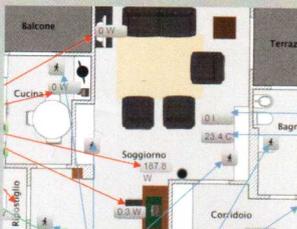


# SESTA STAGIONE

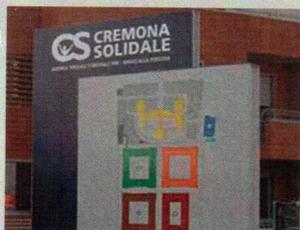
BENI E SERVIZI PER RESIDENZE ASSISTENZIALI

## IN PRIMO PIANO



Un progetto consente ai "senior" di vivere nel proprio domicilio

## PROTAGONISTI



Cremona Solidale: la cura dell'anziano a 360°

## GESTIONE



Lo stress di chi cura

## PRODOTTI E SERVIZI



Il digitale al servizio della persona



# I professionisti dell'assistenza

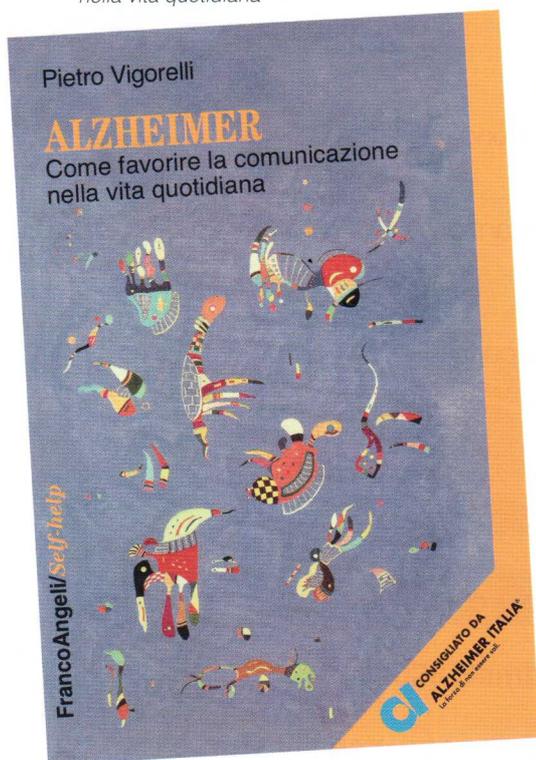
# Alzheimer: l'Approccio Capacitante favorisce la comunicazione

*Basta seguire semplici tecniche per evitare che chi soffre di questa malattia si chiuda in se stesso*



Il dottor Paolo Vigorelli, medico, psicoterapeuta e consulente di formazione per le Rsa

La copertina del libro "Alzheimer. Come favorire la comunicazione nella vita quotidiana"



**R**elazionarsi con gli anziani con la malattia di Alzheimer non è affatto semplice. Ciò però non significa che sia impossibile. Questo argomento è affrontato nella recente pubblicazione del **dottor Pietro Vigorelli**, "Alzheimer. Come favorire la comunicazione nella vita quotidiana", edita da Franco Angeli. Insieme a lui, cerchiamo di capire quali sono le tecniche utili a familiari e operatori per relazionarsi con chi è vittima di questa patologia.

## Per il benessere di tutti

"Al posto dell'espressione 'malati di Alzheimer' preferisco usare '**anziani smemorati e disorientati**'. Infatti, se si mette in primo piano la malattia", premette il dottor Vigorelli, "vengono messi a fuoco i deficit che essa comporta.

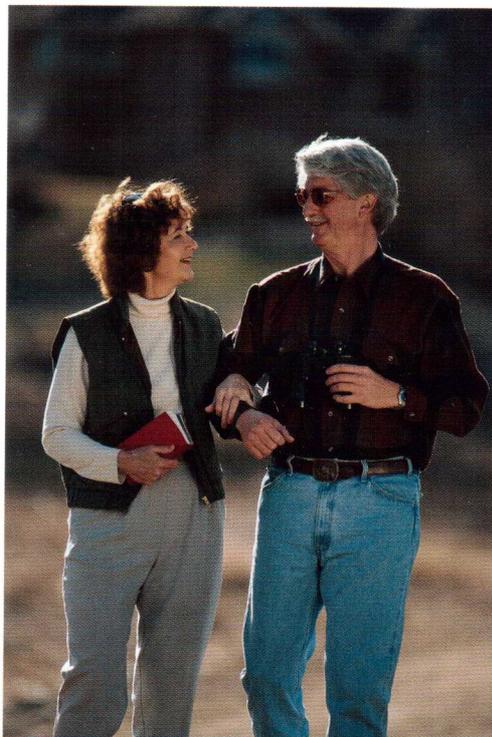
Utilizzando invece l'espressione 'anziani smemorati e disorientati' si è più portati a considerare tali individui come soggetti che hanno sì delle limitazioni, ma che rimangono ancora persone con cui vale la pena di parlare e di cercare di stare bene insieme". L'Approccio Capacitante, ideato dal dottor Vigorelli, è nato proprio con l'obiettivo di favorire il benessere dell'anziano smemorato e disorientato. La notevole valenza di questo approccio, che favorisce una convivenza sufficientemente felice tra l'anziano e le sue figure di riferimento, è dovuta anche alla **soddisfazione che determina negli operatori e nei familiari che lo usano.**

Per relazionarsi con un anziano smemorato e disorientato è fondamentale capire come la malattia di Alzheimer comprometta la capacità di comunicazione. "Sebbene a prima vista possa sembrare che una persona con questa patologia non comunichi più, ciò non è assolutamente vero", sottolinea il dottor

## L'AUTORE

Medico, psicoterapeuta e consulente di formazione per le Rsa, il dottor Pietro Vigorelli è il presidente del Gruppo Anchise ([www.gruppoanchise.it](http://www.gruppoanchise.it)), un'associazione per la ricerca, la formazione e la cura degli anziani in condizione di fragilità, in particolare di quelli colpiti da forme di demenza, che si fonda sull'Approccio Capacitante. Autore di numerose pubblicazioni, sia scientifiche sia divulgative, tiene corsi alle università degli Studi di Milano e Pavia, alla Scuola di psicoterapia Iris di Milano, alla Scuola superiore medico-tecnica di Lugano e in diverse istituzioni, pubbliche e private, in tutta Italia.

Vigorelli. “Infatti, se è innegabile che quando parla fa fatica a farsi capire, ciò non significa che non stia cercando di comunicare, ma solo che le figure che gli stanno intorno non sono in grado di comprendere quel che vuole esprimere”. Per cogliere almeno in parte il messaggio dell'anziano, **familiari e operatori devono basarsi non soltanto sul linguaggio verbale**, ma anche su quelli non verbale (i gesti) e paraverbale (il tono della voce). Inoltre, anche il contesto in cui sono dette le parole è importante per capire meglio che cosa l'anziano intenda dire. Le persone con la malattia di Alzheimer comunicano sempre e comunque. Per esempio, secondo l'Approccio Capacitante un anziano che grida, anche in maniera apparentemente sconclusionata, non è un anziano malato, ma un anziano che vuole comunicare una propria paura.



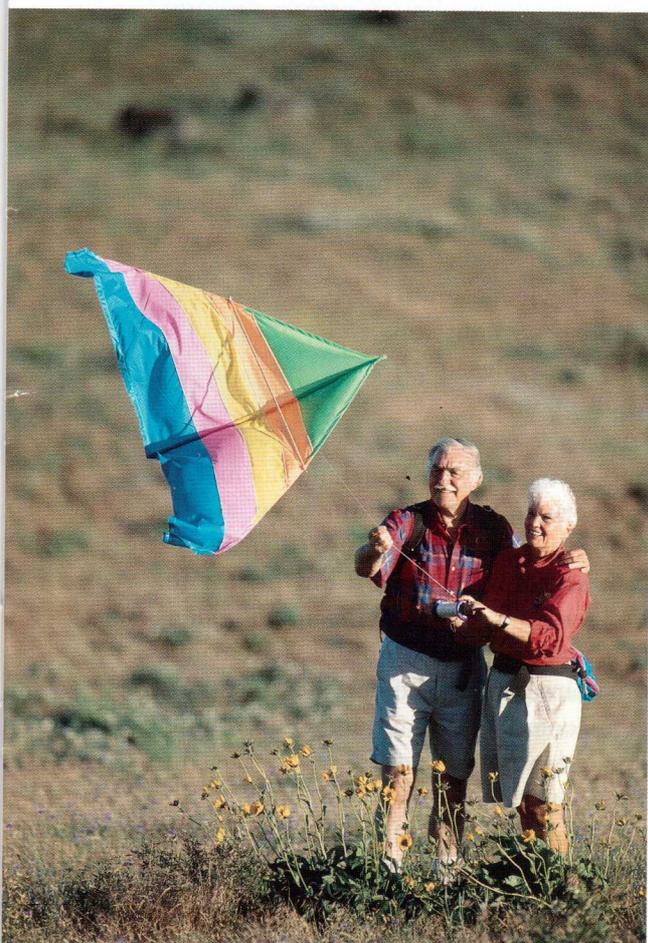
*L'Approccio Capacitante vuole favorire il benessere dell'anziano smemorato e disorientato, dei familiari e degli operatori*

### **SE POSSONO DECIDERE SONO PIÙ PARTECIPATIVI**

L'Approccio Capacitante si basa su 5 competenze: a parlare, a comunicare, emotiva, a contrattare e a decidere. Nelle Rsa, le ultime due sono quasi sistematicamente azzerate, poiché è diffusa la convinzione che la struttura sappia ciò di cui ha bisogno l'anziano. “In realtà”, spiega il dottor Vigorelli, “l'anziano non va solo curato bene, ma deve poter dire la sua, decidendo a che ora alzarsi, come vestirsi e se partecipare alle attività proposte. Un anziano che può contrattare e scegliere è un anziano che si mantiene vivo, vivace e partecipativo. Al contrario, un anziano che non sceglie può manifestare il proprio disagio in vari modi: chiudendosi in se stesso, diventando aggressivo o mostrando atteggiamenti oppositivi”.

“Molti operatori e familiari rinunciano a usare le parole quando comunicare a voce con l'anziano smemorato e disorientato diventa complicato. Così, si limitano a esprimersi con loro solo a gesti, ricorrendo per esempio a carezze e pacche sulle spalle. Tale comportamento presenta però due inconvenienti”, osserva il dottor Vigorelli. “In questo modo, in primo luogo si infantilizza l'anziano, minandone la sua dignità e facendolo sentire come un bambino; infatti, **è proprio la parola a dare dignità all'uomo**. Inoltre, rinunciando a comunicare attraverso la voce con l'anziano, si favorisce la scomparsa, in quest'ultimo, della residua competenza a parlare”.

*Con gli anziani bisogna parlare anche delle loro emozioni negative*





### SONO UTILI I GIARDINI

Per gli anziani smemorati e disorientati che vivono in una Rsa avere a disposizione un giardino Alzheimer è importante. Molti di questi anziani amano infatti rimanere all'aria aperta e fare lunghe passeggiate. "Il giardino dovrebbe essere strutturato in modo che l'anziano possa camminare per molto, ma anche orientarsi bene", suggerisce il dottor Vigorelli. "Per tale motivo, dovrebbe avere zone ben differenziate e facilmente riconoscibili, grazie al posizionamento di strutture quali panchine, gazebo, fontane e altre ancora. Il giardino può inoltre essere completato con un angolo degli aromi e con un piccolo orto, che l'anziano possa gestire senza difficoltà; l'ideale, quindi, sarebbe posizionarlo a circa un metro d'altezza rispetto al suolo".

*Perché non smetta di comunicare, è fondamentale che l'anziano sia considerato come un interlocutore valido*

### Validi interlocutori

Al contrario, l'Approccio Capacitante tenta di mantenere vivo l'uso della parola il più a lungo possibile. Per conservare nelle migliori condizioni sia la capacità di parlare in senso stretto, sia la capacità di comunicare in senso lato (considerando tutte le forme di linguaggio, ossia verbale, non verbale e paraverbale), l'Approccio Capacitante ricorre ad alcune semplici tecniche, che

nascono dall'osservazione diretta del dottor Vigorelli, che ha registrato numerosi colloqui con anziani smemorati e disorientati, analizzandone poi il testo scritto.

"Da questo studio, ho capito che tali anziani non vanno in confusione, né smettono di parlare né si irritano a caso, ma lo fanno come conseguenza di alcune espressioni verbali o atteggiamenti tenuti dall'interlocutore", spiega il dottor Vigorelli. "Per esempio, siccome questi anziani si irritano se non sono in grado di rispondere alle domande che vengono loro poste, è opportuno **non fare loro domande**.

Inoltre, una volta che ha iniziato a parlare l'anziano **non va mai interrotto**. Va poi tenuto presente che gli anziani smemorati e disorientati vivono nel proprio mondo e, quando li si corregge per 'portarli' nel nostro mondo, interrompono la comunicazione. Perciò, **non devono essere corretti**. L'Approccio Capacitante si basa sul riconoscimento delle competenze dell'anziano, che deve essere considerato come un interlocutore valido. Per questo motivo, quando gli si risponde **non bisogna usare avverbi di negazione**, altrimenti l'anziano non si sente riconosciuto come interlocutore valido e, di conseguenza, tende a chiudersi in se stesso".

Molti operatori e familiari tendono a riconoscere e condividere solo le emozioni positive che vive l'anziano smemorato e disorientato. **L'anziano vive anche emozioni negative, però fatica a trovare qualcuno con cui parlarne**. Per esempio, quando si sentono lamenti riguardo alla solitudine, la reazione più comune consiste nell'uso di espressioni come "ma non vedi quanti amici hai qui e come sono felici". "Così facendo, però", osserva il dottor Vigorelli, "non si soddisfa il bisogno dell'anziano, che invece sta chiedendo di parlare delle sue emozioni negative, sulle quali è giusto soffermarsi e confrontarsi". ■