

**Θεματική Ενότητα: Άσκηση σε Άτομα με Ειδικές Ανάγκες
Αναρτημένες Ανακοινώσεις 19^{ου} Διεθνούς Συνεδρίου Φυσικής
Αγωγής & Αθλητισμού**

**Section: Adapted Physical Activity
Poster Presentations of the 19th International Congress of Physical
Education & Sport**

15494

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΤΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΣΧΙΖΟΦΡΕΝΕΙΑ

Πάτση Χ. , Αντωνίου Π., Μπεμπέτσος Ε., Μπάτσιου Σ., Λυμνιούδης Α.

**Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Ψυχιατρικό Νοσοκομείο Αττικής
«Δαφνί»**

cpatsi@phyed.duth.gr

THE EFFECT OF EXERCISE IN PEOPLE WITH SCHIZOPHRENIA

C. Patsi , P. Antoniou, E. Bebetsos, S. Batsiou, A. Lymnioudis

Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S., Psychiatric Hospital of Attica «Dafni»

Ο υποκινητικός τρόπος ζωής που ακολουθούν τα άτομα με σχιζοφρένεια και η μη ενασχόλησή τους με προγράμματα άσκησης, έχει ως αποτέλεσμα την εμφάνιση χρόνιων παθήσεων. Παθήσεις που εμφανίζονται συχνά σε αυτά τα άτομα είναι ο διαβήτης, καρδιαγγειακές παθήσεις, η ηπατίτιδα, ο HIV και ορισμένες μορφές καρκίνου. Τα άτομα με σχιζοφρένεια καπνίζουν, παρουσιάζουν διαταραχές ύπνου και δεν ασκούνται. Συνήθως είναι παχύσαρκα εξαιτίας μιας ποικιλίας παραγόντων όπως είναι η κακή διατροφή, ο καθιστικός τρόπος ζωής χωρίς άσκηση και οι ανεπιθύμητες ενέργειες των διαφόρων ψυχοτρόπων φαρμάκων. Συχνά η χορήγηση φαρμακευτικής αγωγής συμβάλλει στην αύξηση του βάρους τους και αυτό αποτελεί σημαντικό παράγοντα δυσφορίας. Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να διερευνηθεί η επίδραση της άσκησης στη σωματική και ψυχική υγεία των ατόμων με σχιζοφρένεια όπως καταγράφεται στη βιβλιογραφία. Για το σκοπό αυτό πραγματοποιήθηκε εκτεταμένη αναζήτηση και καταγραφή σχετικών δημοσιεύσεων των τελευταίων ετών. Από τη μελέτη των αποτελεσμάτων των ερευνών προέκυψε ότι η συμμετοχή των ατόμων με σχιζοφρένεια σε προγράμματα άσκησης έχει θετικές επιδράσεις στη σωματική υγεία και ψυχική τους υγεία. Η ενεργή συμμετοχή τους σε προγράμματα άσκησης μπορεί να συμβάλλει θετικά στη θεραπεία χρόνιων παθήσεων, όπως είναι η στεφανιαία νόσος, η αρτηριακή υπέρταση και ο σακχαρώδης διαβήτης. Η άσκηση μπορεί να συμβάλλει στη μείωση του άγχους, της κατάθλιψης, της αρνητικότητας τους διάθεσης και στην αύξηση της αυτοπεποίθησης και της αυτοεκτίμησής τους.

Λέξεις κλειδιά: άσκηση, σχιζοφρένεια, σωματική-ψυχική υγεία

17141

ΤΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΩΣ ΜΕΣΟ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ ΣΤΟΝ ΑΥΤΙΣΜΟ

Στεργίου Κ. , Βασιλειάδου Ε., Βασιλονικολου Β.

**Εργαστήρια Ειδικής Επαγγελματικής Εκπαίδευσης & Κατάρτισης Χανίων, 4ο
Γυμνάσιο Καβάλα**

stratia_v@yahoo.gr

PLAYING GAMES IS A CURATIVE WAY IN AUTISM DISORDER

* Η συμμετοχή στο συνέδριο με αναρτημένη ανακοίνωση πιστοποιείται από το παρόν ηλεκτρονικό αρχείο.

* The participation in the congress with a poster presentation is certified through this electronic file.

K. Stergiou , E. Vasileiadou, V. Vasilonikolou
Special Vocational Educational & Instruction Labs in Chania, Crete, 4th Highschool
Kavala

Ο αυτισμός είναι μια αναπτυξιακή διαταραχή του ανθρώπου που επηρεάζει την ψυχική του ανάπτυξη. Τα συμπτώματα του αυτισμού εκδηλώνονται σε διαφορετικές ηλικιακές περιόδους. Το παιχνίδι είναι αναπόσπαστο στοιχείο της ανάπτυξης όλων των παιδιών. Στα παιδιά με ειδικές ανάγκες συχνά είναι απαραίτητες κάποιες τροποποιήσεις ώστε να συμμετέχουν ισότιμα στο παιχνίδι. Για να φέρει οφέλη το παιχνίδι, πρέπει τα υλικά να ταιριάζουν με το αναπτυξιακό επίπεδο και τις ικανότητες του παιδιού. Η θεραπεία μέσω του παιχνιδιού, είναι μια δομημένη προσέγγιση που στηρίζεται στις τυπικές επικοινωνιακές και μαθησιακές διαδικασίες. Έχει κατ'επανάληψη υποδειχθεί η αποτελεσματικότητα που η παιγνιοθεραπεία θα είχε σε αυτιστικά παιδιά καθώς αυτά μαθαίνουν να επικοινωνούν με άλλους, να εκφράζουν τα συναισθήματά τους, να τροποποιούν τις συμπεριφορές τους, να αναπτύσσουν δεξιότητες. Δεδομένης της αποδεδειγμένης ωφέλειας της παιγνιοθεραπείας για την αποκατάσταση του αυτισμού, κρίθηκε σκόπιμο να διερευνηθούν οι απόψεις και εμπειρίες των εκπαιδευτικών σε σχέση με το θέμα. Έγινε χρήση ποσοτικών μεθόδων συλλογής δεδομένων. Βασικό μεθοδολογικό εργαλείο αποτέλεσαν τα αυτοσχέδια ερωτηματολόγια που μοιράστηκαν σε εν ενεργεία εκπαιδευτικούς και ειδικό εκπαιδευτικό προσωπικό στα ειδικά σχολεία του Νομού Χανίων, Ηρακλείου και Θεσσαλονίκης. Η μορφή των ερωτηματολογίων είναι της κλίμακας likert. Υπάρχουν ανοιχτές ερωτήσεις και ερωτήσεις πολλαπλής επιλογής προτάσεων. Το ερωτηματολόγιο αποτελείται από 12 ερωτήσεις με αρκετά υποερωτήματα. Η στατιστική επεξεργασία των δεδομένων έγινε με το στατιστικό πακέτο SPSS 15.0. Συνολικά από τα 205 ερωτηματολόγια που μοιράστηκαν, επιστράφηκαν, συμπληρωμένα, 58 ερωτηματολόγια εκπαιδευτικών και 51 ειδικού εκπαιδευτικού προσωπικού. Η πλειοψηφία των εκπαιδευτικών και του ειδικού εκπαιδευτικού προσωπικού, δήλωσαν εμπειρία 1-5 χρόνια. Εκπαιδευτικοί και ειδικό εκπαιδευτικό προσωπικό θεωρούν ότι η εκπαίδευση μέσω του παιχνιδιού είναι πολύ σημαντική και ωφέλιμη και πιστεύουν ότι πρέπει να αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι του εκπαιδευτικού προγράμματος ενός αυτιστικού παιδιού. Τα βασικότερα οφέλη που αναγνωρίζουν είναι να μαθαίνουν να υπακούουν σε εντολές που βοηθούν στην κατάκτηση κοινωνικών δεξιοτήτων. Αναπτύσσεται η βλεμματική και η σωματική επαφή. Ποικιλία σε παιχνίδια οδηγούν στη μείωση της ρουτίνας και της στερεοτυπικής συμπεριφοράς των αυτιστικών παιδιών. Επίσης, ενισχύεται η αλληλεπίδραση και η συνεργασία με ενήλικες και συνομηλίκους τους και βελτιώνεται η επικοινωνία. Το παιχνίδι χρησιμοποιείται ως μέσο κατανόησης των συναισθημάτων των παιδιών αυτών. Κάποιες φορές γίνεται και μέσο χαλάρωσης και ξεκούρασης. Προσελκύεται η προσοχή του παιδιού και αναπτύσσεται η συγκέντρωσή του. Συχνά γίνεται το μέσο για την εκμάθηση και κατανόηση εννοιών χώρου και σωματογνωσίας, με αποτέλεσμα τα παιδιά να συγχρονίζουν τα μέλη του σώματός τους. Το παιχνίδι είναι μια θεραπευτική και εκπαιδευτική παρέμβαση που αναπτύσσει τις σωματικές και κινητικές δεξιότητες των αυτιστικών παιδιών και μειώνει τις εμμονές και τις στερεοτυπικές συμπεριφορές τους. Το αποτέλεσμα της μάθησης στα παιδιά αυτά εξαρτάται αποκλειστικά από τη χρησιμοποίηση, όλων των αισθητηριακών οδών (όραση, ακοή, όσφρηση, γεύση, αφή και μυοκινητικό σύστημα).

Λέξεις κλειδιά: αυτισμός, παιχνίδι, παρέμβαση

17489

ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ ΣΕ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΟΥ ΠΡΟΤΥΠΟΥ ΣΕ ΠΑΙΔΙΑ ΜΕ ΕΓΚΕΦΑΛΙΚΗ ΠΑΡΑΛΥΣΗ

Κούτρα Χ.

Φυσικοθεραπευτρια, MT, MSc

chkoutra@yahoo.gr

PHYSIOTHERAPEUTIC INTENVESION IN RESPIRATORY TYPE DISORDERS IN CHILDREN WITH CEREBRAL PALSY

C. Koutra

Physiotherapist, MT, MSc

Η φυσιολογική ανάπτυξη του αναπνευστικού συστήματος αποτελεί ακρογωνιαίο λίθο ως προς την ανάπτυξη όλων των συστημάτων του ανθρώπινου σώματος. Η σωστή και επαρκής παροχή οξυγόνου συμβάλλει στη σωστή λειτουργία και ανάπτυξη του ανθρώπινου οργανισμού. Στα παιδιά με εγκεφαλική παράλυση παρουσιάζεται διαταραχή του αναπνευστικού προτύπου η οποία σε συνδυασμό με τις κινητικές δυσκολίες αλλά και τις μετέπειτα δομικές – σκελετικές παραμορφώσεις οδηγεί σε επιπλέον επιβάρυνση του συστήματος. Η επιβάρυνση αυτή όχι μόνο φρενάρει την ανάπτυξη των διαφόρων συστημάτων του οργανισμού αλλά εκθέτει το ίδιο το αναπνευστικό σύστημα σε κινδύνους όπως απόφραξη των βρόγχων από εκκρίσεις, συχνές λοιμώξεις του αναπνευστικού, περιορισμό του όγκου των πνευμόνων, ατελεκτασίες κτλ. Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να εστιάσει και να παρουσιάσει τα βασικά στοιχεία της φυσικοθεραπευτικής παρέμβασης σε διαταραχές του αναπνευστικού συστήματος σε παιδιά με εγκεφαλική παράλυση με βάση τη βιβλιογραφία και αρθρογραφία των τελευταίων ετών. Παρά τα διαφορετικά πρότυπα και διαταραχές που μπορεί να υπάρχουν μεταξύ των παιδιών με εγκεφαλική παράλυση οι στόχοι του παρεμβατικού προγράμματος μπορούν να συνοψιστούν στα εξής: α) καθαρισμός των βρόγχων από τις εκκρίσεις, β) αύξηση της οξυγόνωσης, γ) πρόληψη αναπνευστικών επιπλοκών, δ) μείωση αναπνευστικού έργου και ε) καλύτερη κινητικότητα του θώρακα και του διαφράγματος. Εδώ βέβαια πρέπει να προστεθεί και η υποστηρικτική συμβολή του αναπνευστικού συστήματος στη φώνηση, τη σίτιση και την κινητική δραστηριότητα, λειτουργίες οι οποίες μπορούν να θεωρηθούν ως απώτεροι στόχοι. Το παρεμβατικό πρόγραμμα μπορεί να χωριστεί χονδρικά σε τρία στάδια: 1) την παροχέτευση, 2) την αύξηση της χωρητικότητας και 3) τη διευκόλυνση στην αναπνοή. Στόχος της παροχέτευσης είναι η αποκόλληση και αποβολή των εκκρίσεων – φλεμάτων από συγκεκριμένες περιοχές των πνευμόνων. Για την καλύτερη επίτευξη αυτού του στόχου έχει μεγάλη σημασία η σωστή προτοποθέτηση του παιδιού σύμφωνα με την αρχιτεκτονική του βρογχικού δένδρου και το τμήμα που θέλουμε να αποσυμφορίσουμε. Κατά την παροχέτευση χρησιμοποιείται η τεχνική των πλήξεων, των δονήσεων και η πρόκληση βήχα. Η ποικιλία των αναπνευστικών ασκήσεων αύξησης της χωρητικότητας είναι πολύ μεγάλη μια και πρέπει να προσαρμοστούν στις ανάγκες και την εξατομικευμένη κατάσταση του κάθε παιδιού. Σταθεροί άξονες πάνω στους οποίους κινείται το στάδιο αυτό είναι η διάταση των βραχυμένων μυών, η βελτίωση της κινητικότητας του θώρακα και των πλευρών και η αύξηση της χωρητικότητας των πνευμόνων. Τέλος η διευκόλυνση στην αναπνοή επιτυγχάνεται με τη σωστή ευθυγράμμιση του σώματος, τη φόρτιση του σώματος και την ενεργοποίηση του διαφράγματος.

Λέξεις κλειδιά: αναπνευστικό σύστημα, διαταραχές, εγκεφαλική παράλυση