

Sulle emozioni dei familiari e del geriatra

Stefano Serenthà

Il contesto

In queste settimane di forzata distanza a causa dell'epidemia da Covid-19 in più occasioni ho colto come le paure dei familiari si siano amplificate, talora in modo abnorme, forse accentuate anche dal senso di colpa di non riuscire ad essere presenti. In più situazioni ho colto un disagio generalizzato, non focalizzabile su uno o più punti di difficoltà su cui programmare un intervento.

Il non poter affrontare di persona queste situazioni mi ha reso ancora più difficile l'intervento: interagire con i familiari a tu per tu consente l'utilizzo di più canali comunicativi e semplifica la possibilità di trovare degli spazi di intesa. La gestione a distanza rende più difficile a entrambi gli interlocutori sia la trasmissione che la ricezione dei messaggi, lasciando spesso uno spazio incontrollato all'esplosione dell'emotività con il rischio di alterare la possibilità di cogliere il significato dei contenuti dei messaggi.

Come medico in queste settimane mi sono sentito più frequentemente a disagio nel restituire ai familiari il riconoscimento delle loro emozioni anche – soprattutto? - per la difficoltà a denominarle e quindi a circoscriverle e legittimarle fino in fondo.

Un esempio: E' un disastro

Il signor Molteni è l'unico figlio di Anna. Mi telefona agitato, dicendo che la badante della mamma non ne può più perché la situazione è diventata ingestibile.

Anna abita in un paese vicino, vive con una badante, ha una demenza di Alzheimer in fase moderata-severa con episodi di agitazione psicomotoria e aggressività da alcuni anni. Dopo ripetute modifiche della terapia avevamo trovato un discreto compenso e all'ultima visita (circa tre mesi fa) avevamo confermato la terapia in atto e programmato degli esami del sangue che però a causa della situazione pandemica sono stati rimandati.

1. FIGLIO: E' un disastro, non sappiamo più che cosa fare!
2. GERIATRA: Provi a raccontarmi che cosa non va, vediamo se possiamo modificare qualcosa...
3. FIGLIO: Non va tutto, queste medicine sono sbagliate, bisogna fare qualcosa!

Non sono riuscito a capire che cosa non andasse. Il figlio a causa dell'emergenza Coronavirus non è più riuscito ad andare a trovarla e la badante negli ultimi giorni gli ha telefonato dicendo di essere in difficoltà.

Non so quanto la situazione fosse davvero precipitata, ma non sono riuscito a farmi spiegare dove stesse il problema (non dormiva di notte? era aggressiva di giorno? piangeva?...).

Ho avuto l'impressione che, travolto dalla preoccupazione per la mamma e dalla paura che la badante li abbandonasse, il figlio non cercasse nemmeno di capire la situazione o di cercare una soluzione, ma dovesse sfogare paura e rabbia.

Questa difficoltà nel gestire le emozioni ha reso difficile anche il mio tentativo di riportare a un dato il più oggettivo possibile dove fossero i veri problemi, così da poter intervenire in modo mirato. Il sentirmi ripetere continuamente che tutto andava malissimo e che la terapia era sicuramente tutta sbagliata ha messo a dura prova anche le mie emozioni, il mio sentirmi messo in discussione senza neanche la possibilità di allearci per venirne fuori.

Quando, la settimana successiva, siamo riusciti a collegarci in videoconferenza, Anna era tranquilla e collaborante e la badante mi ha riferito che spesso si svegliava di notte e voleva continuamente andare in bagno oppure uscire di casa, mentre di giorno era tranquilla.

Ricostruendo lentamente il quadro abbiamo concordato di modificare la terapia della sera, ottenendo un miglioramento della situazione sia per Anna che per la badante e il figlio.

Commento (a cura di *Pietro Vigorelli*)

In questo caso la situazione era molto problematica perché, ascoltando il figlio soverchiato dalle emozioni, il geriatra si è trovato a far fronte anche alle proprie, anche queste invasive. In un primo momento non riusciva a trovare un “gancio” da cui partire per aiutare il suo interlocutore. Una soluzione positiva al problema è emersa solo quando, dopo aver ascoltato e accolto la tempesta emotiva del figlio e dopo aver controllato le proprie emozioni, è riuscito a focalizzare l’attenzione dal generale al particolare (dal *tutto va male* al *che cosa va male*), dal piano emotivo (*la tempesta emotiva*) al piano razionale (*cerchiamo di capire*).