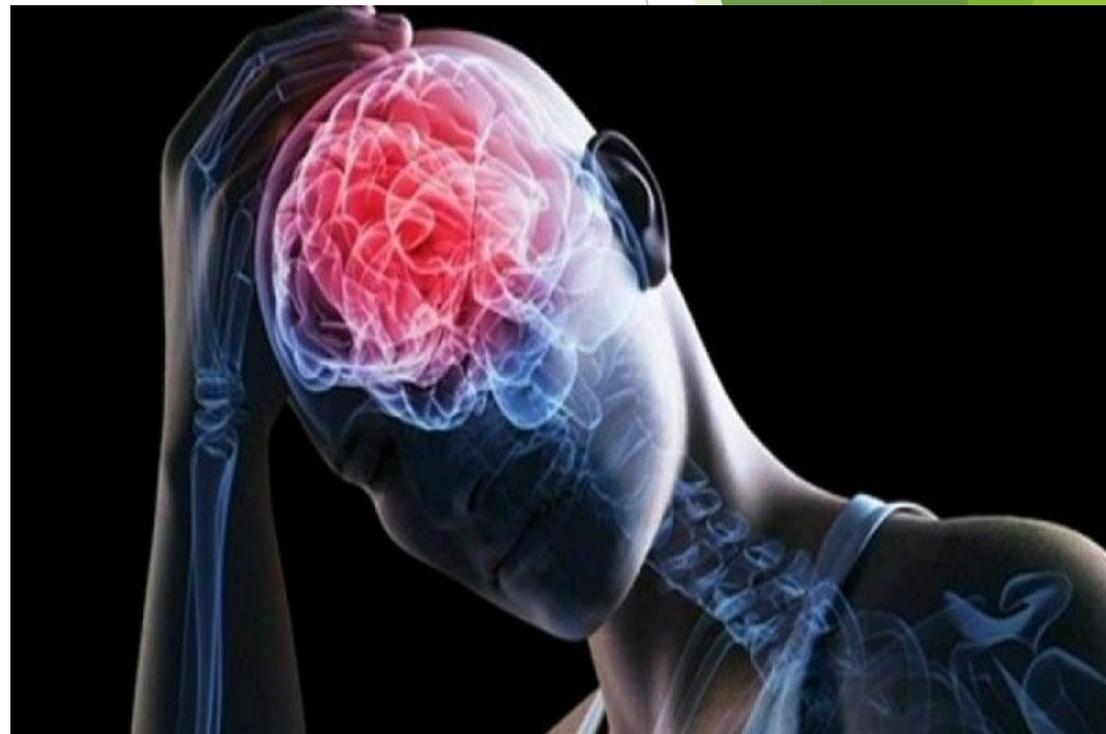


The background features abstract, overlapping geometric shapes in various shades of green, ranging from light lime to dark forest green. The shapes are primarily triangles and polygons, creating a dynamic, layered effect. The central text is positioned on a white background that is partially framed by these green shapes.

Социальный проект «VelaMente»

Последствия психосоциальных расстройств

- ▶ Люди с тяжелой психосоциальной инвалидностью живут на 20 лет меньше, чем их сверстники без нее, в основном из-за малоподвижного образа жизни, низкой физической активности, ожирения или плохого питания, а также долгосрочных последствий побочных эффектов антипсихотических препаратов, таких как более высокий сердечно-сосудистый и дисметаболический риск



Социальная изоляция - основная причина расстройств

- ▶ Социальная изоляция - еще одно распространенное явление, тесно связанное с переживанием тяжелой психосоциальной инвалидности, усиленной также гипостимулирующей или отчуждающей средой
- ▶ Однако в области укрепления психического здоровья понятие «потребности» также касается «стремления к»: участию, удовлетворению, личному росту и развитию в течение жизни, в основном с точки зрения социальной интеграции и улучшения межличностных отношений



Физическая реабилитация при психосоциальных расстройствах

- ▶ Последние систематические обзоры и мета-анализы указывают на то, что мероприятия направлены на физические и спортивные мероприятия способствуют улучшению социального функционирования и другие последствия для здоровья людей, страдающих шизофренией [1], депрессией [2] и тревожными расстройствами[3].
- ▶ 1. Stubbs B, Firth J, Berry A, Schuch FB, Rosenbaum S, Gaughran F, Veronesse N, Williams J, Craig T, Yung AR, Vancampfort D. *How much physical activity do people with schizophrenia engage in? A systematic review, comparative meta-analysis and meta-regression. Schizophr Res. 2016 Oct;176(2-3):431-440.*
- ▶ 2. de Souza Moura AM, Lamego MK, Paes F, Ferreira Rocha NB, Simoes-Silva V, Rocha SA, de Sá Filho AS, Rimes R, Manochio J, Budde H, Wegner M, Mura G, Arias-Carrión O, Yuan TF, Nardi AE, Machado S. *Comparison Among Aerobic Exercise and Other Types of Interventions to Treat Depression: A Systematic Review. CNS Neurol Disord Drug Targets. 2015;14(9):1171-83.*
- ▶ 3. de Souza Moura AM, Lamego MK, Paes F, Ferreira Rocha NB, Simoes-Silva V, Rocha SA, de Sá Filho AS, Rimes R, Manochio J, Budde H, Wegner M, Mura G, Arias-Carrión O, Yuan TF, Nardi AE, Machado S. *Effects of Aerobic Exercise on Anxiety Disorders: A Systematic Review. CNS Neurol Disord Drug Targets. 2015;14(9):1184-93.*

Физическая реабилитация при психосоциальных расстройствах

- ▶ Следовательно, уход за людьми с тяжелыми психосоциальными нарушениями должен включать акцент на улучшении физической формы с помощью упражнений и физической активности квалифицированными медицинскими работниками, способными мотивировать и поддерживать их в ведении активного образа жизни



Exercise and Mental Health
treatment guide

Цель проекта «VelaMente»

- ▶ Проект «VelaMente», ориентирован на реабилитационное вмешательство и пропаганду физической активности (плавание в команде) у людей с тяжелыми психосоциальными расстройствами

Основная цель проекта:

- оценить эффективность психосоциального реабилитационного вмешательства, направленного на плавание в составе экипажа, по следующим основным результатам: а) социальное функционирование; б) тяжесть психосоциальной инвалидности; с) общее функционирование и d) нарушение регуляции биоритмов (сон, питание, социальная и повседневная деятельность) людей с тяжелыми психосоциальными нарушениями;
- Дополнительная цель: оценить удовлетворенность посетителей проектом и курсом парусного спорта.

План проекта-исследования

MONTHS	1	2-4	5	6-8	9
GROUPS					
A: Intervention Group N 23	T0 assessment	SAILING COURSE	T1 assessment	REHABILITATIVE TREATMENTS AS USUAL*	
B: Wait list Group N 28	T0 assessment	REHABILITATIVE TREATMENTS AS USUAL	T1 assessment	SAILING COURSE	T2 assessment

*During this period, most subjects of Group A were discharged from their mental health service because they had completed their rehabilitative programme. For this reason, it was not possible to perform a T2 assessment for these subjects.

Дизайн проета-исследования

- ▶ Из 64 человек с тяжелыми психосоциальными нарушениями (диагноз шизофрении, аффективного психоза и / или расстройства личности) 51 человек согласился принять участие в исследовании и был случайным образом распределен по:
- ▶ Группа А: N 23 человека были зачислены на трехмесячный курс парусного спорта плюс медикаментозное лечение, как обычно. По окончании курса плавания они вернулись к обычным реабилитационным мероприятиям в своей психиатрической клинике плюс обычное лечение наркозависимости.
- ▶ Группа В: N 28 субъектов, включенных в лист ожидания и посещавших обычные реабилитационные мероприятия в своей психиатрической службе плюс медикаментозное лечение, как обычно, в течение первых 3 месяцев. Когда группа А закончила курс парусного спорта, они начали с экспериментального вмешательства плюс медикаментозное лечение, как обычно.

Экспериментальная методика

- ▶ Экспериментальное лечение («парусный спорт») представляло собой психосоциальное реабилитационное вмешательство, сфокусированное на структурированном трехмесячном курсе обучения парусному спорту в команде. В каждом уроке участвовала группа из 8-10 человек, и его проводили два шкипера, два психолога и два стажёра, посещавших курсы повышения квалификации «Методы психиатрической реабилитации» Университета Кальяри, Италия. Уроки проходили 2 раза в неделю в парусной школе, расположенной в туристической гавани в заливе Кальяри. Посетители добрались до гавани из своих психиатрических служб на караване, управляемом психиатром. Курс парусного спорта включал теоретические занятия и упражнения по принципу / технике плавания, которые проводились в открытом море или в гавани на двух обычных парусных лодках.



Удовлетворенность участников проекта «VelaMente».

Элемент анкеты	Ответы N (%)
В целом, как вы оцениваете «VelaMente ?!» проект?	Очень хорошо: 17 (51,5) Хорошо: 9 (27,3) Достаточно: 7 (21,2) Плохо: 0 (0) Очень плохо: 0 (0)
Как насчет полезности «VelaMente ?!» проект?	Очень полезно: 20 (60,6) Полезно: 5 (15,2) Достаточно: 8 (24,2) Бесполезно: 0 (0,0) Очень бесполезно: 0 (0,0)
Как насчет содержания, предложенного во время курса парусного спорта?	Я уже знал их: 1 (3,0) Я знал их лишь частично: 7 (21,3) Я их еще не знал: 25 (75,7)
Как насчет ясности преподавателей парусного спорта во время уроков?	Очень хорошо: 22 (66,7) Хорошо: 9 (27,2) Достаточно: 2 (3,1) Плохо: 0 (0,0) Очень плохо: 0 (0,0)
Как насчет организационной поддержки во время занятий парусным спортом? (например : выделить комнату, лодки, инструменты и т . д....)	Очень хорошо: 19 (57,6) Хорошо: 12 (36,4) Достаточно: 2 (6,0) Плохо: 0 (0,0) Очень плохо: 0 (0,0)
Как насчет доступности для поддержки и выслушивания операторов (учителей парусного спорта и операторов психического здоровья) во время курса парусного спорта?	Хорошо: 31 (93,9) Достаточно: 2 (6,1) Плохо: 0 (0,0)
На ваш взгляд, курс парусного спорта улучшил ваше общее состояние здоровья?	Да: 19 (57,6) Частично: 9 (27,3) Нет: 3 (15,1)

Результаты исследования

- ▶ Наблюдалось:
 - ▶ - статистически значимое улучшение социального функционирования с точки зрения проблем, связанных с психосоциальной инвалидностью;
 - ▶ - улучшение проблем, связанных с психопатологическими симптомами;
 - ▶ - улучшение общего функционирования для группы парусного спорта, чем в группе контроля;
 - ▶ - не было статистически значимой разницы в отношении проблем, связанных с физическими и когнитивными нарушениями и поведенческими проблемами, которые имеют тенденцию постепенно улучшаться в обеих группах;
 - ▶ - не было статистически значимых различий по группам или по времени в измерении нарушения регуляции биологических и социальных ритмов

Заключение

- ▶ Результаты настоящего исследования подчеркивают, что по сравнению с более традиционными групповыми психосоциальными реабилитационными мероприятиями, структурированная программа физической активности на открытом воздухе, ориентированная на плавание в команде, значительно улучшает социальное функционирование людей с тяжелыми психосоциальными нарушениями. Более того, высокое удовлетворение, выраженное участниками по поводу этого вида психосоциальной реабилитационной программы, может отражать реализацию ориентированного на личное выздоровление вмешательства с положительным воздействием на культурную стигму в отношении психосоциальных нарушений.



Ссылка на исследование

- ▶ Sancassiani F. The Effects of "VelaMente?!" Project on Social Functioning of People With Severe Psychosocial Disabilities / F. Sancassiani, S. Lorrai, G. Cossu et al. // Clin Pract Epidemiol Ment Health. - 2017 Nov 24. - № 13. – P. 220-232.

**СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ**

