, in acqua, devono comunque sempre essere sorvegliate attentamente. Autistici Sono soggetti particolarmente sensibili all'ambiente e Vi consigliamo di favorire un approccio graduale e dolce all'ambiente acquatico, sia esso di casa, mare o piscina. Una programmazione mirata dell'attività acquatica sia ludica che trattata come terapia è vivamente da mettere in atto. La sinergia di più esperti tra genitori e medici, suggerirà l'iter da seguire in situazioni delicate da gestire come in piscina o al mare ove gli stimoli sono molteplici. Altre disabilità Come precisato le disabilità, purtroppo, sono tantissime ma, a prescindere, ricordiamo a genitori ed operatori che grazie alla parziale assenza di gravità, in acqua è possibile far sperimentare loro posture e movimenti spesso improponibili sulla terraferma. Quindi impegnatevi per rendere la permanenza in acqua più dolce e rasserenante possibile. L'acqua con le sue proprietà favorirà meccanismi di compenso motorio e modificazioni fisiologiche davvero importanti e positive. A patto che sappiate gestire il soggetto con competenza e sicurezza.

PISCINE E MARE

Confrontandovi con altre persone e fidandovi magari delle loro esperienze, potrete scegliere le piscine o il tratto di mare più indicato. È ovvio che più sono attrezzati per le persone disabili e più semplice sarà la gestione della Vostra giornata o vacanza. I siti di riferimento per le per-

sone disabili sono vari e Vi consigliamo una ricerca su google.

ATTENZIONE ! Non abbandonate mai da sola la persona o ragazzo disabile in acqua, dovete stargli vicino, infondere fiducia, sicurezza e soprattutto dare loro amore e gioia ! Ricordate inoltre che il mare o la piscina sono luoghi che possono anche infastidirli o renderli più intorpiditi. Abbiate pazienza e stimolate la loro acquaticità assecondando anche le loro richieste ed esigenze.

