

### **Revisione 5 aprile**

*Sono passate tre settimane dalla prima pubblicazione di questo scritto. La situazione nelle RSA del Nord Italia è peggiorata in modo gravissimo: decine e decine di anziani muoiono senza il conforto dei parenti, centinaia di operatori sono contagiati e malati, i pochi operatori che restano al lavoro sono costretti a turni massacranti per un lavoro a cui non sono preparati, i familiari a casa si sentono impotenti.*

*Il clima quasi idilliaco che è stato colto all'inizio è del tutto svanito. Credo però che oltre ad affrontare l'emergenza con professionalità ed abnegazione conviene guardare lontano e imparare da questa terribile esperienza qualcosa che ci servirà per essere migliori in futuro. In questa nuova ottica vi invito a leggere le riflessioni nate nei primi giorni della pandemia da Covid – 19.*

### **Dal Coronavirus alla Slow care**

Cari Colleghi,

mentre assistiamo preoccupati all'attuale emergenza sanitaria (e sociale), vorrei farvi partecipi di un inaspettato fenomeno positivo che sta succedendo in alcune Case per anziani, con particolare riferimento ai Nuclei Alzheimer. Si tratta di una situazione molto particolare, ma credo che possa produrre riflessioni utili anche per il futuro, quando la tempesta sarà passata.

#### *La situazione*

Ho saputo che in alcune RSA (Residenza Sanitaria Assistenziale) sono state sospese tutte le attività di gruppo e gli operatori hanno osservato una conseguenza inaspettata, che fa riflettere: la vita quotidiana scorre più tranquillamente di prima. Gli operatori sono meno indaffarati, anche gli ospiti sembrano più tranquilli e sereni e presentano meno disturbi comportamentali.

Che cosa è successo?

La spiegazione è semplice e insieme sorprendente: c'è stato un grande cambiamento, tutta la vita comunitaria ha rallentato il ritmo. Credo che questa osservazione dovrebbe indurci a promuovere la *slow care* nelle case per anziani.

#### *Il tempo è poco, siamo sempre di corsa*

Il lavoro di tutti gli operatori, in particolare gli OSS (Operatori Socio Sanitari) che ne costituiscono la maggioranza, è abitualmente improntato alla fretta. L'operatore si sente costantemente pressato dalle cose da fare, dal minutaggio, dall'obbligo di completare i propri compiti prima del passaggio di consegne. La corsa comincia al mattino quando in un paio d'ore bisogna che tutti gli ospiti siano pronti per le attività, ben lavati, vestiti e nutriti. Poi la corsa continua durante la giornata con i cosiddetti trasporti, quando OSS, animatori e fisioterapisti vanno a prendere i singoli ospiti per condurli in carrozzina nei luoghi di ritrovo per le attività. Il tempo è poco, tutti si sentono sempre inadeguati e inadempienti se rallentano il ritmo. Poi arriva l'ora dei pasti e pochi operatori devono trasportare con le carrozzine numerosi ospiti in sala da pranzo. La giornata si conclude nuovamente con la fretta di posizionare tutti a letto prima del cambio turno (scusatemi se ho utilizzato il linguaggio crudo e professionale dell'ambiente di lavoro).

#### *Fare una cosa per farne un'altra*

La descrizione della giornata fatta sopra ha qualcosa di grottesco, ma non si discosta molto dalla realtà. Il problema di base consiste nel fatto che l'operatore si trova a fare quello che fa (lavare, vestire,

imboccare, fare i trasferimenti letto-carrozzina, spingere la carrozzina) pensando ad altro, pensando cioè alla tempistica. L'operatore agisce per preparare l'ospite a qualcos'altro.

#### *E' necessario cambiare mentalità*

Per migliorare l'assistenza e la qualità di vita nelle case per anziani bisogna cambiare mentalità, acquisire una nuova consapevolezza. Ogni atto assistenziale è importante in sé, non (solo) perché prepara a qualcos'altro. Quello che più importa non è proporre delle attività, ma rendersi conto che ogni momento è della massima importanza nel *qui e ora* in cui si realizza. Ogni momento deve essere vissuto come un *incontro* tra due persone, l'operatore e l'anziano fragile. La qualità di vita nelle RSA dipende dalla qualità degli innumerevoli incontri tra chi cura e chi è curato.

#### *La slow care*

Se si prova a guardare dall'esterno, senza pregiudizi, quello che succede in una RSA, c'è un aspetto che appare evidente: all'interno della casa vivono due popolazioni ben distinguibili, i veloci e i lenti, gli operatori e gli anziani. La mobilità e velocità degli operatori contrasta con l'immobilità e la lentezza degli ospiti. Gli anziani sono lenti, amano la lentezza, possono solo essere lenti, ci chiedono di essere lenti, di parlare lentamente, di avvicinarci lentamente, di lasciar loro il tempo di comprendere quello che sta succedendo, quello che si andrà a fare. Spesso mi sono sentito dire *il mondo va troppo veloce, io non ci sto dietro*. L'anziano vive bene solo in un ambiente che si muova al suo ritmo, lentamente.

#### *Che fare?*

Credo che l'acuta osservazione fatta da alcuni operatori in occasione della sospensione delle attività di gruppo vada presa in seria considerazione. Non si tratta di protrarre la sospensione delle attività. Queste sono utili e da quando si sono diffuse e sono diventate sempre più mirate e partecipative hanno trasformato positivamente la vita nelle RSA.

Si tratta di cominciare a cogliere alcuni suggerimenti:

- *La lentezza è la dimensione del benessere per gli anziani.*
- *L'assistenza alle attività di base della vita quotidiana* deve prendere tutto il tempo necessario affinché siano effettuate *al ritmo adeguato all'anziano*, anche a scapito del tempo dedicato alle attività di gruppo.
- *I passaggi letto-carrozzina* sono un atto assistenziale di estrema delicatezza. Non devono essere effettuati con la fretta di fare poi qualcos'altro. Sono importanti in sé. Sono *un'occasione importante di incontro tra operatore e anziano fragile* e come tali devono essere strutturati. È essenziale che l'operatore si ponga come obiettivo di realizzare un incontro felice tra due persone mentre aiuta nel passaggio.
- I trasferimenti da una stanza all'altra non devono essere considerati del tempo rubato ad altro: sono un tempo privilegiato di incontro tra due persone e questo sarà più felice se i due potranno anche scambiare due parole. Il trasferimento non serve per partecipare poi a un'attività; *il trasferimento è già un'attività*, della massima importanza. Animatori, fisioterapisti e OSS possono collaborare nei trasferimenti, come già succede in tante RSA.

*Pietro Vigorelli*