

## **Sul distanziamento sociale durante la pandemia da Covid 19. Il problema delle Case per anziani.**

Sono giorni terribili nelle Case per anziani (RSA). Purtroppo ho notizie dirette che m'informano di decine e decine di anziani che muoiono senza il conforto dei parenti. Centinaia di operatori sono contagiati, malati e impauriti, i pochi operatori che restano al lavoro sono costretti a turni massacranti per un lavoro a cui non erano preparati, i familiari a casa si sentono impotenti.

Per quel che mi riguarda, mi rendo conto di avere un'età abbastanza avanzata che mi espone a un maggior rischio e sento accanto a me la mia fragilità. D'altra parte ho anche la fortuna di vivere in un beato isolamento, senza grossi problemi.

Attorno a me la situazione è ben diversa, ho l'impressione di un cerchio che si stringe. Tanti amici e conoscenti sono infettati, qualcuno ha solo un po' di tosse e di febbre, qualcun altro è in condizioni gravi. Un collega, un caro amico e un cugino sono morti di polmonite interstiziale da Covid – 19 in pochi giorni. Che fare?

### **Distanziamento sociale**

Dappertutto si dice che la regola fondamentale è il distanziamento sociale: chi non deve lavorare deve stare a casa e, se esce, deve stare lontano dagli altri. Questo è sicuramente il modo migliore per restare in salute e per arginare la diffusione del virus. Sul comportamento da tenere sono pienamente d'accordo, sulle parole usate per descriverlo no.

Oggi più che mai invece del distanziamento è necessario l'avvicinamento sociale. Per fortuna sta avvenendo proprio questo. Oggi mentre scendevo le scale munito di mascherina ho incrociato una signora che le stava salendo. La conoscevo di vista ma non le avevo mai rivolto la parola. Anche lei aveva la mascherina e ciascuno dei due, automaticamente, si è accostato al lato opposto della scala, per stare il più lontano possibile. Però, mentre mi spostavo, le ho detto, abbozzando un sorriso: succede così di questi tempi. Lei mi ha risposto e ci siamo parlati brevemente, per la prima volta dopo anni di vicinato anonimo. Di fronte a me alcuni balconi sono imbandierati, alla sera si sentono musica e canti. Il telefono è bollente. Io, che ero abituato a fare solo telefonate di servizio di poche parole, mi accorgo che passo delle mezz'ore al telefono, e non solo per motivi professionali. Utilizzo Zoom per fare formazione a distanza e WhatsApp per colloqui in videochiamata. Ricevo inviti a chat e email circolari di amici che sentono il bisogno di vicinanza, che scoprono nuovi mezzi per sentirsi solidali.

Il bisogno di vicinanza emerge quanto più si fanno strette le norme di distanziamento sociale. Gli enti pubblici (i Comuni in particolare) e le associazioni di volontariato hanno colto subito questo bisogno e hanno attivato servizi di consulenza telefonica che in realtà sono servizi di vicinanza, come antidoto all'isolamento e alla solitudine. Anche la distribuzione gratuita del cibo da parte del Banco Alimentare e i vari servizi pubblici e privati di consegne al domicilio cercano di accorciare le distanze.

Per quanto riguarda le RSA in molti casi si sono attrezzate per favorire le comunicazioni con i familiari. Stanno facendo il massimo sforzo possibile, nonostante la decimazione del personale e le aumentate necessità di assistenza degli anziani, consapevoli che ogni ora dedicata alla comunicazione è un'ora tolta all'assistenza. In molti casi di cui sono a conoscenza, un operatore telefona sistematicamente ai familiari per dare notizie, quando possibile con una videochiamata. In qualche caso riescono a fare brevi filmati da inviare ai familiari e riescono a far vedere agli anziani ricoverati foto e filmati di casa.

### **C'è una nuova consapevolezza**

I tempi sono cambiati e anche la percezione di se stesso e dell'altro: accanto al distanziamento è emerso il bisogno, sempre più evidente, insopprimibile, di avvicinamento.

Anche l'OMS ha scelto di cambiare linguaggio: non parla più di distanziamento sociale ma di distanziamento fisico. Questo sì è purtroppo necessario, l'altro farebbe solo dei danni.

### **La situazione nelle Case per anziani**

Il problema della distanza è molto evidente nelle RSA. Lo è sempre stato e adesso ancora di più e in modo nuovo.

L'anziano che vive in una RSA spesso soffre per lo sradicamento dalla propria casa e dai propri affetti. Teme di essere abbandonato, anche quando i familiari vanno a trovarlo tutti i giorni. Teme di essere dimenticato dagli operatori, anche se riceve le cure adeguate nei tempi programmati.

Nel rapporto con l'operatore c'è chi si sente trascurato se non gli sta abbastanza vicino e c'è, invece, chi si sente minacciato e violato se si avvicina troppo. È un problema di difficile soluzione. Trovare la giusta vicinanza/distanza per ciascuno, diversa per ciascuno, fa parte dell'arte del curare.

Adesso la situazione è ancora più complicata perché c'è la paura, soprattutto quella degli operatori che temono di contagiare o di essere contagiati.

La cura dell'anziano non autosufficiente (la maggior parte di quelli che vivono nelle RSA) richiede necessariamente di stare vicino, richiede il contatto fisico, il toccare. Proprio quello che bisognerebbe evitare. Non si può fare altrimenti e anche l'uso dei presidi protettivi non garantisce totalmente la sicurezza. Basti pensare a quanti medici e infermieri, ben addestrati ed esperti di prevenzione, si stanno contaminando nei reparti Covid.

### **La sofferenza degli anziani, dei loro familiari e degli operatori**

Viviamo tempi difficili. Gli anziani che desiderano il contatto fisico si trovano in carenza. Il contatto è ridotto al minimo e solo con i guanti. I familiari non hanno accesso alle RSA per rischio di contagio. Gli operatori sociosanitari rischiano di infettarsi e di infettare le loro famiglie; alcuni hanno scelto di non tornare a casa neppure per la notte, alcuni tengono la mascherina anche quando tornano a casa. Gli anziani che muoiono vivono in solitudine le loro ultime ore e i familiari non possono star loro vicini.

### **Un problema irrisolvibile**

In questo periodo d'emergenza il giusto dosaggio di vicinanza e lontananza nelle RSA costituisce un problema irrisolvibile. Ciascuno cerca di risolverlo al meglio: le società scientifiche e gli amministratori con consigli e norme di comportamento, gli operatori cercando di coniugare buone prassi di cura con il mantenimento della sicurezza. Purtroppo non c'è soluzione, trovare un equilibrio è difficile: se ci si avvicina si aumenta il rischio infettivo, se si resta lontani si perde in umanità e si provoca sofferenza.

### **Uno sguardo al futuro**

La domanda sul *che fare?* ha delle risposte che oggi sono insoddisfacenti, anche quando sono chiare. Credo però che oltre ad affrontare l'emergenza delle RSA con professionalità ed abnegazione conviene guardare lontano e imparare da questa terribile esperienza qualcosa che servirà anche in futuro:

- l'anziano che vive in RSA ha bisogno di vicinanza e di contatto fisico;
- i familiari hanno bisogno di informazioni frequenti e precise;
- i mezzi telematici possono essere utili per scambiare informazioni, purché in altri momenti ci sia anche il colloquio diretto;
- gli operatori cercheranno la giusta vicinanza/lontananza per ciascuno, consapevoli che non esiste una distanza unica e ottimale per tutti. L'operatore deve imparare ad ascoltare e ad osservare le reazioni della persona che cura per trovare la migliore distanza per ciascuno in modo che la relazione possa essere soddisfacente e sufficientemente felice, sia per l'anziano che per l'operatore.

*Pietro Vigorelli*