



INCONTRO DEL 28/02/2023 con il dottor Franco Stefani

L'anziano fragile e le relazioni familiari

Gli anziani vivono delle situazioni delicate; spesso sono in equilibrio, ma l'equilibrio è sempre fragile; per esempio un anziano può essere colpito da infarto; l'infarto può essere superato, ma occorrono delle terapie; queste terapie possono avere controindicazioni, che rendono l'anziano più fragile (esempio farmaci anticoagulanti che possono provocare danni se la persona cade e ha delle contusioni).

Situazioni che possono creare maggiore fragilità sono le comorbilità, la presenza di più malattie.

L'anziano è fragile; quando insorgono anche problemi cerebrali si parla non più di fragilità ma di disabilità.

In passato, in famiglie numerose con molte relazioni si faceva fronte alla disabilità dell'anziano con una distribuzione dei pesi; erano più persone a fare da assistenti, da caregiver.

Oggi invece siamo in presenza di famiglie con pochi elementi e l'età si è allungata.

In passato c'era rispetto per le scelte ed il parere del patriarca.

Oggi invece ci troviamo di fronte a situazioni di solitudine, non si vive nella stessa casa.

Comunque, anche se non si vive insieme, l'anziano riesce a cogliere le differenze di disponibilità nei parenti; c'è qualcuno più disponibile di altri a fare da assistente.

A volte però gli atteggiamenti cambiano e con il tempo il parente che si è reso disponibile va sotto pressione e a volte si arriva alla saturazione; il parente che assiste non ha quasi più una vita sociale; in questi casi è corretto chiedere ed avere l'aiuto dei servizi sociali.

A volte l'anziano ha vuoti di memoria; altre volte gli anziani possono diventare aggressivi, ma i parenti a volte cercano di nascondere il problema.

In questi casi, cioè quando l'anziano non ricorda o dice cose insensate, la tecnica che viene suggerita è di mostrare ascolto; ascoltare e cercare di ricondurre il discorso sui temi che vuole la persona che assiste; non è opportuno dire "ma perchè fai così?", "ma cosa dici?" perchè in questo modo l'anziano si chiude....

A volte ci sono anziani che pensano di farcela da soli, ma poi non si rendono conto del calo di energie.....

Il parente che fa il caregiver deve rendersi conto che prima di tutto deve dedicarsi a se stesso!

Deve riuscire a "staccare", deve esserci qualcuno che si occupa dell'anziano, anche solo per breve tempo; il parente deve riuscire a chiedere aiuto.

Esperienze positive fatte sono le "Palestre della mente" - incontri a piccoli gruppi per esercizi di ginnastica mentale, oppure i "Caffè Alzheimer", momenti di incontro in cui i parenti condividono le situazioni vissute con le associazioni e con gli assistenti sociali.

Purtroppo il Covid ha "tagliato le gambe" a queste esperienze, a queste reti.

Posso tenere l'anziano in casa, ma posso anche inviarlo ogni tanto al centro diurno, in questo modo il familiare ha dei momenti per se, riesce a "respirare".

Vengono anche erogati aiuti economici per chi decide di tenere l'anziano in casa.

Altre forme di assistenza sono la fornitura dei pasti a domicilio; infine quando non sono percorribili altre strade c'è l'ospitalità in "casa protetta".

In alcuni casi sono state create anche esperienze di solidarietà ed aiuto condominiale.

Gabriella: è molto importante capire fin dall'inizio quello che sta succedendo! purtroppo a volte il Medico di Medicina Generale si limita ai farmaci. La difficoltà a volte è anche nell'ammettere che si ha bisogno.

Dottor Stefani: è particolare il fatto che spesso negli anziani emergono le fragilità alla sera, al momento del tramonto, quando cambia la luce del giorno; si parla di sindrome del tramonto. l'assistenza alla famiglia può essere fornita dal medico neuropsicologo, che può aiutarci a capire ed accettare le nuove condizioni.

Che cosa può fare il mondo cattolico?

abbiamo enormi potenzialità; se siamo veramente delle comunità possiamo fare qualcosa; si possono organizzare anche momenti di formazione; non basta la buona volontà, per essere all'altezza di questi compiti occorre prepararsi (esempi sono stati i corsi per badanti).

Dopo il Covid i centri diurni sono stati riaperti, ma purtroppo sono quasi vuoti; questo perché durante la pandemia fra la famiglia e l'anziano si sono creati dei delicati equilibri e ora si teme che il cambiamento possa rompere questi equilibri....

Una presenza nuova sul territorio ora è l'esperienza del Centro "La chiocciola" che ospita persone con un minimo di autonomia dalle 9 alle 14.

Gambi se qualcuno non dorme la notte, come fare?

Stefani : non dovrebbero esserci criticità o danni se passo a ospitare le persone in ambienti protetti.

Come fare per il parente, il caregiver già "scoppiato"? in questi casi occorre trovare un "gancio", un amico, un conoscente del parente, di cui il parente si fida, che possa aprire un varco nel muro che il caregiver ha creato; il caregiver dovrebbe riuscire ad accettare anche solo un piccolo aiuto, un'assistenza limitata...; è molto importante mantenere aperta una comunicazione, partire da poche ore;

Altro aspetto importante: sul fronte delle assistenti, le (o gli) OSS, devono avere della capacità per agire correttamente, non devono concentrarsi solo sul paziente, sull'anziano, ma devono avere un dialogo con tutti i soggetti, anche con i parenti.