

Commento alla Tribuna 86

Daniela Pellerino

Counselor, Conduttrice di Gruppi ABC

Una rivoluzione non difficile da capire ma difficile da attuare

"Signora Maria, come sta?"

"Ma sì, tanti acciacchi, l'importante è stare in piedi e poter camminare".

Spesso mi capita di avere questo scambio di parole con persone anziane. Leggendo la riflessione del professor Vigorelli sul Progetto Cammino mi sono tornate in mente. Capisco le parole della signora Maria e di altre persone come lei. Sono una camminatrice e amo sostituire, quando è possibile, mezzi pubblici e auto con il camminare a piedi per coglierne la piacevolezza e l'utilità vitale. Da un po' di tempo il mal di schiena e il mal di gambe mi costringono a ridimensionare questo piacere e ne soffro. D'altronde tutti noi siamo reduci dalla pandemia che, soprattutto inizialmente, ci ha costretto alla chiusura in casa, a limitare i passi agli ambienti casalinghi e di questo abbiamo sofferto.

La vita è un cammino

Vivere è camminare. Uno dei simboli usati da letterati, poeti, filosofi e religiosi appartenenti a culture diverse per evocare la vita è proprio il cammino.

Non è questo lo spazio per approfondire le sfumature di tale simbologia, che, a mio parere, è molto significativa per capire il nesso intrinseco tra vivere e camminare.

In questa occasione a noi serve come motivo in più per comprendere perché la signora Maria, nonostante i suoi acciacchi, ritenga fondamentale camminare con le proprie gambe: perché camminare è vivere.

Decidere di cambiare

Non lavoro più in una RSA, ma conosco le problematiche vissute all'interno da persone anziane, operatori, Direzione.

Il camminare è in se stesso un'attività vitale e in quanto tale va stimolata: tutti ne siamo consapevoli. Occorre invece una profonda conversione mentale per comprendere la necessità di modificare l'organizzazione di una RSA al fine di tradurre nella pratica quotidiana questa convinzione.

Lo spostamento, per esempio da un ambiente ad un altro, è un'attività da valorizzare. Occorre che gli operatori possano dedicare il tempo necessario per accompagnare le persone in grado di camminare, invece che posizzarle su una carrozzina per ridurre il tempo del trasferimento.

Inoltre mentre si cammina, non solo si mantiene in esercizio l'attività fisica delle persone anziane, ma si stimola e si facilita anche la conversazione con loro, mantenendo vivo l'uso della parola che tende a scomparire in chi è colpito dalle malattie dementi.

Si tratta di una rivoluzione, non difficile da capire ma difficile da attuare. Ogni cambiamento incontra opposizioni perché iniziare a modificare le nostre mentalità e le nostre organizzazioni spaventa e quindi genera resistenza.

Solo la Direzione ha la responsabilità di creare le condizioni organizzative per favorire l'attuazione di questi cambiamenti.

L'Approccio Capacitante sarà un ottimo alleato nel rinnovamento di mentalità e organizzazioni. Si tratta di decidersi a *camminare* su questa strada.