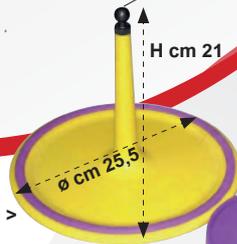


BusyLegzTM
gambe attive



H totale
cm 22,5

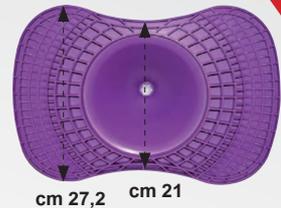
peso gr 500 >



H cm 21



< peso gr 950



cm 27,2 cm 21

L'OGGETTO PIÙ VICINO ALL'EQUILIBRIO IN ARIA



Il brevetto della pedana instabile BusyLegz è caratterizzato dalla presenza di una sfera di acciaio posta sulla cima del piedistallo che sorregge il cappello. Il suo fluttuare a 360° offre un'infinita possibilità di posizioni di equilibrio, anche se il ragazzo inizialmente, dovrà lavorare in coppia per un controllo dello stesso. **Per una massima sicurezza: usare la pedana NON da posizione eretta.** BusyLegz è ideale per chiunque svolga un lavoro che richiede lunghi periodi seduto (insegnante, lavoro d'ufficio, a scuola, a casa, in aereo, ecc...), in quanto migliora il flusso del sangue e permette a chi lo usa di operare stretching dei muscoli del polpaccio e del tendine di Achille.

**EFFETTO
BOMBA**



Il lavoro su di esso è così magnetico che è possibile aggiungere un ulteriore aggettivo al suo uso: "Air Surfing" (Fluttuare in Aria). La piattaforma rende possibile movimenti cinetici agli studenti mentre sono seduti in classe (o stanza), senza disturbare gli altri. Questo avviene col busto statico, permettendo comunque il movimento delle gambe sotto il banco (o tavolo).

Altre estensioni sperimentali provengono da studi effettuati da Centri di Riabilitazione A.D.H.D (iperattività sia infantile che dell'età adulta), Hikikomori Syndrom, dell'Istituto di Chirurgia vascolare dell'Università di Milano, SIFL (Società Italiana di Flebologia) e SIAPAV (Società Italiana di Angiologia e Patologia Vascolare).

Il ragazzo impiega l'energia nel movimento sull'attrezzo, senza disturbare la classe. Molti ragazzi sono affetti da ADD (Attention Deficit Disorder) e da ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder): sindromi motorie riferite ai ragazzi fra i 6 e i 12 anni ai quali il cervello scarica flussi elettrici anomali, tali da creare una motricità incontrollata con conseguente incapacità nel concentrarsi.



utilizzo domestico



utilizzo a scuola



utilizzo in ufficio



Il poggiatesta può oscillare in senso orizzontale (verso destra e verso sinistra), in senso verticale (avanti e indietro) e ruotare 360°.



Il limite della sua capacità di portata è di kg113 (Lbs 250)

“VALUTAZIONE PRELIMINARE DI POGGIAPIEDI DINAMICO”

Prof. Giovanni B. Agus



BusyLegz[™]

pedana propriocettiva mobile

EFFETTO POMPA

PREMESSA EPIDEMIOLOGICA E COSTI SOCIALI

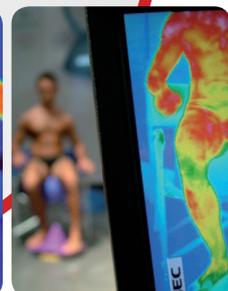
La flebolinfologia, sotto il profilo epidemiologico, è spesso caratterizzata da una sottovalutazione del problema (per la flebologia: in passato) e da una non sempre facile distinzione di ciò che si vede (quadri clinici come l'edema o le varicosità) e ciò che la persona sente (pesantezza, ecc). Nel momento stesso in cui definiamo questo così frequente evento che è l'Insufficienza Venosa Cronica (IVC), sia inteso come disturbo (disorder) che come malattia (disease), prospettiamo l'elevata prevalenza dell'IVC nella nostra società, comprendendo essa tutti i casi di insufficienza venosa /vene varicose in quanto vecchi e nuovi insieme. La vera incidenza potrebbe avere tassi più bassi, come in alcune analisi è accaduto, anche se una maggior conoscenza e uniformità di definizione dei quadri clinici (oggi favorita da un comune linguaggio fornito dalla nuova classificazione internazionale nota come CEAP) e delle condizioni favorevoli (indicatori di rischio) confermano la vastità del problema. L'IVC appare infatti, comunque la si voglia valutare, una condizione clinica assai rilevante sia dal punto di vista epidemiologico sia per le importanti ripercussioni socio-economiche e sulla qualità della vita che ne derivano: la prevalenza attuale dell'IVC a carico degli arti inferiori è del 40-50% nella popolazione adulta maschile e del 50-55% in quella femminile. Le varici degli arti inferiori in particolare, costituiscono una delle malattie più frequenti dell'uomo. Se si considerano infatti tutti i tipi e tutti i gradi di evoluzione delle varici,

ben oltre il 30% della popolazione è interessata da questo problema, con una relativamente scarsa predominanza nelle donne, dato apparentemente contrastante rispetto alla comune esperienza pratica e ai molti studi epidemiologici mirati. Tale aspetto contraddittorio è spiegabile in relazione alla non costante presenza di sintomi: infatti solo una persona su sei, e cioè il 15% circa della popolazione generale, accusa disturbi da varici e la predominanza della donna è facilmente motivabile dalla maggior richiesta medica per la concomitante o preminente componente estetica. Le conseguenze economiche della presenza nella società di una tale diffusione di flebopatie croniche sono valutabili attraverso diversi parametri: visite mediche, esami strumentali, giornate lavorative perse, costo di ospedalizzazioni, spesa farmaceutica o chirurgica e terapeutica in generale, sequele. Recenti studi confermano ancor meglio l'impatto dell'IVC sia sulla spesa sanitaria sia sulla qualità della vita della popolazione interessata. In una larga parte d'Europa (UK, Francia, Germania) i costi considerati per l'IVC rappresentano l'1.5-2.0% dell'intera spesa sanitaria con costi di prescrizione farmaceutica specifica dello 0.26% del totale in UK, 2.87% in Germania, 5.38% in Francia. Per quanto concerne la qualità della vita, questa si è dimostrata inferiore alla popolazione generale almeno per quattro aspetti (funzione fisica; limitazioni da problemi fisici; dolore corporeo; funzione sociale) come evidenziato da studi basati su questionari generici o specifici.

PREVENZIONE

La miglior attività fisica e la corretta postura rivestono un ruolo importante nella prevenzione di molte malattie e nel miglioramento della qualità della vita di persone prevalentemente sedute o per attività lavorativa (oggi domina la scena il lavoro al PC), o per età avanzata con ridotta attività motoria. In particolare, nella società occidentale, come si è visto, oltre ad una generica "ritenzione idrica", rivestono importanza i disturbi circolatori venosi cronici (IVC) ed il rischio di alterazioni circolatorie venose acute (tromboflebiti e rischio di embolia polmonare o TEV). I primi, toccando quasi la metà della popolazione femminile, richiedono come primo provvedimento esercizi attivi della pompa plantare, articolare malleolare e muscolare del polpaccio. Le seconde, pur mostrando dei limiti in popolazioni ad alto rischio, richiedono comunque movimenti analoghi che, stimolando la velocità di flusso negli arti inferiori e dunque agendo sulla stasi venosa, la combattano. Insieme alla contenzione/compressione elastica, può pertanto essere utilmente preso in considerazione l'uso di pedane che, statiche sollevano i piedi correttamente per una miglior postura, e, dinamiche, possono aiutare il sistema di pompe vascolare-articolare-muscolare. La posizione seduta senza atteggiamenti iperestensivi o troppo angolati degli arti inferiori, e soprattutto riducente la stasi, quasi una "declivoterapia" (sollevamento moderato degli arti) è dunque benvenuta come auspicato in trattatistica medica specialistica (Agus G.B. La prevenzione. In Trattato di Flebologia e Linfologia, UTET 2001: vol. 1: 313-23).

Da uno studio condotto insieme all'Università di Tor Vergata di Roma, utilizzando una termocamera (foto) si può vedere chiaramente come i muscoli adduttori siano fortemente attivati nell'esercizio (zone colorate di rosso, cioè dove la temperatura muscolare è più elevata). Il movimento richiesto non risulta impegnativo, ma richiede una forza di volontà, un impegno psicologico forte che di fatto solo in pochi riescono a avere.



E' stato portato alla nostra attenzione un poggiapiedi dinamico brevettato (Ing. Enrico Tacconi) e progettato proprio per indurre l'utilizzatore a compiere una certa attività fisica in modo involontario, senza impegno particolare. La persona che utilizza il poggiapiedi durante il proprio lavoro, anche poche ore al giorno, compie involontariamente, senza alcuno sforzo, quasi senza accorgersene, centinaia di movimenti che stimolano la circolazione venosa e la muscolatura migliorando complessivamente il benessere non solo delle proprie gambe, ma di tutto il corpo. **FORMA**. La base oscilla attorno a uno snodo sferico, che si trova più in alto rispetto al baricentro: questa configurazione consente un movimento a pendolo come un'altalena, che induce l'utilizzatore a continuare inconsciamente il movimento.



Il principio di funzionamento dell'apparecchio richiede:

a) corretta POSIZIONE DI PARTENZA

L'utilizzatore deve:

- sedersi comodamente in posizione ergonomica corretta con le cosce che sono appoggiate bene sulla sedia (regolare, se necessario, l'altezza della seduta)
- appoggiare i piedi sulla base in posizione più periferica rispetto al centro della base stessa
- porre le gambe in modo tale che siano perpendicolari al pavimento
- rilassare completamente le gambe, eliminando ogni tensione muscolare e nervosa

Con questa configurazione la base del poggiapiedi deve trovarsi in posizione orizzontale rispetto al pavimento, se così non fosse bisogna spostare la posizione dei piedi.

b) POSIZIONE DI EQUILIBRIO DEL POGGIAPIEDI

L'utilizzatore dalla posizione di equilibrio deve inclinare la base a piacere in tutte le direzioni con continuità, evitando movimenti bruschi, con una velocità variabile. Si consiglia una rotazione della base in senso orario e/o antiorario con continuità aumentando progressivamente l'angolo di inclinazione della base stessa. Superato l'impatto iniziale, dopo poche ore, l'utilizzatore assume con facilità confidenza con l'attrezzo, i movimenti risultano naturali e spontanei; anche la posizione dei piedi può cambiare a piacere, mantenendo però sempre la base in equilibrio.

ESPERIENZE IN ATTO

Facendo testare l'efficacia del poggiapiedi a persone che manifestano carenze circolatorie, si è osservato che, usando Busy Legz per mezz'ora al mattino e mezz'ora al pomeriggio, anche in concomitanza con un'attività fisica quotidiana, solo dopo pochi giorni, si sono ottenuti evidenti benefici testimoniati dal manifestarsi della sensazione di "gambe leggere".

Sono in corso valutazioni obiettive che si basino:

- a) su apposito form per la Qualità della Vita;
- b) sulle condizioni di flusso venoso tramite eco-color-doppler;
- c) sulla contrattilità muscolare tramite sistema SIMI ed elettromiografia.

Informati di una prossima commercializzazione dello strumento, si può auspicare un effettivo più ampio riscontro di benefici su un vasto numero di persone e una più precisa individuazione dei soggetti che ne possano beneficiare senza effetti collaterali.

Prof. Giovanni B. Agus



BusyLegz[™]

pedana propriocettiva mobile

Prof. Giovanni B. Agus

Professore Ordinario e Direttore dell'Istituto di Chirurgia Vascolare dell'Università di Milano.

Presidente della Società Italiana di Flebologia SIFL 2002-2005.

Vicepresidente della Società Italiana di Angiologia e Patologia Vascolare SIAPAV.