

**ATTIVITA' FISICA ADATTATA (AFA)  
Regolamento aziendale  
Azienda USL1 di Massa e Carrara**

**Art.1 – Oggetto e principi generali**

Il presente regolamento, in attuazione della deliberazione Giunta regionale Toscana 3 giugno 2009 n. 459, disciplina l'Attività Fisica Adattata (AFA).

Per AFA si intendono programmi di esercizi non sanitari, svolti in gruppo, predisposti per cittadini con patologie croniche, finalizzati alla modificazione dello stile di vita per la prevenzione secondaria e terziaria della disabilità.

L'acronimo AFA ha come sinonimo l'AMA Attività Motoria Adattata.

L'Azienda USL 1 promuove i percorsi AFA nell'ambito dei propri atti di programmazione, e ne sostiene l'organizzazione anche con azioni di sostegno all'accesso, informazione e promozione verso la cittadinanza, ricercando forme di collaborazione con altri soggetti pubblici e privati, con il volontariato, con le organizzazioni sindacali e con gli enti di promozione sportiva.

L'Azienda USL 1 diffonde la conoscenza dei programmi AFA nelle professioni sanitarie, medici di medicina generale e specialisti, ricercandone il coinvolgimento e la collaborazione per le attività di competenza.

**Art. 2 - Categorie e tipologia dei programmi AFA**

Si distinguono:

- a) programmi AFA per persone con bassa disabilità, inerenti le sindromi croniche che non limitano le capacità motorie di base o della cura del sé, ossia sindromi algiche da ipomobilità e/o con rischio di fratture da fragilità ossea ed osteoporosi (AFA di tipo A);
- b) programmi AFA per persone con alta disabilità, inerenti le sindromi croniche stabilizzate con limitazione della capacità motoria e disabilità stabilizzata (AFA di tipo B).

Nell'ambito di ciascuna categoria i programmi AFA sono distinti per tipologia, sulla base della specifica problematica affrontata.

**Art. 3 - Destinatari**

Possono accedere ai programmi AFA i cittadini adulti e anziani residenti nell'ambito territoriale dell'azienda USL 1 di Massa e Carrara, in condizioni di salute stabili per assenza di malattia acuta o con riduzione delle capacità funzionali da condizioni cliniche pregresse con esiti funzionali stabilizzati.

Sono esclusi da qualsiasi programma AFA i soggetti con instabilità clinica nonché con sintomatologia acuta o postacuta aggredibili con programmi di cura e riabilitazione per i quali la risposta è esclusivamente sanitaria.

**Art. 4 - Modalità di accesso**

La proposta per l'accesso ai programmi AFA può essere effettuata dal medico di medicina generale o del medico specialista.

Non è necessaria una certificazione medica, ma costituirà documento di accesso al servizio un apposito modello.

Nel caso di AFA speciale (tipo B), le domande verranno sottoposte al vaglio di una commissione tecnico-sanitaria; per l'AFA normale (tipo A) l'accesso è regolamentato dalla deliberazione Giunta regionale Toscana 3 giugno 2009 n. 459.

## **Art. 5 – Commissione per il coordinamento strategico aziendale**

Il coordinamento strategico concerne il governo complessivo dell' AFA.

La Commissione per Il coordinamento strategico aziendale è composta da:

- Responsabile U.F. Dipartimentale Recupero e Riabilitazione Funzionale;
- Responsabile U.F. Dipartimentale Medicina dello Sport;
- Coordinatore sanitario Zona Distretto delle Apuane;
- Coordinatore sanitario Società della Salute della Lunigiana.

In caso di impedimento, i componenti della Commissione possono delegare un collega nelle funzioni.

Il Responsabile U.F. di Recupero e Riabilitazione coordina l'attività della Commissione.

La Commissione per il coordinamento strategico ha funzioni di organizzazione generale dell'attività, di monitoraggio e referenza complessiva del progetto, con particolare attenzione al coinvolgimento dei medici di medicina generale. Promuove e coordina i programmi AFA e definisce per ciascuno di essi il regolamento di cui al successivo art.6.

I costi del coordinamento strategico sono a carico dell'Azienda USL.

## **Art. 6 - Regolamenti di programma**

Per ciascuna tipologia di programma AFA viene definito un regolamento che indica:

- modalità di accesso
- indicazioni e controindicazioni al programma
- livelli di funzionalità motoria minimi necessari per partecipare al programma
- struttura e compiti del coordinamento operativo di cui all'articolo successivo
- erogatori e sedi di erogazione
- modalità organizzative e di verifica di sicurezza e di qualità;
- programma di esercizio e modalità di revisione periodica.

I regolamenti sono pubblicati sul sito web dell'azienda USL 1.

## **Art. 7 – Coordinamenti operativi**

Nel regolamento di ogni programma è indicato il personale deputato al coordinamento operativo, scelto fra il personale dipendente dell' Azienda ASL o a contratto, tra quello previsto dalle "Linee Guida per la promozione della salute tramite le attività motorie" adottate dal Consiglio sanitario regionale della Toscana.

Il regolamento di programma specifica le funzioni del Coordinamento operativo, secondo le previsioni del "Documento di indirizzo" approvato con deliberazione Giunta regionale toscana 459/2009.

I costi del coordinamento operativo sono a carico dell'Azienda USL .

## **Art. 8 - Ruolo dei Medici di medicina generale**

I medici di medicina generale svolgono un ruolo fondamentale rispetto ai percorsi AFA, in particolare per la sensibilizzazione e l'invio dei destinatari.

## **Art. 9 – Erogatori e sedi di erogazione**

Gli erogatori dei programmi AFA sono soggetti profit e no profit che operano nei settori dell' attività motoria e dello sport.

Gli erogatori sottoscrivono apposito "Documento di adesione" proposto dalla Commissione per il coordinamento strategico aziendale, con il quale si impegnano:

- a farsi garanti dei requisiti e dell'adesione dei propri istruttori ai programmi concordati;
- a garantire la sicurezza dei programmi di esercizio e partecipare alla revisione periodica dei medesimi;
- ad assicurare la pulizia e l'igiene e la sicurezza delle sedi di erogazione;

- ad inviare un report semestrale alla Commissione per il coordinamento strategico aziendale, predisposto e fornito dalla Commissione stessa.

Le sedi di erogazione sono palestre, piscine o altre strutture non sanitarie, di proprietà di soggetti pubblici o privati, profit o non profit, in possesso dei requisiti igienico-sanitari, di sicurezza e di accessibilità previsti dalle norme vigenti per gli ambienti frequentati dal pubblico, con particolare attenzione all'accessibilità da parte dei disabili.

In nessun caso i programmi AFA possono essere condotti all'interno delle sedi dei distretti sociosanitari o all'interno di strutture ospedaliere.

I rapporti con gli erogatori dei programmi AFA e gli adempimenti inerenti le sedi di erogazione fanno capo alla Commissione per il coordinamento strategico aziendale, che provvede a tenere e aggiornare periodicamente i relativi elenchi.

#### **Art. 10 - Istruttori**

I soggetti competenti all'erogazione dell'AFA sono i Laureati in Scienze Motorie e diplomati ISEF o in Fisioterapia, ovvero i laureandi in Scienze Motorie o in Fisioterapia, nell'ambito del tirocinio previsto nel piano di studio e sotto la responsabilità del proprio tutor.

Possono essere titolari della struttura ovvero essere in rapporto di dipendenza o esercitare in ambienti di proprietà degli erogatori.

Partecipano alla definizione dei programmi di esercizio e ogni istruttore deve rilasciare dichiarazione di stretta adesione ai programmi di esercizio concordati.

L'Azienda USL 1 promuove l'aggiornamento degli istruttori in materia di AFA e un'adeguata formazione sulle procedure di manovre rianimatorie di base (BLS), rilasciando attestato di partecipazione.

#### **Art. 11 – Programmi di esercizio**

I programmi di esercizio sono stabiliti dalla Commissione per il coordinamento strategico aziendale, in accordo con gli istruttori e gli erogatori, con l'eventuale concorso di ulteriore personale sanitario. Sono definiti per ogni tipologia sulla base della letteratura scientifica e sono applicati omogeneamente in tutte le strutture aderenti all'attività.

Ciascun programma AFA deve avere caratteristiche ed intensità adeguate alle condizioni funzionali dei partecipanti. Le sedute di esercizio devono avere durata di un'ora con frequenza di due o tre volte alla settimana, e sono svolte in gruppo la cui numerosità dipende dalla gravità della disabilità motoria e dalle dimensioni della struttura dedicata, di norma un massimo di 20 partecipanti.

I programmi di esercizio sono oggetto di revisione periodica, con la partecipazione degli istruttori e dei sanitari interessati.

I programmi di esercizio sono disponibili sia per gli utenti che per i medici e sono pubblicati sul sito web dell'Azienda USL 1.

#### **Art. 12 - Controllo di qualità**

Il personale che svolge attività di coordinamento effettua obbligatoriamente visite nelle sedi di erogazione nei seguenti casi:

- in seguito alla richiesta di adesione prima dell'inizio dell'attività;
- in caso di segnalazioni di eventi avversi avvenuti durante l'attività;
- in caso di segnalazioni da parte di cittadini di modalità di erogazione non conformi con
- quanto esplicitato nel presente regolamento.

Le sedi di erogazione, inoltre, possono essere oggetto di verifica rispetto ai seguenti aspetti:

- pulizia e igiene dei locali;
- agibilità e possesso di documentazione di sicurezza (anche inerente altre attività ludiche o sportive o ricreative);

- adesione degli istruttori ai programmi d'esercizio.

I risultati delle visite riportati su apposito modulo sono comunicati alla Commissione per il coordinamento strategico aziendale che provvede a darne informazione agli erogatori ed alla direzione sanitaria dell'Azienda USL 1, con l'indicazione di eventuali azioni correttive da intraprendere ed il tempo in cui realizzarle.

Il mancato rispetto dei requisiti richiesti comporta l'annullamento del documento di adesione di cui all'art.9.

### **Art. 13 - Costi**

L'AFA è un servizio di natura sociosanitaria, non compreso nei livelli essenziali di assistenza assicurati dal servizio sanitario regionale, i cui costi sono pertanto a carico dei partecipanti.

La tariffa indicativa è di Euro 2,50 ad accesso per i programmi svolti in piscina o per situazioni particolari (ad esempio nel caso di zona disagiata) e di Euro 2,00 negli altri casi, con modalità di pagamento mensile. Sono ammessi minimi scostamenti in relazione all'offerta o a particolari caratteristiche locali.

Sono inoltre a carico del partecipante gli oneri assicurativi obbligatori e i costi di trasporto.

Possono essere ricercate forme di sostegno per il trasporto da parte degli erogatori, delle associazioni di volontariato o delle istituzioni locali, i cui costi non sono comunque a carico, anche solo parzialmente, dell'azienda USL o della Società della salute.