

TUTTI IN MOVIMENTO

I RISULTATI



**BENEFICIARI
CDSP LE NINFEE**

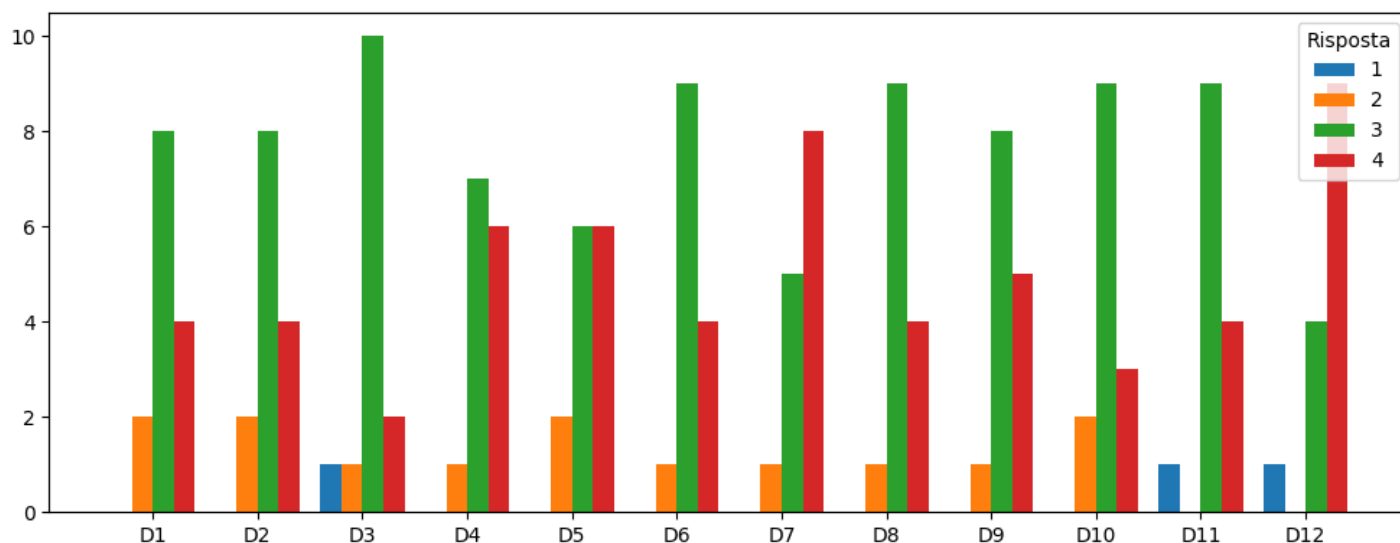
RISULTATO QUESTIONARIO GRAFICO

Questionario sulla percezione della qualità della vita dopo la partecipazione al progetto “Tutti in movimento”

Istruzioni : per ogni affermazione , indica quanto sei d'accordo scegliendo un numero da 1 a 4.

1 per niente 2 poco 3 abbastanza 4 molto

1) Mi sento meglio dal punto di vista fisico 4= 4	1= 0	2= 2	3= 8
2) Mi sento più energico durante la giornata 4=4	1=0	2=2	3=8
3) Riesco a svolgere le attività quotidiane con maggiore facilità 4=2	1=1	2=1	3=10
4) Il mio umore è migliorato grazie alla partecipazione al progetto 4=6	1=0	2=1	3=7
5) Mi sento meno stressato o più rilassato 4=6	1=0	2=2	3=6
6) Ho maggiore fiducia nelle mie capacità 4=4	1=0	2=1	3=9
7) Mi sento più motivato a prendermi cura di me stesso 4=8	1=0	2=1	3=5
8) Le relazioni con gli altri partecipanti o con le persone che frequento sono migliorate 4=4	1=0	2=1	3=9
9) Mi sento più coinvolto nelle attività sociali o di gruppo 4=5	1=0	2=1	3=8
10) Sono soddisfatto della mia qualità di vita attuale 4=3	1=0	2=2	3=9
11) Ritengo che la partecipazione al progetto abbia avuto un effetto positivo sul mio benessere generale 4=4	1=1	2=0	3=9
12) Penso di rinnovare la mia partecipazione al progetto 4=9	1=1	2=0	3=4



**BENEFICIARI
CDSP LE NINFEE**

RIASSUNTIVA TEST E CONSIDERAZIONI

PAZIENTE	ETA'	SCOLARITA'	PAROLE DI REY IMMEDIATE	VISUAL SEARCH	TRAIL MAKING TEST	TEST STIMA COGNITIVA	PAROLE DI REY DIFFERITA	Riconoscim ento REY	DIGIT SPAN DIR/INV	FLUENZA VERBALE FONOLOGIC A	FLUENZA VERBALE SEMANTICA
T0											
OSPITE 1	58	7	PE 2 (32.8)	PE 0 (25.75)	*PE 0 (272)	PE 1 (12.62)	PE 1 (5.2)	14	PE 0 (4.20) PE 0 (2.35)	PE 2 (25)	PE 0 (26)
T1											
	58		PE 1 (30.8)	PE 0 (14.75)	*PE 0 (261)	PE 1 (10.74)	PE 1 (5.2)	13	PE 0 (3.20) PE 0 (2.35)	PE 1 (18)	PE 0 (29)
T0											
OSPITE 2	58	13	PE 2 (36)	PE 0 (25.5)	*PE 0 (269)	PE 4 (3.74)	PE 3 (8)	15	PE 0 (3.92) PE 0 (1.87)	PE 4 (32)	PE 4 (40)
T1											
	58		PE 3 (40)	PE 0 (19.5.)	PE 0 (202)	PE 3 (6.62)	PE 2 (6.5)	14	PE 0 (3.83) PE 1 (2.79)	PE 4 (37)	PE 3 (35)
T0											
OSPITE 3	45	13	PE 3 (40.1)	PE 1 (36.5)	*PE 4 (29)	PE 0 (15.62)	PE 0 (4.5)	14	PE 3 (5.68) PE 0 (1.64)	PE 2 (23)	PE 0 (33)
T1											
	46		PE 0 (21.5)	PE 0 (1.25)	PE 3 (86)	PE 4 (4.74)	PE 0 (1.5)	9	PE 0 (2.68) PE 1 (2.614)	PE 2 (25)	PE 0 (30)

T0											
OSPITE 4	29	11	PE 0 (24.9)	*PE 0 (29.25)	PE 3 (79)	PE 0 (18.74)	PE 1 (5.5)	13	PE 0 (2.65) PE 0 (1.74)	PE 0 (12)	PE 0 (28)
T1											
	30		PE 1(32.1)	PE 1 (32.25)	PE 3 (81)	PE 0 (16.62)	PE 1 (4.9)	15	PE 0 (2.71) PE 0 (1.79)	PE 0 (14)	PE 2 (35)
T0											
OSPITE 5	54	8	PE 3 (37.2)	PE 0 (27)	*PE 4 (44)	PE 0 (19.74)	PE 1 (5.4)	14	PE 0 (2.96) PE 0 (2.02)	PE 1 (20)	PE 0 (28)
T1											
	55		PE 1 (31.7)	PE 2 (40.5)	PE 4 (4)	PE 0 (15.62)	PE 2 (7.2)	15	PE 0 (3.04) PE 0 (2.10)	PE 1 (18)	PE 0 (32)
T0											
OSPITE 6	37	13	PE 2 (34.5)	PE 2 (39.25)	PE 3 (58)	PE 0 (13.62)	PE 3 (8.6)	15	PE 0 (3.55) PE 2 (3.52)	PE 3 (25)	PE 4 (46)
T1											
	37		PE 4 (47.5)	PE 3 (46.25)	PE 2 (103)	PE 0 (17.74)	PE 1 (5.6)	15	PE 0 (3.55) PE 2 (3.52)	PE 0 (8)	PE 0 (25)
T0											
OSPITE 7	32	13	PE 3 (39.3)	PE 0 (21.25)	PE 2 (90)	PE 0 (24.62)	PE 3 (8.3)	15	PE 0 (2.49) PE 0 (1.42)	PE 0 (7)	PE 0 (19)
T1											
	33		PE 2 (34.2)	PE 0 (26.25)	PE 2 (91)	PE 0 (23.74)	PE 3 (7.2)	13	PE 0 (3.49) PE 0 (2.47)	PE 0 (5)	PE 1 (34)

T0											
OSPITE 8	28	8	PE 4 (42.9)	PE 2 (37.25)	PE 3 (74)	PE 4 (4.62)	PE 2 (6.9)	14	PE 2 (4.65) PE 0 (1.74)	PE 3 (30)	PE 2 (36)
T1											
	29		PE 4 (45.9)	PE 3 (46.25)	PE 4 (45)	PE 4 (4.45)	PE 3 (7.5)	15	PE 4 (6.65) PE 0 (1.74)	PE 2 (24)	PE 4 (37)
T0											
OSPITE 9	36	17	/	PE 0 (15.25)	*PE 0 (441)	PE 1 (10.62)	/	/	/	/	/
T1											
			/	PE 0 (20.25)	PE 0 (348)	PE 1 (10.74)					
T0											
OSPITE 10	XXX	XXX	XXX	XXX	XXX	XXX	XXX	XXX	XXX	XXX	XXX
T1											
	33	13	PE 3 (37.3)	PE 0 (23.25)	PE 3 (75)	PE 2 (9.62)	PE 3 (7.2)	15	PE 0 (3.49) PE 0 (2.47)	PE 3 (30)	PE 0 (27)
T0											
OSPITE 11	25	13	PE 0 (24.2)	PE 1 (31.25)	PE 3 (78.49)	PE 1 (12.62)	PE 3 (7.9)	14	PE 1 (4.44) PE 0 (2.42)	PE 0 (7)	PE 0 (28)
T1											
	26		PE 0 (28.2)	PE 2 (40.25)	PE 2 (93)	PE 2 (8.74)	PE 1 (4.9)	15	PE 1 (4.44) PE 0 (1.42)	PE 0 (16)	PE 0 (33)

T0											
OSPITE 12	35	8	PE 4 (54.2)	PE 0 (24.25)	*PE 0 (NV)	PE 0 (24.62)	PE 4 (11.3)	15	PE 2 (4.76) PE 0 (2.08)	PE 2 (23)	PE 4 (38)
T1											
	36		PE 4 (42.2)	PE 0 (21.25)	PE 1 (160)	PE 0 (15.74)	PE 3 (8.3)	15	PE 0 (3.76) PE 0 (1.84)	PE 2 (25)	PE 0 (33)
T0											
OSPITE 13	53	8	PE 0 (23.2)	PE 2 (42)	PE 3 (66)	PE 1 (11.74)	PE 0 (-0.4)	13 FR5	PE 2 (4.96) PE 0 (2.02)	PE 4 (33)	PE 4 (39)
T1											
	53		PE 2 (32.2)	PE 1 (31)	PE 1 (119)	PE 0 (13.62)	PE 0 (4.6)	13	PE 2 (4.96) PE 0 (2.02)	PE 4 (35)	PE 2 (36)
T0											
OSPITE 14	52	8	PE 0 (19.2)	PE 0 (3)	PE 0 (NV)	PE 0 (23.62)	PE 0 (4.6)	15	PE 0 NV	PE 0 (10)	PE 0 (27)
T1											
	53		PE 0 (7.2)	PE 0 (10)	PE 0 (284)	PE 2 (10.74)	PE 0 (1.6)	NV 20 FR	PE 0 (NV) PE 0 (2.27)	PE 0 (9)	PE 0 (28)

Premessa

È stato effettuato il confronto tra le valutazioni neuropsicologiche eseguite al Tempo 0 (T0) e al Tempo 1 (T1) in un gruppo di pazienti sottoposti a follow-up. L'analisi ha preso in considerazione le principali funzioni cognitive esplorate mediante prove standardizzate: memoria verbale (Parole di Rey – richiamo immediato e differito, riconoscimento), attenzione visuo-spaziale (Visual Search), funzioni esecutive (Trail Making Test), memoria di lavoro (Digit Span) e fluenza verbale fonologica e semantica.

Analisi dei risultati

L'analisi comparativa evidenzia un andamento complessivamente favorevole delle prestazioni cognitive. Nella maggior parte dei soggetti si osserva il mantenimento delle abilità precedentemente acquisite o un miglioramento in uno o più domini cognitivi, mentre solo alcuni pazienti presentano lievi flessioni circoscritte a specifiche prove.

Memoria verbale

Le prestazioni nella prova Parole di Rey – richiamo immediato mostrano un miglioramento in numerosi pazienti, suggerendo una maggiore capacità di apprendimento del materiale verbale. In alcuni casi le prestazioni risultano sostanzialmente stabili, mentre solo pochi soggetti evidenziano una lieve riduzione rispetto alla valutazione iniziale. Anche il richiamo differito evidenzia un andamento generalmente positivo, con miglioramenti o stabilità nella maggior parte dei pazienti, indicativi di una buona conservazione dei processi di consolidamento e recupero mnestico. Il riconoscimento delle Parole di Rey risulta complessivamente stabile, con modeste variazioni individuali, confermando una buona conservazione della memoria di riconoscimento.

Attenzione e velocità di elaborazione

Nella prova di Visual Search numerosi pazienti mostrano un incremento delle prestazioni, indicativo di un miglioramento dell'attenzione selettiva, dell'esplorazione visiva e dell'efficienza percettiva.

Il Trail Making Test evidenzia, in diversi casi, una riduzione dei tempi di esecuzione rispetto alla valutazione iniziale, compatibile con un miglioramento della velocità di processamento, della flessibilità cognitiva e delle capacità attentive. Alcuni soggetti mantengono prestazioni sostanzialmente stabili, mentre pochi presentano variazioni di lieve entità.

Memoria di lavoro

Le prestazioni al Digit Span risultano prevalentemente stabili, con lievi incrementi osservati in alcuni pazienti. Nel complesso non emergono evidenze di deterioramento della memoria di lavoro nel campione esaminato.

Linguaggio e funzioni esecutive verbali

La fluenza verbale fonologica mostra un andamento generalmente stabile, con miglioramenti limitati ad alcuni soggetti e sporadiche riduzioni di modesta entità.

La fluenza verbale semantica evidenzia invece un miglioramento in diversi pazienti, suggerendo una maggiore efficienza nei processi di accesso al lessico e di recupero delle informazioni semantiche. In alcuni casi le prestazioni rimangono stabili, mentre in pochi soggetti si osservano lievi riduzioni.

Considerazioni

L'interpretazione complessiva dei dati indica che il follow-up è caratterizzato prevalentemente da un mantenimento o da un miglioramento delle prestazioni neuropsicologiche. I progressi risultano maggiormente evidenti nei domini dell'apprendimento verbale, dell'attenzione, della ricerca visiva e della velocità di elaborazione delle informazioni. Le variazioni negative osservate in alcuni pazienti risultano circoscritte a specifiche prove e non configurano un peggioramento cognitivo generalizzato. La variabilità individuale osservata è compatibile con la fisiologica eterogeneità dei profili neuropsicologici e con le differenti caratteristiche cliniche dei pazienti.

Nel complesso, il confronto tra T0 e T1 documenta un andamento favorevole del campione. La maggior parte dei pazienti presenta un miglioramento o una sostanziale stabilità delle funzioni cognitive esplorate, con particolare riferimento alla memoria verbale, ai processi attentivi e alla velocità di elaborazione. Non emergono evidenze di un deterioramento cognitivo diffuso nel gruppo esaminato.

A sostegno di quanto emerso si riporta una tabella riassuntiva con i principali studi di metanalisi sull'attività fisica nei pazienti con disturbi psichiatrici.

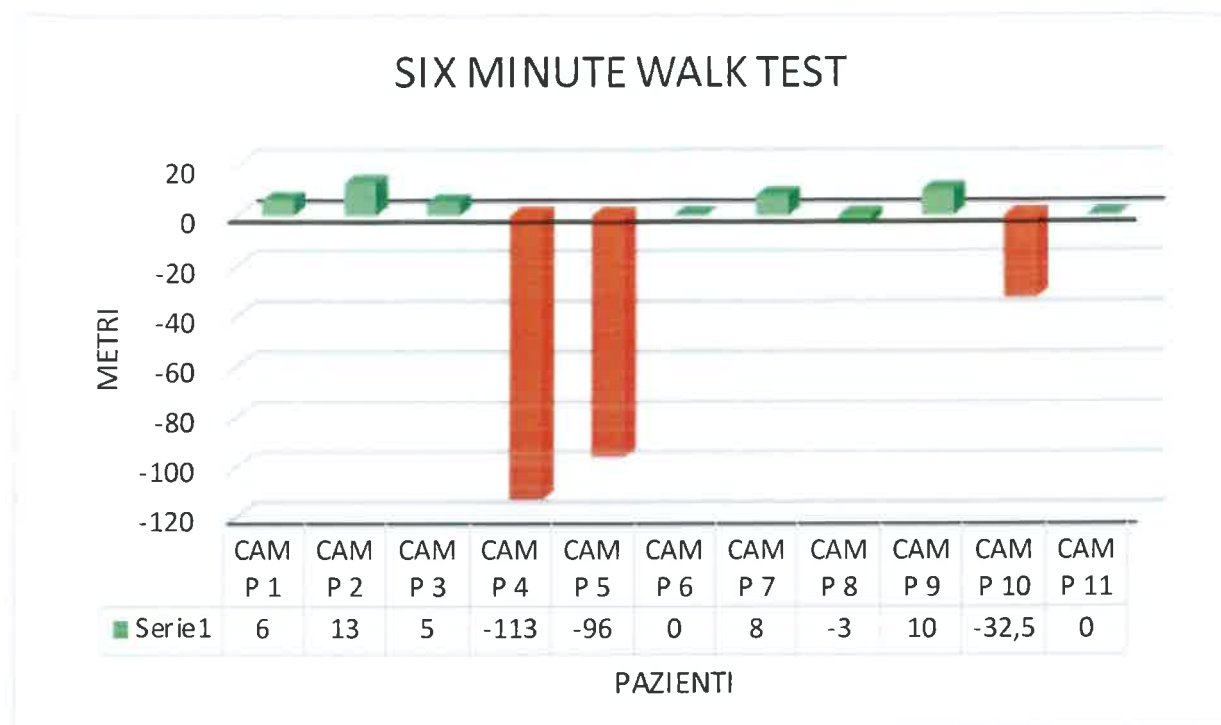
Autori	Anno	Popolazione	Studi inclusi	Principali risultati	Implicazioni cliniche
Firth et al.	2015	Schizofrenia	29 studi (1109 pazienti)	Miglioramento sintomi positivi, negativi, qualità di vita e funzionamento.	Esercizio come trattamento aggiuntivo.
Kim et al.	2023	Schizofrenia	15 RCT	Riduzione sintomi negativi e positivi; migliori risultati con programmi ≥20 settimane.	Programmi supervisionati.
Tian et al.	2024	Schizofrenia	25 studi (1441 pazienti)	Yoga migliore per sintomi negativi; forza per positivi.	Personalizzare la modalità.
Cooney et al.	2013	Depressione	39 RCT	Riduzione sintomi depressivi.	Complementare alle cure.
Singh et al.	2023	Depressione	Umbrella review	Benefici su depressione, ansia e distress.	Supporta linee guida.

- ❖ L'attività fisica è un intervento evidence-based come trattamento aggiuntivo.
- ❖ Nella schizofrenia migliora sintomi negativi, qualità di vita e funzionamento.
- ❖ Nella depressione riduce la sintomatologia e potenzia le cure standard.
- ❖ Si raccomandano 150–300 minuti/settimana di attività aerobica e 2–3 sedute di forza.

**BENEFICIARI
RSD L'AIRONE**

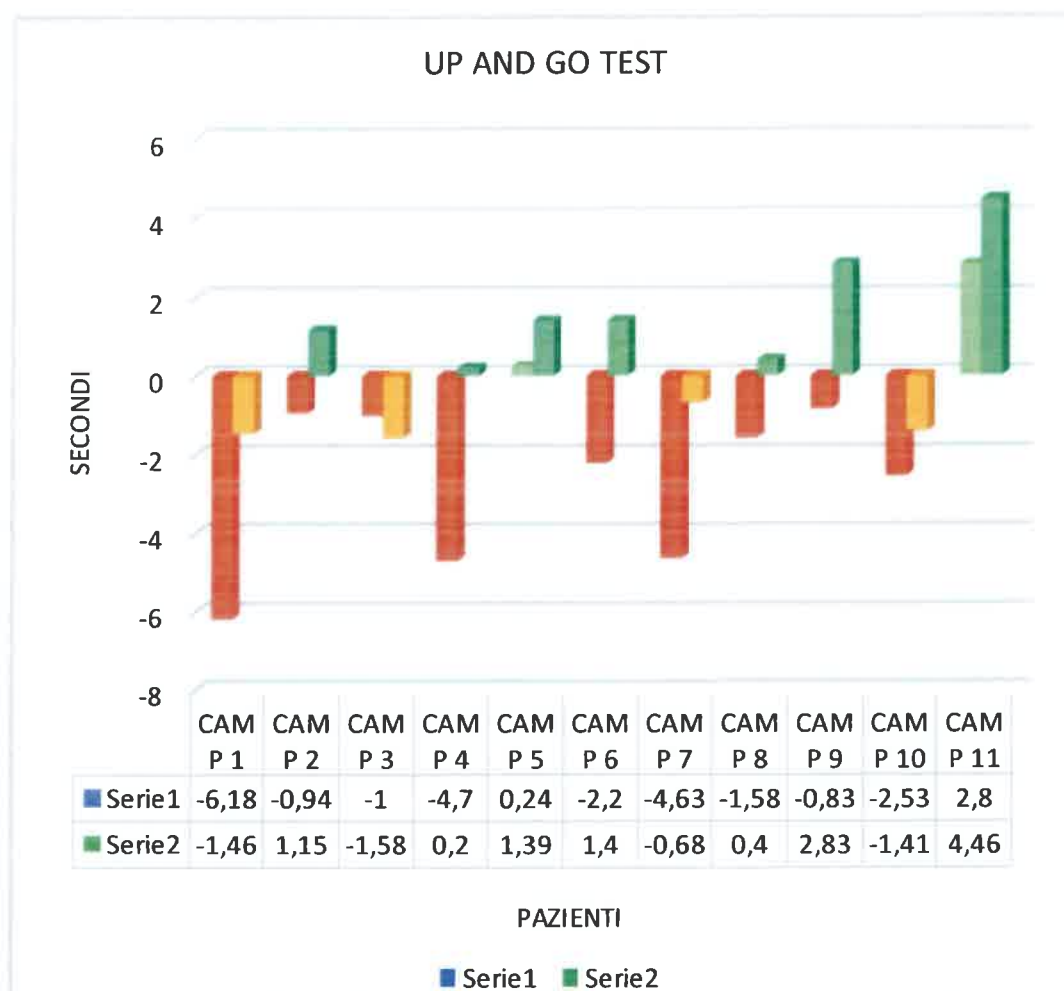
VALUTAZIONE FUNZIONALITÀ MOTORIA

RESTITUZIONE SIX MINUTE WALK TEST



Dalle somministrazioni effettuate a distanza di 9 mesi l'una dall'altra si evidenzia un miglioramento per 72% dei campioni ad indice di un incremento della capacità funzionale dalla prima alla seconda somministrazione. Per i campioni in evidente peggioramento consideriamo l'importante influenza della terapia farmacologica e della diagnosi clinica.

RESTITUZIONE UP AND GO TEST



La restituzione a grafico mostra a livello del valore 0 un tempo di esecuzione minore o uguale a 10 secondi, considerata normale mobilità.

A valori negativi, rispetto allo 0, corrispondono tempi di esecuzione compresi tra 11 e 20 secondi, considerati comunque normali limiti di mobilità per soggetti con fragilità.

Si evidenzia dalle somministrazioni effettuate a distanza di 9 mesi l'una dall'altra un miglioramento per il 91% dei campioni ed un'esecuzione che rientra nel range considerato di normale limite di mobilità tradotto in assenza rischio di caduta.

TUTTI I BENEFICIARI

RELAZIONE CONCLUSIVA PROGETTO

1. Dati Generali del Progetto

- **Titolo:** Tutti in Movimento: attività motorie ed espressive per persone fragili
- **Coordinatore:** Cristina Martino
- **Operatori coinvolti:** Riccardo Palestra, Luca Pellini, Ilaria Buttaci, Lorena Benedini
- **Partecipanti:** 29 partecipanti, di cui 4 si sono fermati al 1° trimestre
- **Periodo di svolgimento:** Ottobre 2025 - Giugno 2026

2. Obiettivi Raggiunti

- **Area motoria-funzionale:** Importante miglioramento della coordinazione, dell'equilibrio, della forza e nell'attenzione (ascolto/esecuzione).
- **Area emotivo-relazionale:** Incremento nella gestione delle emozioni e nella fiducia in sé stessi.
- **Area cognitiva e attentiva:** Maggiore sicurezza nell'attuazione di iniziative, con un incremento dell'attenzione e della comprensione rispetto a quanto proposto dai tecnici.

3. Attività e Metodologie Utilizzate

- **Attività realizzate:** Circuiti psicomotori adattati, con alternanza tra forza, resistenza, e mobilità, esercizi di rilassamento finale. Pratica Qi-gong
- **Metodologie:** Attività Motoria Adattata (APA), apprendimento cooperativo, utilizzo di canali comunicativi visivi/gestuali

4. Monitoraggio e Valutazione dei Risultati

Sono stati svolti trimestralmente dei test valutativi per ogni utente partecipante.

- **Risultati quantitativi:** Il novanta per cento dei partecipanti ha partecipato attivamente e in maniera continuativa a tutte le attività motorie per l'intero periodo, ottenendo un miglioramento complessivo, rispetto alla fase iniziale.
- **Risultati qualitativi:** Si è registrato un aumento del tono dell'umore durante le sessioni, dell'attenzione individuale e di gruppo, della capacità di adempiere alle richieste sia autonomamente che con piccoli aiuti nonché un miglioramento della capacità di stare alle regole d'ingaggio.

5. Punti di Forza e Criticità

- **Punti di forza:** Forte sinergia tra gli operatori di tutte le strutture, flessibilità e adattabilità, condivisione di valori, rapporto di grande fiducia tra utenti ed operatori.
- **Criticità:** A volte, in maniera non voluta, scarsa comunicazione tra tutti gli operatori/enti.

TUTTI I BENEFICIARI

**TEST QUALITATIVO
VALUTAZIONE UTENTI KALOS**

PROGETTO “TUTTI IN MOVIMENTO”

test qualitativo attività motoria

Periodo valutazione: inizio progetto, dopo tre mesi, fine progetto

Redatto da: istruttori specializzati Kalos

Nome utente:

Struttura provenienza utente:

♦ AREA MOTORIA E FUNZIONALE

Obiettivo: valutare la mobilità, il controllo motorio e la resistenza fisica.

Indicatore	Descrizione	Valutazione ottobre 25	Valutazione gennaio 26	Valutazione giugno 26
Coordinazione generale	Capacità di eseguire movimenti controllati e coerenti	1 = difficoltà costante 3 = discreta 5 = buona	1 = difficoltà costante 3 = discreta 5 = buona	1 = difficoltà costante 3 = discreta 5 = buona
Equilibrio statico e dinamico	Stabilità durante postura e movimento	1 = instabile 3 = stabile con supporto 5 = stabile autonomo	1 = instabile 3 = stabile con supporto 5 = stabile autonomo	1 = instabile 3 = stabile con supporto 5 = stabile autonomo
Forza e resistenza	Capacità di mantenere o ripetere esercizi	1 = affaticamento immediato 3 = discreta 5 = buona	1 = affaticamento immediato 3 = discreta 5 = buona	1 = affaticamento immediato 3 = discreta 5 = buona

Mobilità articolare	Ampiezza dei movimenti rispetto al punto di partenza	1 = limitata 3 = media 5 = ampia	1 = limitata 3 = media 5 = ampia	1 = limitata 3 = media 5 = ampia
Consapevolezza corporea	Capacità di percepire il proprio corpo nello spazio	1 = minima 3 = parziale 5 = piena	1 = minima 3 = parziale 5 = piena	1 = minima 3 = parziale 5 = piena

♦ AREA COGNITIVA E ATTENTIVA

Obiettivo: osservare l'attenzione, la memoria motoria e la comprensione delle consegne.

Indicatore	Descrizione	Valutazione ottobre 25	Valutazione gennaio 26	Valutazione giugno 26
Attenzione e concentrazione	Mantiene l'attenzione durante l'attività	1 = facilmente distraibile 3 = discreta 5 = costante	1 = facilmente distraibile 3 = discreta 5 = costante	1 = facilmente distraibile 3 = discreta 5 = costante
Comprensione delle consegne	Capisce e segue le istruzioni	1 = con molta assistenza 3 = parziale 5 = autonoma	1 = con molta assistenza 3 = parziale 5 = autonoma	1 = con molta assistenza 3 = parziale 5 = autonoma
Memoria motoria	Ricorda movimenti appresi	1 = no 3 = parziale 5 = sì	1 = no 3 = parziale 5 = sì	1 = no 3 = parziale 5 = sì

Iniziativa personale	Partecipa attivamente, propone, si coinvolge	1 = passivo 3 = collaborativo 5 = proattivo	1 = passivo 3 = collaborativo 5 = proattivo	1 = passivo 3 = collaborativo 5 = proattivo
----------------------	--	---	---	---

♦ AREA EMOTIVA E RELAZIONALE

Obiettivo: valutare autostima, relazione con gli altri e vissuto emotivo durante l'attività.

Indicatore	Descrizione	Valutazione ottobre 25	Valutazione gennaio 26	Valutazione giugno 26
Partecipazione emotiva	Mostra piacere e coinvolgimento	1 = apatia 3 = partecipa su stimolo 5 = spontaneo entusiasmo	1 = apatia 3 = partecipa su stimolo 5 = spontaneo entusiasmo	1 = apatia 3 = partecipa su stimolo 5 = spontaneo entusiasmo
Fiducia in sé	Si sente capace, prova e si mette in gioco	1 = si blocca 3 = prova con incoraggiamento 5 = sicuro	1 = si blocca 3 = prova con incoraggiamento 5 = sicuro	1 = si blocca 3 = prova con incoraggiamento 5 = sicuro
Relazione con gruppo	Interazione e collaborazione con i compagni	1 = isolato 3 = partecipa 5 = attivo e collaborativo	1 = isolato 3 = partecipa 5 = attivo e collaborativo	1 = isolato 3 = partecipa 5 = attivo e collaborativo
Gestione delle emozioni	Capacità di affrontare frustrazione e errori	1 = difficile 3 = discreta 5 = buona	1 = difficile 3 = discreta 5 = buona	1 = difficile 3 = discreta 5 = buona

♦ AREA DI BENESSERE PERCEPITO

Obiettivo: esplorare come il partecipante vive fisicamente e psicologicamente l'attività.

Indicatore	Descrizione	Valutazione ottobre 25	Valutazione gennaio 26	Valutazione giugno 26
Livello di energia	Si sente più vitale dopo l'attività	1 = stanco 3 = stabile 5 = energico	1 = stanco 3 = stabile 5 = energico	1 = stanco 3 = stabile 5 = energico
Rilassamento	Percezione di calma e riduzione della tensione	1 = no 3 = parziale 5 = sì	1 = no 3 = parziale 5 = sì	1 = no 3 = parziale 5 = sì
Soddisfazione personale	Espressione di piacere e soddisfazione post attività	1 = bassa 3 = media 5 = alta	1 = bassa 3 = media 5 = alta	1 = bassa 3 = media 5 = alta
Continuità nella partecipazione	Frequenza e motivazione nel tempo	1 = irregolare 3 = costante 5 = assidua e motivata	1 = irregolare 3 = costante 5 = assidua e motivata	1 = irregolare 3 = costante 5 = assidua e motivata

Sintesi e report finale

Verrà creato un report conclusivo epr ogni partecipante contenente i seguenti dati:

- Risultati quantitativi (grafici, punteggi) e osservazioni qualitative
- Conclusioni sul raggiungimento degli obiettivi
- Raccomandazioni per la prosecuzione del percorso

TUTTI I BENEFICIARI

VALUTAZIONE KALOS

SCARICA IL FILE XLS