

Le occupazioni quotidiane, dal gioco all'autonomia personale, accompagnano tutte le età della vita.

Quando un gesto quotidiano diventa una conquista

Prepararsi una colazione. Allacciare i bottoni di una camicia. Scrivere un messaggio. Tornare a scuola, cucinare un pasto, prendere un autobus o dedicarsi a un'attività che appassiona.

Gesti apparentemente semplici, che scandiscono le giornate e contribuiscono a definire l'identità di ciascuno. Quando una malattia, una disabilità o una condizione di fragilità ne compromettono lo svolgimento, anche la quotidianità può trasformarsi in un percorso complesso.

È proprio in questo spazio, tra le capacità della persona e le attività che desidera o necessita di svolgere, che interviene il **Terapista occupazionale**. Il suo lavoro non consiste soltanto nel favorire il recupero di una funzione, ma nel renderla concretamente utilizzabile nella vita di ogni giorno.

La partecipazione al centro della riabilitazione

Il 27 ottobre si celebra la Giornata mondiale della Terapia occupazionale, promossa dalla **World Federation of Occupational Therapists** (WFOT). Il tema scelto per il 2026, *"Participation Matters"*, richiama un principio fondamentale: salute e benessere dipendono anche dalla possibilità di partecipare alle attività, alle relazioni e ai ruoli che danno significato all'esistenza.

In Terapia occupazionale il termine *occupazione* non indica soltanto il lavoro retribuito. Comprende le attività significative della vita: prendersi cura di sé, studiare, lavorare, giocare, gestire la casa, coltivare interessi e partecipare alla comunità.

La riabilitazione assume così una dimensione concreta e personalizzata: non soltanto ciò che una persona riesce a fare durante una seduta terapeutica, ma ciò che può tornare a realizzare nel proprio ambiente.

Una professione sanitaria con competenze specifiche

In Italia il profilo professionale del Terapista occupazionale è disciplinato dal **Decreto Ministeriale 17 gennaio 1997, n. 136**. Il professionista opera negli ambiti della prevenzione, della cura e della riabilitazione, rivolgendosi a persone di tutte le età con condizioni fisiche, psichiche o disabilità temporanee e permanenti.

Attraverso la valutazione delle capacità funzionali, l'analisi delle attività quotidiane e la definizione di obiettivi individualizzati, contribuisce alla costruzione di percorsi riabilitativi orientati all'autonomia.

L'intervento può comprendere l'apprendimento di strategie alternative, l'utilizzo di ausili, la proposta di adattamenti ambientali e il coinvolgimento dei familiari. Non significa semplicemente insegnare un gesto: significa individuare le condizioni perché la persona possa compierlo nel modo più autonomo, sicuro e significativo possibile.



Igiene, cucina e camera da letto: l'ambiente domestico come spazio di autonomia e partecipazione.

Dall'infanzia alla terza età: la vita quotidiana come obiettivo

Il campo di intervento attraversa differenti fasi della vita. Per un bambino con difficoltà motorie, cognitive o di sviluppo, l'obiettivo può essere partecipare alle attività scolastiche, al gioco e alle relazioni con i coetanei.

Per una persona colpita da ictus, può significare recuperare la possibilità di vestirsi, preparare un pasto o gestire alcune attività domestiche. Nell'anziano con decadimento cognitivo, il percorso può concentrarsi sul mantenimento delle abilità residue, sull'organizzazione delle routine e sull'adattamento dell'ambiente.

Nell'ambito della salute mentale, l'intervento può favorire la strutturazione della giornata, l'autonomia personale, la partecipazione sociale e il recupero di ruoli significativi.

Il lavoro di équipe e il valore dell'ambiente

La Terapia occupazionale si inserisce nei percorsi di cura e riabilitazione integrata, in collaborazione con medici, altre professioni sanitarie e figure sociosanitarie. Ogni professionista contribuisce con competenze specifiche a un progetto condiviso, nel quale la persona rappresenta il riferimento centrale.

Un aspetto distintivo è l'attenzione al rapporto tra individuo, attività e ambiente. Una difficoltà non dipende sempre e soltanto dalla compromissione di una funzione: può essere amplificata da un'abitazione poco accessibile, da strumenti inadatti o da un'organizzazione delle attività non compatibile con le capacità della persona.

Talvolta modificare un oggetto, riorganizzare uno spazio o introdurre una strategia compensativa permette di raggiungere risultati importanti nella vita quotidiana, anche quando il recupero funzionale è parziale.

Il significato di una giornata mondiale

La ricorrenza del 27 ottobre offre l'occasione per conoscere e valorizzare una professione sanitaria il cui contributo si misura soprattutto nella vita reale delle persone. Il successo di un percorso riabilitativo non coincide necessariamente con il completo recupero di una funzione compromessa.

Può essere anche la possibilità di scegliere come trascorrere la giornata, continuare a svolgere un'attività significativa, mantenere un ruolo familiare o sociale e affrontare con maggiore autonomia le esigenze quotidiane.

Perché partecipare non significa soltanto essere presenti. Significa poter agire, scegliere, contribuire e sentirsi parte della propria comunità.

Ed è proprio questa possibilità che i Terapisti occupazionali contribuiscono, ogni giorno, a preservare e a ricostruire.

Fonti: WFOT, World Occupational Therapy Day 2026; D.M. 17 gennaio 1997, n. 136.