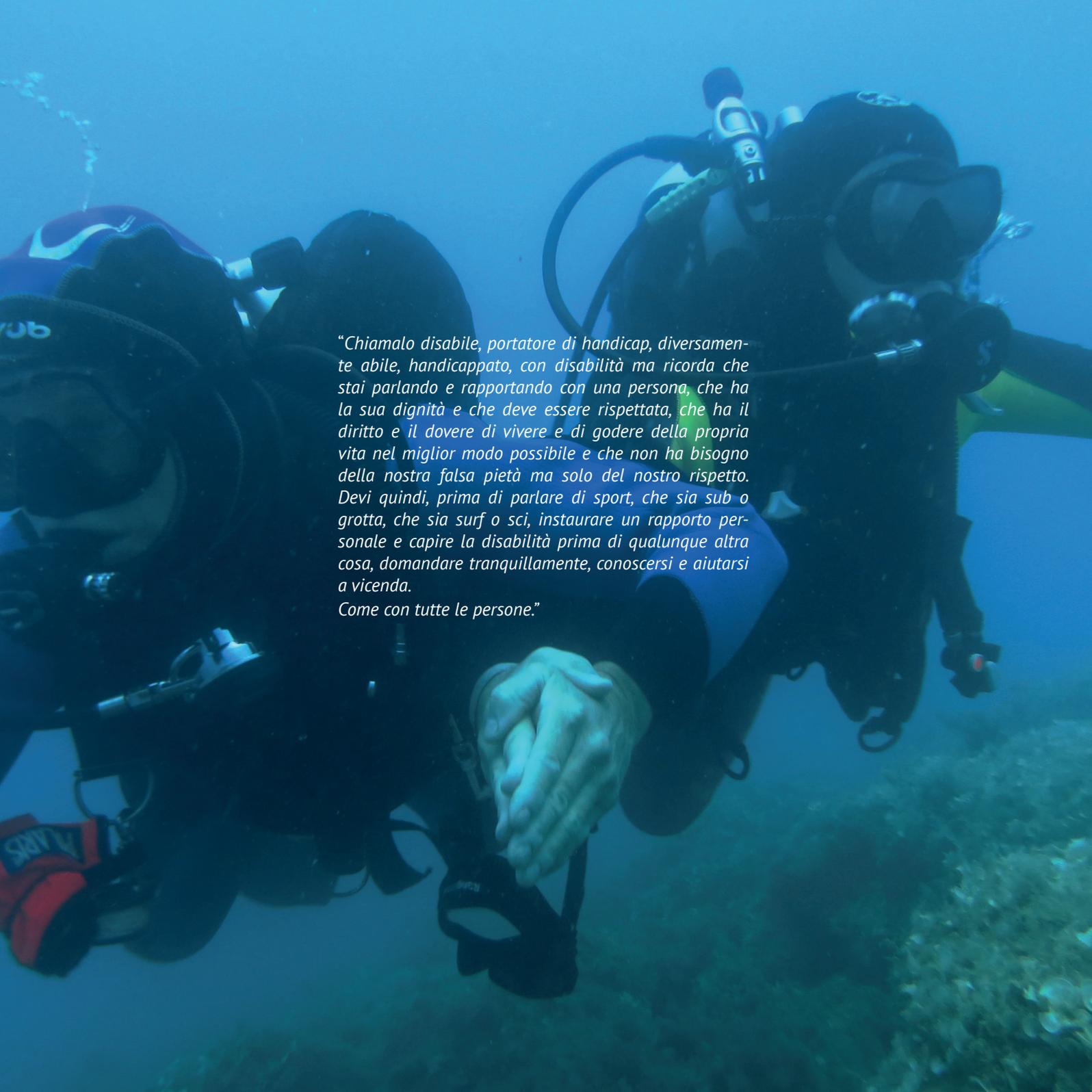




AND
ADAPTED SCUBA DIVE
FOR
SPECIAL DIVERS

Un mare di vita

A photograph of two divers underwater. They are both wearing full scuba gear, including masks, regulators, and BCDs. The diver on the left is wearing a red and black BCD, while the diver on the right is wearing a black BCD. They are holding hands in front of them, symbolizing support and partnership. The background is a clear blue underwater environment with some rocky terrain visible at the bottom.

“Chiamalo disabile, portatore di handicap, diversamente abile, handicappato, con disabilità ma ricorda che stai parlando e rapportando con una persona, che ha la sua dignità e che deve essere rispettata, che ha il diritto e il dovere di vivere e di godere della propria vita nel miglior modo possibile e che non ha bisogno della nostra falsa pietà ma solo del nostro rispetto. Devi quindi, prima di parlare di sport, che sia sub o grotta, che sia surf o sci, instaurare un rapporto personale e capire la disabilità prima di qualunque altra cosa, domandare tranquillamente, conoscersi e aiutarsi a vicenda. Come con tutte le persone.”

Le persone con disabilità praticano anche la subacquea.

Per iniziare e per fare conoscenza vorrei spiegare il perché, la motivazione che spinge una persona normodotata a lavorare con la disabilità, a unire, a modificare, ad adattare lo sport, nel nostro caso la subacquea, per fare sì che anche una persona con un qualsiasi handicap possa visitare, esplorare e godere delle meraviglie sottomarine che la natura ci propone.

Alcuni anni fa, un sabato, eravamo in immersione io, un mio amico di infanzia e suo figlio allora 15enne, la domenica mattina, il ragazzo ebbe un incidente: con una banale scivolata è rimasto tetraplegico.

Dopo mesi di degenza ospedaliera con varie problematiche che potete immaginare, ho incontrato il ragazzo, pensate: il suo rammarico era di non poter tornare sott'acqua, anche in soli pochi metri per continuare a sviluppare la sua principale passione.

Da quel momento, da circa 9 anni, mi sono dedicato a sviluppare sistemi e metodi per far sì che anche le persone con disabilità possano fare immersioni.

Attenzione, non sono l'inventore di questa dimensione, non sono il primo, ci sono anche altre realtà che coniugano la subacquea alla disabilità ma la differenza è che, essendo istruttore dell'agenzia subacquea UTRtek (Underwater Technical Research), che è una didattica per

le immersioni profonde, cioè per quei subacquei che si immergono fino a oltre i 150 mt di profondità con l'uso di miscele ternarie e che sono attenti a tutti i dettagli; dai materiali e strumenti usati a finire alla forma di pensiero, in modo che chi si immerge riduca al minimo i rischi di una immersione in acque profonde, ho utilizzato i sistemi e i materiali usati per le immersioni modificandoli e adattandoli alla persona con disabilità, soprattutto alla disabilità motoria.

L'uso di mute, umide, semistagne o addirittura stagne modificate per migliorare e semplificare la vestizione, lo studio della distribuzione dei pesi sul corpo della persona in maniera che il sub possa essere equilibrato e che possa assumere una posizione la più possibile idrodinamica, la quale permetta una miglior penetrazione nell'acqua per diminuire lo sforzo della nuotata essendo essa eseguita con le sole braccia.

L'uso di bombole piccole unite a coppia, cioè bibombola 7 litri+7 litri che con la loro piccola dimensione non offrono una resistenza eccessiva all'acqua durante la nuotata e che avendo un doppio appoggio sulla schiena evitano, allo spostarsi della persona, la possibilità del disassamento del peso della bombola stessa e della rotazione della schiena della persona, ciò che spesso succede con l'uso della classica mono-

bombola da 15 litri che essendo tonda e con un solo appoggio centrale, crea dei disequilibri con possibilità di rotazione del sub.

L'uso di propulsori subacquei, i classici "maialini", che evitano a tutti la fatica della nuotata immaginate per chi non usa le gambe cosa significhi essere trainati.

Tutto questo e altro è studiato e messo in atto conoscendo le problematiche delle persone con disabilità motoria, soprattutto per le persone in carrozzina con paraplegia che, quasi tutte, non hanno l'uso dei muscoli dorsali e addominali oltre che l'uso degli arti inferiori.

La paraplegia è dovuta a un problema, di solito traumatico, alle vertebre dorsali: D5 – D6 e interessa gli arti inferiori, dal punto del danno alla colonna vertebrale tutto quello che è a valle del dato punto può essere interessato dal problema neurologico.

Esiste la subacquea anche per persone con disabilità motorie più gravi, quali la tetraplegia. Essa implica l'interessamento dei quattro arti, il danno subito è all'altezza delle vertebre cervicali.

Ma anche loro, con dei sistemi particolari, possono effettuare immersioni subacquee.

Gli sport in piscina o in mare sono gli unici che permettono alla persona para/tetraplegica di scendere dal suo ausilio principale: la carroz-

zina e di essere, quando sono in acqua, alla pari con tutti.

Oltre alle persone con disabilità motorie praticano la subacquea anche le persone con disabilità sensoriale, cioè quelle persone che hanno problematiche ai sensi: mutismo, sordità e cecità, in tutte le forme e in tutte le loro diversità: ipoacusia, ipoafonia, ipovisiva.

Ma se le persone con sordità (a meno che non abbiano problematiche ai timpani che impediscano loro di compensare la pressione dell'acqua) e le persone con mutismo non hanno problematiche di capire e interpretare con la vista l'iter subacqueo, sono eccezionalmente interessanti le persone con cecità che praticano la subacquea.

Con loro dialogare e insegnare questo meraviglioso sport è bellissimo ed è molto particolare il momento dell'immersione, con il cieco o, se vogliamo, la persona con disabilità visiva, il rapporto è propriamente fisico, sia fuori o dentro l'acqua, con la loro mano sul tuo braccio mentre cammini, con la tua mano appoggiata alla sua mentre sei in immersione, questo si chiama contatto o guida a timone.

Come con tutti sott'acqua non è possibile parlare, a meno che non si usi la maschera con il comunicatore radio subacqueo, esistono quindi dei segnali ben definiti che, se con un compa-

gno vedente sono a gesti, con un compagno non vedente saranno tattili.

E' spettacolare immergersi con una persona non vedente, riesce con le mani, visione tattile, a capire ciò che sta toccando e vedere la soddisfazione sul suo volto non ha uguali.

Ma uno dei fattori veramente importanti, che ti riempiono il cuore, è la fiducia che il sub da al proprio compagno di immersione, il sub non vedente si affida al suo compagno a 360°, con un semplice appoggio dei palmi delle mani si muovono insieme verso le profondità marine.

La domanda giunge spontanea: ma una persona cieca, che non vede, per cosa si immerge, quale può essere lo scopo di una immersione se non può vedere né i colori né la maggior parte degli abitanti del mare?

La risposta è semplice: la buca, l'ostacolo improvviso, la paura di cadere non esiste più, è bellissimo "liberare" la sua mano e farla nuotare in libertà sopra una prateria di poseidonie o su un fondale di sabbia.

Ricordiamoci che lo sport è un naturale proseguo della riabilitazione, nel caso di evento traumatico, ed è per tutti un veicolo di integrazione, di interazione e di miglioramento psico fisico.

Per far sì che il tutto ciò possa essere eseguito con tutti i crismi di regolarità, sicurezza e divertimento le immersioni devono essere eseguite

sempre in più persone; gli accompagnatori dei subacquei con disabilità sono persone esperte che hanno seguito dei corsi specifici sulla subacquea adattata per accompagnare e aiutare, nei momenti del bisogno, i loro compagni di immersione, queste figure sono denominate BUDDY, essi apprendono, durante il corso, non solo le modalità di aiuto fisico alle persone ma anche e soprattutto, i sistemi "mentali" di come rapportarsi, cioè hanno loro superato le "Barriere Architettoniche" mentali che sono sicuramente le più difficili da abbattere.

Ma non mi sono fermato qui, è stato sviluppato un sistema, un metodo di lavoro per rivolgere la subacquea alle persone con disabilità psichica. La subacquea è regola per tutti: l'ordine, il rispetto delle posizioni e dei ruoli, il rispetto e la gestione delle attrezzature, l'ascolto delle parole e l'attenzione all'istruttore, il rispetto e il ruolo del compagno e altre, tutte queste fanno sì che anche ragazzi con disabilità psichica riescano a portare nella quotidianità questi "consigli" e, quindi, migliorare il loro essere e di conseguenza anche le loro famiglie ne acquisiscono dei benefici.

Le piccole indipendenze che riescono ad avere, le piccole autonomie quali lo spogliarsi e il vestirsi, il lavarsi, il prepararsi la borsa da soli senza il consueto, fanno sì che stimolino questi

ragazzi a imparare ancora, a non chiudersi ma a lasciarsi andare e a migliorarsi.

Il tutto è iniziato con un casuale incontro tra me e due psicologhe esperte in psicomotricità in acqua, con le quali abbiamo dato vita ad un progetto sperimentale dove la subacquea viene applicata come stimolo educativo-relazionale e psicomotorio a persone, per lo più ragazzi, con disabilità psichica.

Le disabilità con le quali mi sono rapportato sono:

- **Ritardo mentale**
- **Disturbi dello spettro autistico**
- **Ritardi psicomotori**
- **Deficit sensoriali**
- **Sindrome di Down.**

Il progetto ha origine dalla volontà di fornire a ragazzi l'opportunità di accedere a una attività sportiva alla quale probabilmente non potrebbero partecipare, non potendo avere un supporto specifico di operatori adeguatamente formati.

Nasce dall'esigenza di proporre qualcosa di nuovo alle famiglie con figli con disabilità, che si differenzi dai normali corsi psicoeducativi e che possa affiancarsi alle attività rivolte allo stimolo ludico/motorio che accompagnano la

vita di ogni ragazzo e anche dall'esigenza di creare nuovi contesti di apprendimento, stimolanti ma anche divertenti pronti ad accogliere le esigenze specifiche di ogni ragazzo.

Grazie dell'attenzione.

L. F.





Luca Fiaschi

Istruttore subacqueo

Specializzato nella subacquea adattata alla disabilità.

Adv Rec & NITROX Instructor

Trainer Subacquea adattata alla disabilità

luca.fiaschi@libero.it

cell. 393 9041979

P.IVA: 03587710488

