

FATIGUE

Cosa è? Cosa fare?

Difficoltà legate alla fatigue:

Sintomo invisibile agli altri Influisce su tutti gli ambiti di vita Forte fonte di stress psicologico Progressiva perdita della partecipazione sociale

Presente nelle malattie:

Oncologiche
Neurologiche
(SM; SLA; Parkinson; ictus o lesioni midollari)
Infiammatorie e/o reumatiche
(fibromialgia; lupus eritematoso sistemico)

Definizione:

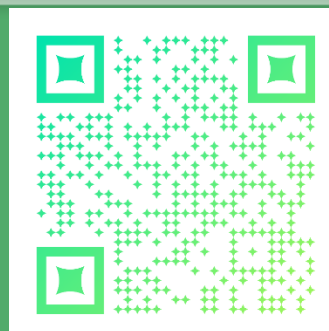
Mancanza soggettiva di energia fisica e/o mentale, percepita dall'individuo, dai suoi parenti o dai caregivers, che interferisce con l'esecuzione delle attività abituali e desiderate.

(Berge, Förster & Kirsch, 2018;
Diemen, Lankveld, Leeuwen, Post & Nes, 2016;
Swain, 2000)

Differenza tra fatica e FATIGUE:

La fatica legata all'attività è una condizione comune a tutte le persone.

La FATIGUE è un affaticamento patologico fisico o mentale sproporzionato, non recuperabile attraverso il sonno o riposo.



Intervento ergoterapico EGE :

Consiste in un percorso di riflessione e di analisi delle abitudini e del livello di energia, stimolando la ricerca di soluzioni pratiche ai problemi della vita quotidiana.

Modalità :

Incontri in piccoli gruppi o individuali per l'Educazione sulla Gestione ottimale dell'Energia.

L'ergoterapia è riconosciuta dalla cassa malati di base (LAMal) su prescrizione medica.

Per più informazioni:

<http://www.ergotherapie-impulse.ch/ems.html>