



ABAR O.D.V

Associazione Bresciana Artrite Reumatoide

PROPOSTA DI PROGETTO SOCIO-SANITARIO :

“CURIAMO IL DOLORE CON IL CUORE



INDICE :

1. *Presentazione della Associazione*
2. *Destinatari del progetto*
3. *Modalità di accesso e soggetti Beneficiari*
4. *Obiettivi generali del progetto*
5. *Obiettivi specifici*
6. *Operatori*
7. *Risultati attesi*
8. *Periodo di svolgimento del progetto*
9. *Luogo di svolgimento del progetto*
10. *Piano finanziario*
11. *Riferimenti e bibliografia*

Titolo o denominazione del progetto:

PROGETTO SOCIO-SANITARIO DI MEDICINA COMPLEMENTARE "CURIAMO IL DOLORE CON IL CUORE "

1) PRESENTAZIONE DELL'ASSOCIAZIONE :

Associazione Bresciana Artrite Reumatoide (A.b.a.r Odv) con sede legale in Spedali Civili, 1 a Brescia (BS) c.a.p. 25100 Brescia. Tel 030/3732633, e-mail : segreteria@abarbrescia.org , codice fiscale |_9_|_8_|_0_|_6_|_4_|_2_|_6_|_0_|_1_|_7_|_1_|_ | .

L'associazione si è costituita nel 1995 con atto notarile. Nello statuto costitutivo erano contemplati gli scopi, gli organi amministrativi (Presidente, Consiglio Direttivo, Revisori dei conti, Assemblea) e le norme di società. L'associazione è regolarmente iscritta al RUNTS (associazione non a scopo di lucro) della Provincia di Brescia.

L'associazione è iscritta all'albo delle associazioni di Volontariato della Provincia di Brescia e della Regione Lombardia. Ad oggi, gli iscritti sono circa un migliaio.

Negli anni, l'ABAR ha erogato borse di studio a giovani medici per la formazione specialistica universitaria in Reumatologia e a fisioterapisti per lo sviluppo di programmi riabilitativi rivolti ai malati di patologie reumatiche.

Ogni anno sono state divulgate informazioni a mezzo stampa, radio, televisioni e giornali su temi inerenti le malattie autoimmuni.

Possiede un proprio sito Internet di informazione e confronto, con la presenza di un medico ed è presente sui social media.

Molte le battaglie combattute. E' costantemente impegnata per il riconoscimento della fibromialgia, sindrome molto frequente e invalidante che determina grave riduzione della qualità di vita. Per supportare i malati, promuove e gestisce iniziative di medicina complementare (supporto cognitivo comportamentale, corsi di stretching e ginnastica in acqua con il fisioterapista, mindfulness con psicologo, massaggi shiatsu e camminate settimanali di gruppo), favorisce l'incontro dei malati in gruppi di auto-aiuto. Tutto ciò grazie all'accordo di collaborazione con il Comune di Brescia che ci ha concesso degli spazi in comodato d'uso gratuito denominati "Casa per la Salute".

Nel 2019 l'associazione modifica in atto pubblico lo statuto per adeguarlo al codice del terzo settore DLG 3 LUGLIO 2017 N° 117. Il 19/12/2019 viene riconosciuta ad Abar con Decreto legislativo della Regione Lombardia n. 457.

2) Destinatari del progetto:

Malati Reumatici delle seguenti patologie :
FIBROMIALGIA, ARTRITE REUMATOIDE, LUPUS ERYTEMATOSO SISTEMICO, SPONDILITE.

Settore di intervento del progetto socio-assistenziale:

SOCIALE :

- x Disagio sociale
- x Anziani
- x Altre iniziative sociali
- x Malati Fibromialgici-reumatici

3) Modalità di accesso e soggetti beneficiari :

I soggetti beneficiari che l'associazione vorrebbe coinvolgere nel progetto sono circa duecento. Essi usufruiranno di un ciclo pari a 10 sedute individuali o di gruppo di trattamenti di medicina complementare di seguito dettagliati. Tali trattamenti potranno essere ripetuti nel corso dei successivi anni qualora il medico reumatologo di riferimento valuti l'effettivo stato di necessità dell'assistito.

4) Obiettivi generali del progetto:

Sull'esperienza di altri progetti già realizzati all'estero e di quanto già svolto dall'associazione ABAR, vogliamo strutturare un progetto innovativo che coinvolga tutti i soggetti interessati dalla malattia: dal paziente alla famiglia, passando per medici, terapisti e personale ospedaliero vario, senza trascurare la società civile nel suo complesso; il tutto, per spostare l'attenzione da una sofferenza trattata erroneamente come soltanto fisica a una sofferenza emotiva del paziente, integrando la cura tradizionale e migliorandone l'efficacia, con lo **scopo finale di prendersi cura del malato come soggetto al centro della società e non ai margini della stessa.**

5) Obiettivi specifici del progetto :

L'obiettivo è quello di portare il malato ad un miglioramento del dolore Reumatico miofasciale diffuso, della capacità funzionale e della qualità di vita del paziente, mediante tecniche di meditazione, fisioterapia di gruppo, trattamenti shiatsu individuali e di gruppo, ascolto empatico motivazionale, terapia cognitivo comportamentale, in supporto al convenzionale approccio farmacologico che permettono di trattare la persona nella sua totalità.

I nostri professionisti si prendono cura del paziente, lo accolgono, secondo una visione olistica della malattia, ponendo il malato al centro della cura, attraverso l'attenzione alla persona, non tralasciando i bisogni del nucleo familiare che durante le fasi critiche della malattia presenta un alto rischio di disagio dovuto a fattori che richiedono un continuo sforzo adattativo determinando forti implicazioni fisico-emotive. Il terapeuta lavora affinché si crei una buona relazione tra sanitari, pazienti e familiari al fine di sostenere, aiutare, spronare il malato nel modo più efficace.

6) Risorse professionali coinvolte nel progetto :

Operatore cognitivo comportamentale :

Counsellor motivazionale individuale e/o di gruppo rivolto a pazienti farmacoresistenti con patologie reumatiche croniche invalidanti tra cui : fibromialgia, artrite reumatoide; il malato viene sostenuto in un processo di auto esplorazione perché prenda contatto con le varie situazioni che lo bloccano e trovi le strategie per superarle, ponendosi come obiettivo il raggiungimento di una migliore qualità di vita. Ciclo individuale di 10 incontri quindicinali per un totale di 10 persone a ciclo.

Fisioterapista della riabilitazione :

Insegnamento di un programma di gruppo di esercizio fisico e rafforzamento muscolare (stretching). Ogni esercizio viene spiegato su un opuscolo appositamente stilato. Il paziente viene portato nella postura corretta, gli viene insegnata l'esatta respirazione, con la raccomandazione di ripetere gli esercizi giornalmente per almeno venti minuti. Lo scopo di questo ciclo è di ridurre il dolore, migliorare la qualità della vita dei pazienti affetti da fibromialgia. Ciclo di 10 incontri settimanali per un totale di 10 persone a ciclo.

Psicoterapeuta :

Rivolto a pazienti con patologie reumatiche croniche invalidanti. La psicoterapia cognitivo comportamentale aiuta la persona a trovare strategie più efficaci per gestire il dolore fisico ed emotivo. Mira a trasferire abilità utili a modificare pensieri, emozioni e comportamenti fonti di disagio. Ciclo di 10 incontri individuali settimanali per un totale di 10 persone a ciclo.

Operatrice shiatsu :

Tramite esercizi di digitopressione, su vari punti del corpo, il paziente viene portato in uno stato di rilassamento muscolare finalizzato a ottenere un miglioramento del dolore cronico generato dalla malattia. Ciclo di 10 incontri individuali settimanali per un totale di 10 persone a ciclo.

7) Risultati attesi :

Il risultato finale è quello di fornire ai pazienti affetti da Fibromialgia e artrite reumatoide gli strumenti necessari per arrivare ad una significativa riduzione della terapia farmacologica anti-reumatica.

Il medico Reumatologo di riferimento prescrive la terapia di medicina complementare ritenuta più idonea.

Il malato viene seguito in modo costante e continuativo dal terapeuta di riferimento.

I progressi raggiunti saranno costantemente monitorati nel tempo attraverso la compilazione di questionari specifici, andando a valutare il graduale ed effettivo miglioramento della qualità di vita del paziente.

8) Periodo di svolgimento del progetto:

L'iniziativa si terrà dal 01 / gennaio / 2023 al 01 / gennaio / 2025

9) Luogo di svolgimento del progetto:

L'iniziativa si svolge c/o : LA "CASA PER LA SALUTE" (BS) in Viale Stazione, 51 a Brescia - nei locali destinati alla Associazione dal Comune di Brescia (La sede potrebbe subire variazioni).

Si rivolgerà ai cittadini della zona di Brescia e Provincia iscritti alla Associazione Bresciana Artrite Reumatoide A.B.A.R. Odv

10) Piano finanziario triennale del progetto:

ENTRATE

• Quote associative :	10.000,00	euro
• Cinque per mille:	10.000,00	euro
• Attività varie di fundraising:	20.000,00	euro

USCITE

Voce di spesa

• Costo del personale collaboratore :	45.000,00	euro
• Costi per spese materiali e spostamenti :	3.000,00	euro
• Costi per conferenze e convegni :	3.000,00	euro
• Costi per attrezzature e materiali di consumo:	2.000,00	euro
• Costi per esibizione del materiale di verifica :	2.000,00	euro

TOTALE PROGETTO : 55.000 EURO

11) Riferimenti e bibliografia:

Nel 1993 uno studio che vedeva coinvolti 77 pazienti fibromialgici, constatò che la meditazione migliora molti sintomi tipici della fibromialgia. Il 51% dei partecipanti riportò dei miglioramenti da moderati a significativi della loro sintomatologia. Nel 1998, un secondo studio sulla meditazione applicata alla fibromialgia constatò che la pratica meditativa è in grado di diminuire significativamente i sintomi di dolore, insonnia, depressione, ansia sofferti dai malati di fibromialgia.

