



I NOSTRI SOCIAL:



BIBLIOGRAFIA E SITOGRAFIA:



ORDINE REGIONALE DELLA PROFESSIONE SANITARIA DI FISIOTERAPISTA DELL'UMBRIA

CONTATTI:

Via della Mina, 113 - Loc. Lacugnano -
06132 - Perugia

PEC: umbria.ofi@pec.fnofi.it

MAIL: umbria.ofi@fnofi.it

TEL: (+39) 377.3781320

www.fnofi.it/ofi-umbria





SICUREZZA DOMESTICA

Suggerisce semplici interventi per rendere la casa più sicura, come:

- migliore illuminazione degli ambienti
- rimozione di ostacoli (tappeti, cavi elettrici, gradini isolati)
- installazione di maniglioni o di un sedile antiscivolo in bagno.



SUPPORTO ALLA FAMIGLIA

Aiuta i caregiver a sostenere la persona nelle attività quotidiane senza sostituirsi ad essa, riducendo lo stress fisico ed emotivo e favorendo una gestione più serena della fragilità.



VALUTAZIONE FUNZIONALE

Valuta la persona in tutti i suoi aspetti (condizioni fisiche, stato psicologico, capacità cognitive, rete di supporto sociale), compreso l'ambiente in cui vive, per identificare e stratificare il rischio di fragilità.



PROGRAMMA PERSONALIZZATO

Costruisce un percorso su misura, basato su esercizi terapeutici progressivi, per accompagnare la persona a recuperare forza, migliorare l'equilibrio e mantenere l'autonomia.



EDUCAZIONE E MOTIVAZIONE

Guida la persona a muoversi con fiducia e in sicurezza e la incoraggia a restare attiva. Se necessario, propone ausili e addestra al loro uso corretto.



LAVORO DI RETE E COMUNITÀ

Collabora con altri professionisti sanitari e orienta gli assistiti verso attività collettive, come i gruppi di cammino o le palestre della salute, per favorire un movimento sicuro e condiviso.

IL RUOLO DEL FISIOTERAPISTA NELLA GESTIONE DELLA FRAGILITÀ