



Θεματική Ενότητα:
Άσκηση σε Άτομα με Αναπηρία
Αναρτημένες Ανακοινώσεις 21^{ου} Διεθνούς Συνεδρίου Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού

Section:
Exercise in People with Disabilities
Poster Presentations of the 21st International Congress of Physical Education & Sport

18669

ΦΥΣΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΨΥΧΙΚΕΣ ΝΟΣΟΥΣ

Παπανικολάου Φ.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

alitaki_al@yahoo.com

THE PHYSICAL ACTIVITY OF PEOPLE WITH MENTAL HEALTH

F. Papanikolaou

Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S.

Η σχιζοφρένεια είναι μια πολύ συχνή ψυχική νόσος που προσβάλλει το 1-2% του πληθυσμού και όντας μια δια βίου νόσος, η πλειονότητα των ασθενών χρειάζονται και δια βίου θεραπεία. Τα άτομα αυτά είναι τις περισσότερες φορές απομονωμένα, με συχνά προβλήματα στις διανοητικές τους διαδικασίες, παράλογη συμπεριφορά, πολύωρη ακινησία και ιδιαίτερη σύγχυση. Η θεραπεία που ακολουθείται είναι φαρμακευτική αγωγή και ψυχοκοινωνική αποκατάσταση. Σύμφωνα με αρκετές μελέτες ένα πρόγραμμα φυσικής δραστηριότητας θα μπορούσε να είναι ωφέλιμο στην ψυχοκοινωνική αποκατάσταση των πασχόντων, ως συμπληρωματική αγωγή. Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να καταγράψει τη φυσική δραστηριότητα ενός μικρού αριθμού ατόμων με σχιζοφρένεια. Στην έρευνα αυτή συμμετείχαν 20 ασθενείς, ηλικίας 30-60 ετών. Οι ασθενείς συμμετέχοντες που πήραν μέρος στις συνεντεύξεις βρίσκονταν στον Ξενώνα και στο κέντρο Ημέρας Ψυχοκοινωνικής αποκατάστασης του Πανελληνίου Συλλόγου Οικογενειών για την Ψυχική Υγεία στην Αθήνα (Σ.Ο.Ψ.Υ.) και στην Εταιρεία Κοινωνικής ψυχιατρικής και ψυχικής υγείας στην Κομοτηνή. Η συλλογή δεδομένων διήρκεσε τρεις μήνες και οι ασθενείς απάντησαν σε συγκεκριμένες ερωτήσεις μέσω συνέντευξης. Για τη συλλογή των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο GPAQ (Global Physical Activity Questionnaire), το οποίο έχει εκδώσει ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (WHO) και είναι ένα εργαλείο με το οποίο μπορεί να γίνει έγκυρα και αξιόπιστα η αξιολόγηση της φυσικής δραστηριότητας στην οποία μετέχει ένας ενήλικας κατά το διάστημα μίας εβδομάδας. Στο GPAQ περιλαμβάνονται ερωτήσεις (16 συνολικά) με τις οποίες καταγράφεται η φυσική δραστηριότητα στο πλαίσιο της εργασίας, της αναψυχής αλλά και κατά τη μετακίνηση. Με την επεξεργασία των δεδομένων που συλλέγονται υπάρχει η δυνατότητα κατάταξης των ατόμων σε 3 επίπεδα φυσικής δραστηριότητας: χαμηλό μέτριο και υψηλό. Το ερωτηματολόγιο μπορεί να απαντηθεί με τη μορφή σύντομης συνέντευξης διάρκειας 5min. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα, τόσο οι ασθενείς που κατοικούν στην Αθήνα, όσο και οι ασθενείς που κατοικούν στην Κομοτηνή, πραγματοποιούν στην εργασία τους δραστηριότητες έντονης και μέτριας έντασης, οι οποίες προκαλούν μεγάλη ή μικρή, αντίστοιχα, αύξηση στο ρυθμό της αναπνοής και στην καρδιακή τους συχνότητα. Οι ασθενείς όμως που κατοικούν στην Αθήνα, δαπανούν περισσότερη ένταση στη μετακίνηση, συγκριτικά με τους ασθενείς που κατοικούν στην Κομοτηνή. Επίσης στις ψυχαγωγικές δραστηριότητες, οι ασθενείς της Αθήνας εμφανίζονται να δαπανούν πολύ μεγαλύτερη ένταση σε

σχέση με τους ασθενείς στην Κομοτηνή. Συμπερασματικά, οι ασθενείς της Αθήνας συγκεντρώνουν μεγαλύτερα ποσοστά έντασης στις σωματικές τους δραστηριότητες, έναντι των ασθενών της Κομοτηνής και κατ' επέκταση, οι ώρες ξεκούρασης των ασθενών της Αθήνας είναι περισσότερες από ότι οι ώρες ξεκούρασης των ασθενών της Κομοτηνής.

Λέξεις κλειδιά: σχιζοφρένεια, ψυχοκοινωνική αποκατάσταση, ψυχική νόσος

18930

ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΒΗΜΑΤΟΜΕΤΡΙΚΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ ΠΑΙΔΙΩΝ ΚΑΙ ΕΦΗΒΩΝ ΜΕ ΔΙΠΛΗΓΙΑ

Πρωτονοταρίου Μ., Μπάτσιου Σ.

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

angelmaryman@yahoo.com

COMPARISON OF THE PHYSICAL ACTIVITY PEDOMETRY OF CHILDREN AND TEENAGERS WITH DIPLEGIA

M. Protonotariou, S. Batsiou

Democritus University of Thrace, D.P.E.S.S

Η φυσική δραστηριότητα (ΦΔ) φαίνεται να σχετίζεται με βελτιωμένη ποιότητα ζωής και με χαμηλότερο βαθμό κινητικής ανικανότητας. Η ποσότητα της ΦΔ που παρατηρείται, ποικίλλει ανάλογα με τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά, όπως είναι η κινητική αναπηρία, των ατόμων ή των ομάδων. Έρευνες στη διεθνή βιβλιογραφία καταδεικνύουν ότι υπάρχει ανάγκη να αναπτυχθεί καλύτερα ο τομέας της μέτρησης της ΦΔ στα άτομα με εγκεφαλική παράλυση. Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν η καταγραφή των βημάτων, μαθητών με διπληγία, ηλικίας 6-18 ετών, με λειτουργική ταξινόμηση -Gross Motor Function Classification System-GMFCS- I και III, στη διάρκεια μίας εβδομάδας και η σύγκριση του αριθμού των βημάτων κατά τη διάρκεια των καθημερινών και του Σαββατοκύριακου. Η διάκριση στα επίπεδα γίνεται με βάση τους λειτουργικούς περιορισμούς και τη χρήση βοηθημάτων. Για τις ηλικίες που αναφέρονται στο επίπεδο I το άτομο βαδίζει χωρίς βοήθεια, στο επίπεδο III, με μπαστούνι ή περιπατητήρα. Στην παρούσα έρευνα έλαβαν μέρος πέντε άτομα (n=5) που ανήκουν στο επίπεδο I και πέντε (n=5) στο επίπεδο III. Για την καταμέτρηση των βημάτων χρησιμοποιήθηκαν βηματόμετρα OMRON HJ-720 Walking Style Pro 2, με τα οποία οι συμμετέχοντες μέτρησαν τα βήματα τους για τη χρονική περίοδο επτά ημερών, από την ώρα που σηκώνονταν από το κρεβάτι τους έως την ώρα που ξαναπήγαιναν για ύπνο. Είναι ενδεικτικό από τα δεδομένα που λήφθηκαν ότι οι μεγαλύτερες τιμές μέσου όρου (Μ.Ο.) βημάτων, (Μ.Ο. βημάτων για τις καθημερινές I=9364,80 και Μ.Ο. βημάτων για το Σαββατοκύριακο I=15090) παρατηρήθηκαν στο επίπεδο I και οι μικρότερες στο επίπεδο III, (Μ.Ο. βημάτων για τις καθημερινές III= 70,40 και Μ.Ο. βημάτων για το Σαββατοκύριακο III=113). Για τη διερεύνηση της σχέσης του μέσου όρου του αριθμού των βημάτων που γίνονται κατά τη διάρκεια των ημερών μιας συνήθους εβδομάδας και του Σαββατοκύριακου, πραγματοποιήθηκε έλεγχος Wilcoxon. Από τα αποτελέσματα του ελέγχου δεν παρατηρήθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά μεταξύ της ΦΔ των καθημερινών και του Σαββατοκύριακου (έλεγχος Wilcoxon, N=10, z=-0,153, δίπλευρη p=0,878). Συμπερασματικά τα ευρήματα δείχνουν ότι είναι αναγκαία η παροχή περισσότερων ευκαιριών αύξησης της ΦΔ για τους μαθητές με διπληγία που ανήκουν στο επίπεδο GMFCS-III, καθώς και ότι η ΦΔ όπως ποσοτικοποιείται με αριθμό βημάτων δεν παρουσίασε στατιστικά σημαντική διαφορά κατά τη διάρκεια των ημερών μιας συνήθους εβδομάδας και του Σαββατοκύριακου. Επειδή όμως η αναπηρία είναι χαρακτηριστικό το οποίο δημιουργεί εξατομικευμένες συμπεριφορές για να υπάρχει γενίκευση των αποτελεσμάτων θα πρέπει να διεξαχθούν έρευνες σε μεγαλύτερο δείγμα.

Λέξεις κλειδιά: OMRON HJ-720, φυσική δραστηριότητα, διπληγία