

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Alla Asst Rhodense la montagna-terapia nelle persone con disturbi psichiatrici

Valeria Arini · Friday, December 17th, 2021

Le passeggiate, le scalate, possono aiutare le persone affette da disturbi psichiatrici ad acquistare fiducia in sé stesse e verso il mondo esterno, gli studi e la pratica confermano sempre più l'importanza della Montagna-terapia per favorire l'incremento della salute e del benessere in generale. Nei giorni scorsi in **Asst Rhodense** si è svolto un incontro formativo organizzato dalla **Direzione Assistenziale delle Professioni Sanitarie e Sociali** in collaborazione con il Dipartimento di Salute Mentale e Dipendenze per promuovere e implementare la montagna-terapia quale originale approccio metodologico a carattere terapeutico-riabilitativo, finalizzato alla prevenzione secondaria, alla cura e alla riabilitazione di persone con differenti problematiche, patologie o disabilità.

L'iniziativa, di carattere teorico-pratico, si è rivolta ad un gruppo di professionisti che operano nell'ambito della Salute Mentale e Dipendenze e ha previsto una parte teorica, svolta in aula ed una parte pratica che si è realizzata mediante la partecipazione ad un'escursione montana. L'apprendimento mediante l'esperienza diretta è una proposta che "provoca", che porta a immedesimarsi nel bisogno dell'utente e nel suo percorso di ricerca e raggiungimento di un rinnovato benessere personale. **La Montagna-terapia integra i trattamenti farmacologici, psicologici e/o educativi in atto**, con le conoscenze culturali e tecniche proprie della frequentazione della montagna in sicurezza, in un lavoro di equipe pianificato e condotto in sinergia, con l'intento di favorire un progressivo miglioramento nel percorso di salute e autonomia personale. Tale approccio trova fondamenti in studi scientifici che dimostrano i benefici derivanti dalla relazione tra ambiente naturale e risultati a livello fisico e psichico. Sono infatti dimostrati gli effetti di riduzione dello stress, miglioramento dell'autostima, benefici legati alle dinamiche relazionali e al senso di appartenenza, nonché il riconoscimento dell'attività quale importante occasione di socializzazione e lotta allo stigma. Di fondamentale importanza in tutte le fasi di realizzazione del progetto, è la preziosa e costante collaborazione con la Rete "PASSAGGIO CHIAVE", un gruppo formato da servizi del privato sociale ed istituzioni pubbliche che condividono gli alti valori umani dell'Alpinismo e la passione per la montagna, quali strumenti educativi e riabilitativi nel lavoro con persone dipendenti da sostanze stupefacenti o con patologie psichiatriche. Particolare della Rete è il lavoro comune tra alcuni servizi pubblici territoriali (Ser.T e Noa) e diversi enti del privato sociale (comunità terapeutiche) insieme alla presenza di Alpiteam "Scuola di alpinismo del CAI Lombardia", unica nel suo genere.

This entry was posted on Friday, December 17th, 2021 at 7:09 pm and is filed under [Salute](#), [Varesotto](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.