

# Disturbi duri a scomparire Post-Covid, serve un'équipe

**Lavoro multidisciplinare.** Sono molte le figure professionali necessarie nel percorso di guarigione: dal fisiatra al cardiologo fino allo psicologo

Essere passati attraverso il Coronavirus è stato un evento forte, spiega il dott. Pietro Agostini, medico fisiatra e coordinatore dell'Ambulatorio per il recupero e la riabilitazione post Covid-19 di Politerapica, a Seriate. Un'esperienza per molti drammatica che ha lasciato segni che dureranno nel tempo dal punto di vista fisico e emotivo. Da qui l'esigenza di definire un percorso di recupero personalizzato che preveda riabilitazione cardiorespiratoria e motoria con sostegno psicologico. Un percorso dedicato non solo a chi si è ammalato ma anche di chi ha assistito alla malattia o alla morte di propri cari.

## I problemi fisici

Quando si parla di problemi causati dal Covid-19, si devono considerare innanzitutto quelli a carico dell'apparato cardiorespiratorio per la loro possibile intensità e per le conseguenze che possono produrre. L'impatto della malattia sulla meccanica respiratoria ne determina il peggioramento funzionale e l'abbassamento della resistenza agli sforzi. Minore resistenza allo sforzo, precisa il dott. Agostini, che non riguarda solo il sistema cardiorespiratorio ma tutto l'organismo. Come infatti recentemente detto su questa pagina dal dott. Gabriele Alari, esperto di Angiologia e specialista di Politerapica, il sistema cardiovascolare è distribuito in tutto l'organismo.

## L'affaticamento

Non è un caso che uno dei disturbi prodotti dal virus sia quello della debolezza fi-

sica. Disturbo che permane anche dopo la guarigione e che lascia a lungo segni sull'organismo. Per le persone che hanno dovuto trascorrere un lungo periodo a letto, inoltre, la debolezza viene ulteriormente aumentata da una riduzione del tono muscolare da disuso.

## L'impatto psicologico

Importanti, prosegue il dott. Agostini, sono gli impatti psicologici sulle persone che hanno avuto il Covid-19: depressione, ansia, assenza di stimoli all'attività motoria, disagio nel relazionarsi con gli altri, apatia. Su questo punto, ancora su questa pagina, spiegava il dott. Mario Tintori, Psicologo e Psicoterapeuta, anche lui nell'équipe di Politerapica, che metteva in luce le conseguenze della malattia e l'inutilità di pensare ad un recupero senza un intervento sulla sfera psicologico-emozionale.

## Necessario il lavoro di équipe

Il recupero post Covid-19 deve essere multidisciplinare. È necessaria la riabilitazione fisioterapica cardiorespiratoria e quella per la parte muscolare/motoria insieme al contributo del medico dietologo per definire il corretto apporto energetico e per monitorarne l'efficacia durante il percorso di recupero. Altrettanto importante è la partecipazione dello Psicologo a sostegno della persona con un aiuto a riconoscere le proprie potenzialità e la propria capacità creativa perché questa è la condizione che permette di guardare avanti e di ripartire. Il medico fisiatra, il



Per la riabilitazione post Covid servono diversi specialisti

medico dietologo e lo psicologo collaborano i fisioterapisti e, quando necessario, il medico otorinolaringoiatra col logopedista per problemi di deglutizione, e i medici esperti di Angiologia, Cardiologia, Pneumologia. Solo così si può assicurare la corretta e adeguata attività di recupero post Coronavirus.

## La riabilitazione e il recupero

Un percorso di recupero dovrebbe prevedere innanzi tutto una valutazione del medico esperto di Pneumologia per definire un corretto inquadramento post-infezione. Nel corso di questo si potrà valutare di poter eseguire prove di funzionalità respiratoria lungo un percorso evolutivo in divenire. Successivamente la visita del medico fisiatra dovrebbe definire il piano personalizzato di riabilitazione cardiorespiratorio e muscolare-motorio. Alla luce delle prime due valutazioni,

toccherebbe quindi al medico dietologo impostare un piano alimentare adeguato. L'intervento dello psicologo dovrebbe svolgere un'attività di sostegno che potrebbe proseguire durante la riabilitazione. Ove fosse utile, si dovrebbero coinvolgere gli Specialisti per i vari apparati interessati per il singolo caso. Gli Specialisti devono lavorare in sinergia attorno al paziente e col suo diretto coinvolgimento, fornendo corrette indicazioni al Fisioterapista che esegue il piano di riabilitazione, monitorando il paziente, concordando eventuali accorgimenti in corso di terapia, per un comune risultato finale: bene del paziente.

Quest'attività, conclude il dott. Agostini, può essere svolta in ambulatorio permettendo al paziente dopo ogni seduta di tornare a casa sua, ai suoi affetti e nella sua quotidianità, arricchito dei progressi ottenuti.



Pietro Agostini