

Il "videogioco" per vincere le fobie e recuperare dopo un ictus

All'Auxologico di Milano la fisioterapia è in stile cyber

FISIOTERAPIA

LORENZA CASTAGNERI

Varcare la soglia è come entrare in un videogame di ultima generazione. Dove non bisogna sconfiggere mostri, ma le azioni da compiere sono quelle che scandiscono la vita quotidiana: cucinare un piatto di pasta, percorrere il tragitto dal lavoro a casa, mettere una bottiglia nel frigorifero.

Benvenuti in un ambiente

di realtà virtuale per la cybermedicina, un mondo che sfrutta l'high tech per curare alcune malattie e per rallentare lo sviluppo di altre. I «cave» - come li chiamano nel gergo anglosassone - sono stanze con schermi alle pareti e sul pavimento per proiettare le immagini 3D. In Italia ne esistono solo due: si trovano all'Istituto Auxologico di Milano e gli specialisti hanno cominciato a utilizzarle per pazienti in riabilitazione dopo un ictus o un trauma cranico. E per quelli con un principio di pro-

blemi cognitivi.

«Nel primo caso la persona, immersa in questo mondo virtuale, è costretta a ripetere i gesti banali che farebbe ogni giorno e che aiutano più di una fisioterapia, fatta di movimenti standard. Nel secondo, invece, sfruttiamo questa tecnica per mantenere il cervello allenato ed evitare, almeno in una prima fase, gli errori: le perdite di memoria e i problemi di orientamento». Chi parla è Giuseppe Riva, il responsabile del team sulla «cyberterapia» dell'Auxologico e docente dell'Università Cattolica di Milano, dove insegna alla facoltà di Psicologia.

Il centro lombardo ha iniziato ad usare la realtà virtuale nella cura di patologie legate all'emozione. A partire dalle fobie. «Prendiamo la paura degli spazi chiusi - racconta Riva -. Al paziente viene chiesto di immedesimarsi: di pensare, per esempio, di trovarsi

in un ascensore, mentre il medico cerca di aiutarlo a superare l'ostacolo. Noi quell'ascensore l'abbiamo disegnato virtualmente. Quando il paziente è all'inizio della terapia, ha i vetri. Quando la persona ha già fatto qualche progresso, l'ascensore è chiuso e ospita altre persone. Lo stimolo che creiamo è graduato a seconda delle esigenze. E il vantaggio è doppio: abbiamo risultati migliori e teniamo sotto controllo i progressi dell'individuo. Senza dimenticare che la cura è coinvolgente».

Lo stesso si può dire a proposito della «cybercura» dei disturbi alimentari. Uno studio dell'Auxologico ha messo in luce che i pazienti trattati

con la realtà virtuale, a distanza di un anno, hanno mantenuto il peso forma. Gli altri hanno ripreso i chili perduti. «Ciò dimostra che non è sufficiente trovare una dieta ideale. Dobbiamo lavorare sulle cause profonde dell'obesità», ragiona Riva. Può essere una questione di stress o la conseguenza di un leggero stato depressivo. «In queste situazioni - prosegue - cerchiamo di individuare con il paziente una serie di immagini calmanti, come una baita in un bosco o una spiaggia. Le ricostruiamo in virtual reality e con termo-telecamere che misurano una serie di parametri vitali, dalla temperatura corporea ai battiti cardiaci, osserviamo le reazioni del soggetto e modifichiamo le immagini».

Dal 2011 sono già 300 le persone con problemi di obesità che si sono sottoposte a questa cura. Settecento, se si considerano quelle con altre patologie. Ora l'Auxologico si è impegnato per allargare la «cybertera-

pia» alla riabilitazione motoria e cognitiva. «Non a caso l'American Heart Stroke Association ha inserito nelle linee-guida per il trattamento dei pazienti colpiti da ictus la realtà virtuale. Ma questo strumento funziona anche per migliorare l'orientamento spaziale in chi è affetto da demenza senile o Alzheimer», sottolinea Marco Stramba-Badiale, direttore dell'Unità operativa di Medicina riabilitativa dell'Auxologico che, assieme a Riva, ha sviluppato i due «cave».

Alla «cyberterapia» è sempre associata una terapia tradizionale. «Sono complementari», commenta Stramba-Badiale. Non solo. Lui e Riva hanno anche messo a punto una app. Si chiama «Positive Island» e aiuta a continuare il trattamento virtuale contro lo stress a casa. La «cybermedicina» è anche telemedicina.

Giuseppe Riva
Psicologo

RUOLO: È RESPONSABILE DEL TEAM DI RICERCA SULLA «CYBERTHERAPY» DELL'ISTITUTO AUXOLOGICO DI MILANO



I «cave» sono stanze con schermi alle pareti e sul pavimento per proiettare le immagini 3D