

CURARSI AL VOLO

L'associazione Amiga cura i bambini con tecniche di origine circense, coniugando cura e divertimento

Avete pensato a quanto può essere noioso, faticoso per i bambini fare ore e ore di ginnastica posturale per correggere problemi della colonna vertebrale? Problemi sempre più frequenti e terapie spesso solo contenitive e non risolutive.

Nella palestra Andrea Doria di Roma c'è chi questo problema se lo è posto e ha voluto creare un approccio diverso, più divertente, con l'obiettivo non solo di contenere, ma anche di prevenire e curare la scoliosi e/o la cifosi dell'età evolutiva. È nata a tal fine l'associazione Amiga (Associazione Medica Italiana Ginnastica Aerea), per volontà di Marina Maciocci, medico-pediatra di Roma. Ai ragazzi affetti da patologie della colonna, viene offerta la possibilità di sperimentare una cura e, al tempo stesso, divertimento e sport. Il metodo proposto da Amiga è nuovo: si esplica in aria, gli esercizi derivano dal circo ma sono stati modificati a fini terapeutici.

Il presupposto di questa nuova tecnica riabilitativa è la riduzione dell'impatto al suolo del peso corporeo e l'esaltazione dell'effetto di trazione gravitazionale in sospensione.

Un secondo obiettivo proposto è quello di trasformare una cura in fisioterapia ludica, gradita ai ragazzi ai quali Amiga si rivolge, bisognosi di gioco e sereno approccio con il curante. Per realizzare questo intento, Marina Maciocci ha ideato esercizi da svolgersi con l'utilizzo di attrezzature aeree ginnico-circensi: trapezio fisso, tessuto monoelastico, cerchio e fune aerei. La giocoleria e l'equilibrismo, utili per il simmetrico potenziamento muscolare, rispondono bene al concetto di giocosità e divertimento.

Amiga nasce nel 2006 per impulso di Marina Maciocci e di altri quattro medici, specialisti di altre discipline, che hanno creduto nel pro-

di
**Tommaso
Ulivieri**

**Fare fisioterapia
divertendosi**



Attività ginnico-terapeutiche dell'associazione Amiga

getto e compongono il Comitato Direttivo. Tutti i componenti dell'associazione sono volontari: l'associazione è un esempio dell'importanza del volontariato, che spesso nasce dove c'è passione e creatività rivolte al benessere comune. Gli operatori ricoprono diversi ruoli: pediatra, fisioterapista ed ortopedico per il *follow-up* clinico, i tecnici circensi che seguono i ragazzi nelle loro spettacolari evoluzioni e gli addetti ai lavori organizzativi.

Visitando la palestra, abbiamo avuto la possibilità di incontrare Marina Maciocci, che ha raccontato in prima persona cosa vuol dire pensare, creare e sostenere un'associazione di volontariato.

Come è nata l'idea di Amiga?

«Tutto è iniziato leggendo un articolo di un fisiologo neozelandese che aveva osservato miglioramenti clinici in un bambino con scoliosi, che si allenava quotidianamente su una scala orizzontale. Avendo letto letteratura scientifica che supportava l'importanza della trazione orizzontale e verticale nella prevenzione e nella cura di scoliosi e cifosi, ho pensato alla necessità di rendere piacevole per i ragazzi una terapia che altrimenti sarebbe stata poco accettata. “L'illuminazione” l'ho

avuta un giorno, assistendo ad uno spettacolo circense: i trapezisti compivano esercizi di trazione nel vuoto ed ho pensato che quel tipo di trazione poteva essere più utile di quella tradizionalmente eseguita».

Come è stata accolta la sua idea?

«Dopo anni di difficoltà, iniziano ad arrivare i primi riconoscimenti. Grazie al sostegno del VII Municipio, dell’Agenzia per lo Sport della Regione Lazio e dell’interesse di alcuni periodici e quotidiani sono riuscita a far conoscere le originali finalità della nostra associazione.

Per me è una grande soddisfazione, visto l’impegno che ogni giorno dedico a questo progetto. È diventato un impegno a 360 gradi e un’opportunità di crescita che mi spinge ad andare avanti nella ricerca dei risultati sperati. Ma tale obiettivo ha bisogno di aiuti concreti senza i quali ogni progetto innovativo si ferma o rimane nell’ombra».

«i genitori dei ragazzi sono una delle linfe vitali della nostra associazione»

Ho visto con i miei occhi il divertimento dei ragazzi durante le lezioni, ma le famiglie, i genitori come si rapportano alla novità?

«I genitori dei ragazzi sono una delle linfe vitali della nostra associazione. Portare avanti il nostro lavoro è un impegno per tutti, soprattutto di tipo economico. Per tale motivo, nel 2008, abbiamo rischiato di chiudere e sono stati i genitori dei ragazzi a darsi da fare per recuperare, a livello regionale, i fondi a noi promessi. Le famiglie tutte ci hanno sostenuto, dandoci la forza di andare avanti».

Come si svolgono le lezioni e quanti ragazzi vengono seguiti?

«La terapia, a frequenza trisettimanale, dura 90 minuti ed è articolata in due parti. Nella prima parte il riscaldamento si fa a terra: in quadrupedia, con rotolamenti e in verticalismo; la seconda parte si svolge in aria con esercizi fisioterapici e/o coreografici, proposti dal *team* pediatra-fisioterapista-tecnico circense.

All’inizio l’associazione seguiva un gruppo costituito da una cinquantina di ragazzi compresi tra i 5 e i 16 anni. Successivamente per problemi logistici e di spazio i gruppi sono stati ridotti dando priorità a casi selezionati. Attualmente i ragazzi seguiti sono una ventina, ma speriamo di poter potenziare il nostro lavoro ed ampliare gruppi ed ore di lezione».

Come vi sostenete economicamente?

«L’intero personale dell’associazione collabora in forma volontaria e al massimo è garantito un piccolo rimborso spese, ma ora abbiamo bi-



La ginnastica aerea può correggere i problemi della colonna vertebrale

sogno di aiuti concreti, non solo economici, per portare avanti al meglio la nostra attività. È un progetto in cui credo e lo porterò avanti finché non avrò documentato in modo corretto e serio i risultati clinici della mia “Ginnastica Aerea” sulla colonna vertebrale. Costi quel che costi».

Quali sono i progetti per il futuro?

«Il futuro è tutto da costruire. I nostri obiettivi sono innanzitutto di riuscire ad avere un riconoscimento accademico in modo da poter portare avanti una seria attività di ricerca. Un altro traguardo raggiungibile è inserire il progetto all’interno delle palestre scolastiche; questa tecnica se può essere efficace come terapia, lo è ancor di più come prevenzione di paramorfismi e dimorfismi della colonna vertebrale. È una sfida difficile, ma tutti insieme lavoriamo per crescere, consolidare e ufficializzare un approccio valido, innovativo e divertente». ■