

**Sperimentazione unica al mondo in corso ad Urbino**

## ECCO IL “GOLF TERAPEUTICO”

**U**na terapia riabilitativa pioniera sarà sperimentata la prima volta in Italia dal fisioterapista di Urbino Filippo Mechelli.

Pazienti con esiti di ictus cerebrali, di traumi cranio encefalici, di politraumatismi e di lesioni midollari, potranno beneficiare del Golf Terapeutico: una terapia riabilitativa complementare a quella che normalmente ricevono quotidianamente nei centri di fisioterapia.

Il fisioterapista di Urbino Filippo Mechelli, sarà il primo in Italia a “importare” e sperimentare in Italia il Golf Terapeutico, terapia complementare ideata dal collega spagnolo Félix Fernández Peinó direttore di FISIOGOLF e della clinica Fisioterapia Ronda, nella città di Lugo in Galizia, Spagna. Il nostro paese, e in particolare il Golf Club Alpe della Luna di Borgo Pace (PU), sarà teatro del secondo esperimento pilota a livello mondiale di questo tipo di terapia complementare che ha la particolarità di non svolgersi tra le mura di un centro di fisioterapia, ma all'aria aperta tra il verde, la natura, l'armonia delle colline e di un campo di golf.

Il solo fatto di impugnare il bastone da golf, calcolare la distanza e colpire la pallina aiuta di per se il paziente a stimolare diverse aree cerebrali deputate all'equilibrio, alla



*Filippo Mechelli*

coordinazione e alla forza.

I benefici di questa terapia non sono solamente fisici, ma anche psicologici, infatti il Golf Terapeutico incrementa la motivazione del paziente e permette di raggiungere traguardi che nello studio di fisioterapia costerebbero molto tempo e fatica.

**Cosa è il Golf Terapeutico:** è una metodica di trattamento terapeutico che unisce l'applicazione di tecniche di fisioterapia e la pratica del golf. È una terapia complementare a quella che i pazienti ricevono quotidianamente nei centri di fisioterapia. Il substrato scientifico sul quale si basa il Golf Terapeutico è rappresentato principalmente dagli studi pubblicati sul controllo neuromuscolare.

**Chi ha ideato questo metodo:** il fisioterapista spagnolo Félix Fernández Peinó, direttore di FISIOGOLF e della clinica Fisioterapia Ronda, nella città di Lugo in Galizia, Spagna.

**A chi è consigliato il Golf Terapeutico?**

Possono beneficiare del Golf Terapeutico pazienti con esiti di ictus cerebrali, di traumocranio encefalici, di politraumatismi, di lesioni midollari, sindrome di Guillain Barré.

**Quale è la differenza tra golf adattato e Golf Terapeutico?**

Il Golf Terapeutico è un tipo di terapia, e non va confuso con il golf adattato. Per golf adattato si intende il golf per atleti disabili, anche se in realtà non è molto “adattato” in quanto il golf è l'unico sport che permette ad atleti disabili e atleti normodotati di gareggiare nello stesso team, sugli stessi campi, praticamente con il medesimo regolamento. Il Golf Terapeutico è radicalmente differente: in questo caso quello che importa non è che la pallina entri nella buca, ma che il paziente, guidato dal fisioterapista e non dal maestro di golf, realizzi precisamente i movimenti e migliori.

**Qual è l'obiettivo del Golf Terapeutico?**

Promuovere l'autonomia del paziente, stimolando lo sviluppo psicomotorio e il controllo neuromuscolare per mi-

gliorare le capacità e le abilità del paziente. Attualmente non esiste una terapia simile per questo tipo di pazienti, e il Golf Terapeutico nasce come terapia integrativa e funzionale per permettere una maggior indipendenza del paziente.

### Come si svolge una seduta tipo di Golf Terapeutico?

Per prima cosa il fisioterapista valuta ed esamina il paziente; in funzione delle condizioni di ciascun paziente il fisioterapista elabora il trattamento. Quindi il trattamento è molto variabile da paziente a paziente. Con un gergo più legato al golf diciamo che movimenti precisi come lo swing aiutano a sviluppare abilità motorie del paziente come la coordinazione, l'equilibrio, la resistenza e la forza e allo stesso tempo contribuiscono a diminuire il tono muscolare anormale (spasticità) dovuto alla lesione del sistema nervoso centrale. Il pitch and putt aiuta ad allungare e a realizzare i primi movimenti di coordinazione ed equilibrio, e finalmente con gli esercizi nel green si pratica la coordi-



nazione oculo-motoria, il calcolo della distanza e la forza. È evidente che questi movimenti si possono riprodurre in misura maggiore o minore all'interno di una clinica di fisioterapia, ma il gran vantaggio del Golf Terapeutico è che questa tecnica riduce il tempo di riabilitazione grazie alla motivazione, motivazione derivante non solo dalla tipologia della terapia, infatti il golf è divertente, ma anche dal luogo di svolgimento della stessa: aria aperta, natura, il green del campo di golf.

## «Il golf occasione per buona fisioterapia»

La proposta dell'urbinate Filippo Mechelli: «Via la stampella e sotto con la mazza»



**DA SPORT** per ricchi o amanti dell'aria aperta, il golf diventa una terapia fondamentale per il recupero di persone colpite da ictus, traumi al cervello e lesioni al midollo: dalla Spagna, il fisioterapista urbinato Filippo Mechelli tenta di portare nelle Marche la terapia riabilitativa pioniera che sarà sperimentata per la prima volta in Italia a giugno prossimo. In Spagna, in particolare nella città di Lugo in Galizia, Felix Fernandez Peino, fisioterapista e osteopata, specializzato in Terapia manuale e Fisioterapia respiratoria all'Università de La Coruña, con altre specializzazioni a Barcellona e Bruxelles ha messo già in pratica questa rivoluzione: Peino è direttore del centro Fisioterapia Ronda di Lugo in Spagna, dove ha anche installato un green proprio per applicare il suo metodo, ormai riconosciuto nei benefici, che sfrutta regole, impostazioni ed esigenze dettate dal gioco del golf. Questo sport, associato normalmente alla visione di enormi prati verdi, laghetti, ostacoli di boschi e sabbia, praticato da esponenti del jet set, attori, milionari ed amato anche dal presidente Obama, richiede impegno, concentrazione, precisione, equi-

brio, coordinazione, forza, capacità di calcolo delle distanze, mira e destrezza. Pazienti con esiti di ictus cerebrali, di traumatismi cranio encefalici, di politraumatismi e di lesioni midollari, riescono a beneficiare del "golf terapeutico", come terapia riabilitativa complementare a quella che normalmente ricevono quotidianamente nei centri di fisioterapia.

«IL SOLO fatto di impugnare il

### LA PROPOSTA

«Il golf terapeutico porta benefici anche psicologici A Urbino sarebbe l'ideale»

bastone da golf, calcolare la distanza e colpire la pallina, aiuta di per sé il paziente a stimolare diverse aree cerebrali deputate all'equilibrio, alla coordinazione e alla forza — spiega Filippo Mechelli —. Il golf terapeutico è un tipo di terapia e non va confuso con il golf adattato. I benefici di questa terapia non sono solamente fisici, ma anche psicologici: incrementa la motivazione del paziente e permette di raggiungere traguardi

che nello studio di fisioterapia costerebbero molto tempo e fatica. Conosco Peino da circa 10 anni, ci siamo incontrati in Galizia proprio ad un corso di Terapia manuale e siamo sempre in contatto: è venuto ad Urbino qualche tempo fa per il corso internazionale di fisioterapia, che io avevo organizzato alla Miniera, con la presenza di professionisti provenienti da tutta Italia».

«NELL'ULTIMA settimana di giugno prossimo vorrei sperimentare questa terapia nelle Marche, anzi nell'urbinate se ci fossero centri in cui si pratica il golf che fossero interessati: il nostro paese sarà così sede del secondo esperimento pilota a livello mondiale di questo tipo di terapia complementare che ha la particolarità di non svolgersi tra le mura di un centro di riabilitazione, ma all'aria aperta tra il verde, la natura, l'armonia delle nostre colline e di un campo di golf».

Dopo la partecipazione come fisioterapista ai Giochi Olimpici Invernali di Torino 2006 e Vancouver 2010, ed essere stato chiamato come docente di terapia manuale e fisioterapia dello sport presso l'Università degli Studi di Genova e l'Università Europea di Madrid, Filippo Mechelli si dedicherà a questo progetto del "golf terapeutico": «Basterebbe veramente poco per poter concretizzare questa idea — conclude Mechelli —: sono necessarie per attuare gli esercizi benefici per i pazienti, con fisioterapisti e istruttori, solo due buche o anche un campo pratica, il campo di Vallugola, quello di Borgo Pace andrebbero bene come tanti altri». Chissà che così non si riapra anche l'idea di creare un campo da golf alle Cesane di Urbino.

Lara Ottaviani

**TERAPIA**  
Filippo Mechelli (con la barba) insieme a Felix Peino. A sinistra attività in corso su un green spagnolo

