

Alcune persone invecchiano in piena lucidità, senza evidenti deficit cognitivi, altre tendono a diventare smemorate e disorientate. Potrebbe succedere anche a noi.

Tra qualche anno probabilmente avremo a disposizione farmaci più efficaci per la prevenzione e la cura, ma anche questi non saranno in grado di risolvere il problema.

Già da oggi conviene interrogarsi se è possibile vivere dignitosamente, in modo sufficientemente felice, anche in presenza di disturbi neurocognitivi, in particolare quando viene posta la diagnosi di demenza e di malattia di Alzheimer.

Per raggiungere questo obiettivo c'è qualcosa da evitare e qualcosa da fare. Ne parlerò in due prossime note.

Qui mi limito a riassumere come può evolvere una persona con demenza che ha la fortuna di vivere in un ambiente adeguato.

### **Gli esiti attesi.**

#### *La lentezza*

L'anziano smemorato e disorientato tende a diventare lento. La lentezza è sia fisica (nel muoversi, nel camminare), sia mentale. La lentezza nel suo pensare, parlare e agire diventa una costante. Lui può sentirsi a suo agio ed è possibile convivere con lui in modo sufficientemente felice solo se ci si adatta alla sua lentezza, se anche gli operatori e i familiari rallentano il ritmo.

#### *La riduzione*

Il campo d'interessi tende a ridursi, le relazioni personali, le amicizie che vengono coltivate, tendono a ridursi. L'autonomia per le attività più complesse si riduce progressivamente, poi anche per quelle più semplici. L'anziano smemorato e disorientato è meno attivo, tende a parlare meno, anche se ci sono casi di persone che parlano e si ripetono in continuazione.

#### *La ripetitività*

L'anziano che non ricorda quello che ha appena detto tende a ripeterlo, e a ripeterlo numerose volte, perché quello che ha detto e che ripete per lui è importante. Analogamente tende a ripetere gli stessi gesti, comportamenti, errori.

#### *L'insicurezza*

L'anziano che non può più fidarsi della propria memoria diventa insicuro, titubante, pauroso. La sua insicurezza sarà più o meno evidente a seconda dell'ambiente in cui si trova, del modo di comportarsi delle persone che gli stanno intorno.

#### *L'irritabilità*

Molti anziani diventano irritabili perché si trovano sollecitati da situazioni che non riescono a padroneggiare, vanno troppo spesso incontro a fallimenti e frustrazioni, confrontano le riduzioni e i deficit del tempo presente con le prestazioni del tempo passato.

#### *La paura ad affrontare situazioni nuove*

L'anziano smemorato e disorientato vive con le sue vecchie competenze, non è in grado di apprendere di nuove. I cambiamenti di abitudini sono difficoltosi, così come i cambiamenti di domicilio o l'affrontare qualsiasi situazione nuova.

#### *La chiusura*

L'anziano smemorato e disorientato vorrebbe essere ancora prestante come un tempo, vorrebbe che gli altri lo ricordassero così com'era prima. Per evitare di farsi conoscere così com'è diventato tende a evitare l'incontro con le vecchie conoscenze, tende a chiudersi e isolarsi.

#### *La consapevolezza e la dignità*

L'anziano smemorato e disorientato è consapevole del suo declino e resta consapevole a lungo. Se vive in un ambiente adeguato è in grado di svolgere gli atti della vita quotidiana per numerosi anni, anche se tende a essere lento e ripetitivo. Se il rapporto con il caregiver è improntato alla franchezza, l'anziano vive con dignità, cerca di essere attivo e autonomo finché riesce e chiede aiuto e accetta di essere aiutato quando ne ha bisogno.