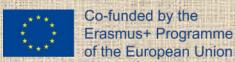
AD-ART

LINEE GUIDA PER I TERAPISTI



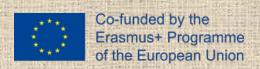


Che cos'è la demenza:

La demenza è una sindrome clinica (insieme di sintomi) dovuta a una malattia che colpisce il cervello, cronica e progressiva che comporta la degenerazione di: facoltà mentali come la memoria, capacità di ragionamento, linguaggio e capacità di riconoscere oggetti e persone; affettività ed emotività come depressione, ansia e angoscia; comportamento e personalità come agitazione, aggressività, reazioni paranoiche e apatia.

Questi sintomi influenzano le normali attività sociali e lavorative del paziente, con un deterioramento della qualità della vita e perdita di autonomia.





Che cos'è la demenza:

Esistono diverse forme di demenza, la più frequente è il morbo di Alzheimer, che colpisce il 50% dei casi. È una malattia progressiva che prende il nome da Alois Alzheimer, il neuropsichiatra tedesco che per primo descrisse la malattia nel 1906.

La seconda in ordine di frequenza è la demenza vascolare, dovuta ad arteriosclerosi cerebrale ed in particolare a lesioni cerebrali multiple dovute all'interruzione del flusso sanguigno (lesioni ischemiche).





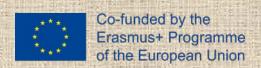


La diagnosi:

È di fondamentale importanza consultare un medico quando compaiono i primi segni di un deterioramento cognitivo; per individuare i primi segni della malattia, l'American Alzheimer Association nel 2005 ha pubblicato 10 segnali di allarme per la malattia di Alzheimer:

- la persona spesso si confonde e ha vuoti di memoria;
- non è più in grado di fare le cose di tutti i giorni;
- fatica a trovare le parole giuste;
- ❖ dà l'impressione di aver perso il senso dell'orientamento;
- indossa un vestito sopra l'altro come se non sapesse vestirsi;





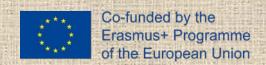
La diagnosi:

I primi segni di un deterioramento cognitivo:

- I primi segni di un deterioramento cognitivo:
- mette gli oggetti nei posti più strani;
- ha sbalzi d'umore improvvisi e immotivati;
- non ha più il carattere del passato;
- ha sempre meno interessi e spirito di iniziativa







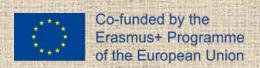
Descrizione di alcuni sintomi comuni nella demenza:

È molto comune trovare nel paziente una serie di manifestazioni comportamentali che creano molta preoccupazione e affaticamento in chi lo circonda.

I disturbi comportamentali più frequenti riguardano l'autonomia personale, la gestione della vita quotidiana e le relazioni.

È importante ricordare che il comportamento adottato dal malato è l'unico in questo momento che gli consente di far fronte alle richieste che il mondo che lo circonda gli pone.



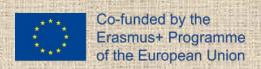


Descrizione di alcuni sintomi comuni nella demenza:

Di seguito sono elencati alcuni degli indicatori che una persona con demenza può eseguire:

 Attività restrittiva: la persona con demenza può dimenticare ciò che ha detto o fatto dopo pochi istanti intraprendendo azioni e ponendo domande ripetutamente. In molti casi è opportuno rassicurarlo invitandolo a compiere semplici gesti cercando di mantenere un atteggiamento calmo e affettuoso.

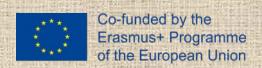




<u>Descrizione di alcuni sintomi comuni</u> <u>nella demenza (Cont.):</u>

 Attaccamento: i malati di Alzheimer possono essere estremamente dipendenti dalla persona che si prende cura di loro e quindi non vogliono che li lasci, anche per un breve periodo. Tale comportamento può derivare dal timore del paziente che la persona in questione possa abbandonarlo e quindi essere causato da un più generale senso di insicurezza.

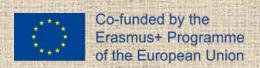




<u>Descrizione di alcuni sintomi comuni</u> <u>nella demenza (Cont.):</u>

 Perdita di oggetti e accuse di furto: i malati di Alzheimer spesso dimenticano dove li conservano e di conseguenza possono accusare altre persone di averli rubati. In tali circostanze è opportuno rispondere con gentilezza alle accuse della persona, cercando di evitare conflitti, e aiutarla a ritrovare l'oggetto smarrito, tenendo presente che il suo comportamento dipende dalla malattia e non dalla sua volontà.

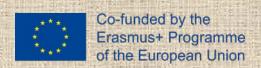




Descrizione di alcuni sintomi comuni nella demenza (Cont.):

 Perdita di orientamento: il disorientamento può essere uno dei problemi più difficili da gestire. I PwD possono vagare e perdersi anche vicino a casa loro. Garantire la sua sicurezza è di primaria importanza. Garantire al paziente frequenti passeggiate in compagnia può però ridurre l'ansia legata al desiderio di uscire di casa in autonomia.

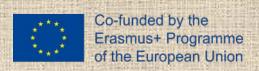




<u>Descrizione di alcuni sintomi comuni</u> <u>nella demenza (Cont.):</u>

- Deliri e allucinazioni: delirio o allucinazioni assumono la forma di un vero pensiero e possono essere considerati, dal PwD, come assolutamente reali, creando uno stato di paura che può sfociare in un comportamento autodifensivo. Per abbassare il suo stato di ansia, bisogna assecondarlo e non cercare di riportarlo bruscamente alla realtà, dandogli l'opportunità di farlo parlare di ciò che crede stia accadendo.
- Comportamenti disinibiti: sebbene avvenga raramente, il comportamento del paziente in pubblico può essere particolarmente inappropriato e disinibito; parla costantemente ad alta voce, saluta tutti, dalle espressioni di affetto anche a persone sconosciute, ecc...

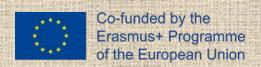




<u>Descrizione di alcuni sintomi comuni</u> <u>nella demenza (Cont.):</u>

 Violenza e aggressività: in particolari circostanze il PwD diventa irascibile, aggressivo e persino violento; ciò può accadere per vari motivi come la perdita di autocontrollo in pubblico, la degenerazione delle capacità critiche, l'incapacità di esprimere con sicurezza emozioni e sentimenti spiacevoli e la difficoltà di relazionarsi con gli altri individui.

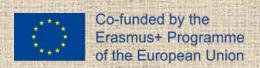




Descrizione di alcuni sintomi comuni nella demenza (Cont.):

• Depressione e ansia: il malato può sentirsi depresso e triste, tende a isolarsi, parlare, agire e pensare con particolare lentezza e difficoltà. Ciò può comportare un'ulteriore alterazione del ritmo quotidiano della vita e delle abitudini come una diminuzione dell'appetito. Dobbiamo cercare di indurre il PwD a sentirsi amato, non chiedendogli mai più di quello che può dare, gratificandolo, facendogli sentire l'affetto della famiglia ed evitando di rimproverarlo duramente di fronte al fallimento.

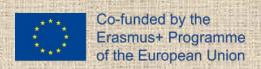




Terapie per PwD:

Ad oggi il morbo di Alzheimer è incurabile ma resta curabile, in quanto è possibile prendersi cura della PwD accompagnandolo nel suo percorso in modo da salvaguardare il più possibile la qualità della vita. Questo può essere fatto attraverso interventi sia farmacologici che non farmacologici.

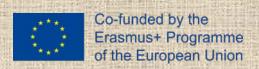




Terapie per PwD:

Per trattamento non farmacologico si intendono quelle precauzioni relative al rapporto con il malato e all'organizzazione dell'ambiente circostante; questo ci permette di accogliere al meglio le nuove esigenze e richieste del paziente. I disturbi comportamentali (agitazione, irrequietezza, crescente nervosismo soprattutto nelle ore serali, angoscia, pianto, tendenza a scappare di casa e resistenza al cambiamento) sono di difficile gestione, creano molte difficoltà al paziente e al suo benessere generale e, di conseguenza , anche alla persona che lo assiste e si prende cura di lui.

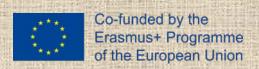




Terapie per PwD:

Alcuni atteggiamenti risentono dell'ansia, della stanchezza o delle difficoltà manifestate da chi si prende cura, creando un circuito in cui più il paziente "è difficile", più l'assistente "perde la pazienza". Il rapporto con un malato di Alzheimer, accompagnarlo nelle varie fasi della malattia richiede soprattutto "pazienza" e saper stare nei momenti di bisogno. Le capacità più compromesse dalla malattia come il linguaggio, la memoria, l'autonomia personale e la vita quotidiana richiedono un atteggiamento particolare di chi cura il paziente. Occorre collocare le varie espressioni della malattia all'interno di un quadro più complesso: la persona affetta da demenza perde le sue capacità ma non perde la sua identità, rimane la persona che era prima di ammalarsi, con la sua storia di vita.

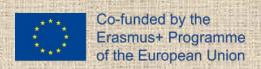




Terapie con PwD:

Il presente comporta elementi nuovi: sintomi, difficoltà non affrontate prima, tutto in un progetto di vita da ricreare nella famiglia che deve tenere costantemente insieme la nuova situazione del parente malato. Alcune tecniche relazionali (ad esempio conversazionalismo e possibile conversazione) aiutano a trovare nuovi canali di comunicazione rispettosi della persona e della malattia, offrendo alla persona che tratta nuove modalità Estremamente importanti sono la creazione e il mantenimento di ambienti (la casa, la stanza, i mobili) che possono favorire l'orientamento spaziale del malato e che aiutano a proteggersi da possibili rischi. È fondamentale rendere sicuri gli ambienti che possono essere pericolosi per il paziente (es. Cucina ...).



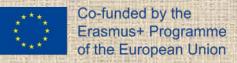


Vediamo ora quali sono i 10 principi da tenere a mente per una buona cura della persona con demenza:

- 1) Riconosci le funzioni del cervello: tutto ciò che sperimentiamo nella vita, ogni decisione o azione che intraprendiamo può essere ricondotto al nostro cervello.
- 1) L'Alzheimer è un disturbo del cervello: sebbene sempre più persone ne siano consapevoli, in molti credono ancora che si tratti di una malattia mentale, di una debolezza psicologica o semplicemente di una condizione dell'invecchiamento.

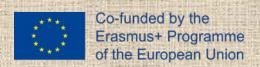






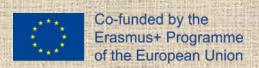
- 3) L'Alzheimer colpisce tutto ciò che il cervello controlla: la varietà di sintomi riconducibili a un processo di deterioramento cognitivo non va sottovalutata.
- 4) L'imprevedibilità è dietro l'angolo: l'Alzheimer colpisce diverse parti del cervello in tempi e ritmi diversi. Hai mai avuto una lampadina che all'improvviso funziona solo occasionalmente? Questo è ciò che accade nel cervello delle persone affette da demenza che attraversano alcune fasi prestabilite anche se non sono chiaramente definite e spesso si sovrappongono.





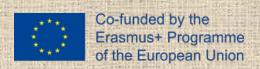
5) Ogni obiettivo dovrebbe essere suddiviso in obiettivi più piccoli e più semplici: compiti che ci sembrano semplici possono apparire difficili alle persone di cui ci occupiamo. Ad esempio lavarsi i denti può sembrare un'unica azione, ma in realtà può essere suddivisa in più fasi: prendere il tubetto di dentifricio, rimuovere il tappo, posizionare il contenuto sulle setole dello spazzolino, aprire il rubinetto ecc. .. Se la demenza colpisce il cervello in modo tale da non ricordare tutti questi passaggi o l'ordine in cui devono essere eseguiti, sarà impossibile completare la sequenza a meno che il compito non sia suddiviso in tante piccole azioni.





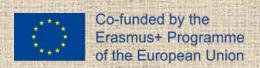
- 6) Ricorda la causa dei comportamenti problema: i disturbi comportamentali sono causati da danni al cervello e non sono qualcosa che può essere controllato o prevenuto, se non altro. gestire minimizzando i costi in termini di stress.
- 7) Non devi sembrare malato per soffrire di una malattia fisica: anche l'Alzheimer essendo una malattia organica spesso non cambia l'aspetto esteriore di una persona, almeno fino agli stadi più gravi. Questo può creare confusione nonostante l'aspetto di una "facciata". Il paziente ha chiari segni che qualcosa non va. Potresti soffrire di demenza senza sembrare malato nel vero senso della parola.





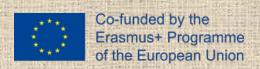
8) Discutere è inutile: è estremamente difficile, se non impossibile, per qualsiasi malato di Alzheimer imparare, capire, ragionare o ricordare. È più produttivo fornire conforto o cercare di impegnarsi in attività piacevoli, come una passeggiata, guardare un film o ricordare i vecchi tempi con qualche oggetto o fotografia del passato.





- 9) Comprensione dei segni di stress: le persone con demenza hanno una soglia di stress progressivamente più bassa e questo è associato a una ridotta capacità linguistica di spiegare le ragioni del disagio.
- 10) Accettare la relazione cervello-comportamento: una chiave per fornire una buona assistenza non è solo comprendere la relazione cervello-comportamento, ma anche accettarla. Ciò consente al paziente di essere assistito con compassione e senza giudizio sull'adeguatezza di qualsiasi comportamento.





L'uso dei CAT per PwAD:

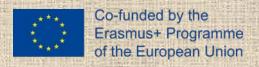












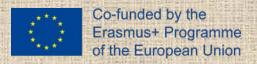
L'uso dei CAT per PwAD:

Facoltà mentali che beneficiano dell'uso dei CAT:

- memoria,
- capacità di ragionamento,
- linguaggio e capacità di riconoscere oggetti e persone;
- ❖ aumentare l'affettività e l'emotività,
- diminuire la depressione, l'ansia e l'angoscia;
- diminuire comportamenti come agitazione, aggressività, reazioni paranoiche e apatia.







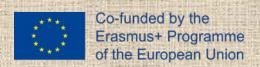
Competenze dei Professionisti:

Sono in aumento le ricerche che dimostrano come le arti possano migliorare le capacità cliniche, le abilità personali e la comunicazione tra gli operatori sanitari.

In relazione alle capacità di comunicazione, il coinvolgimento artistico e la lettura possono favorire l'immaginazione empatica, supportando così una comunicazione e una collaborazione efficaci tra il personale medico, nonché sintonizzare maggiormente le persone con le proprie emozioni.

È stato scoperto che i corsi di apprezzamento dell'arte migliorano le capacità di comunicazione verbale e non verbale nei team clinici.





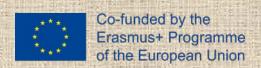
Competenze dei Professionisti:

Anche l'uso di formati teatrali, compreso il teatro interattivo e il gioco di ruolo, può migliorare le capacità di comunicazione.

È stato scoperto che le lezioni di arti migliorano il riconoscimento emotivo, la coltivazione dell'empatia e la consapevolezza di molteplici prospettive nei medici, e la musica e le arti drammatiche possono migliorare la relazione con persone di diversa estrazione.

Le arti possono supportare la salute mentale e il benessere del personale sanitario. Lo sviluppo dell'empatia attraverso la musica e il movimento è stato collegato a un minore stress, esaurimento e maggiore resilienza.



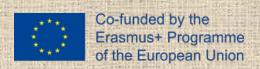


Competenze dei Professionisti

Le lezioni di arti creative possono aumentare la fiducia, il benessere, l'identità e la cura di sé sia nei professionisti che negli studenti.

È stato scoperto che la musica migliora l'umore e riduce lo stress durante il lavoro, oltre a migliorare i livelli di concentrazione, efficienza, entusiasmo e lavoro ordinato. È stato scoperto che le lezioni di arti partecipative aumentano i sentimenti di sostegno per il personale all'interno delle strutture sanitarie e le arti visive sono state trovate per migliorare l'ambiente di lavoro per il personale.



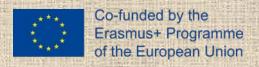


"Dinamiche di gruppo" è un sistema di comportamenti e processi psicologici che avvengono all'interno di un gruppo sociale (dinamiche infragruppo) o tra gruppi sociali (dinamiche intergruppo).

Le applicazioni delle dinamiche di gruppo sono studiate in psicologia, sociologia, antropologia, scienze politiche, epidemiologia, istruzione, lavoro sociale, economia e comunicazione.



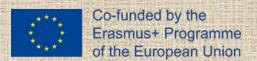






Lo studio delle dinamiche di gruppo può essere utile per comprendere:

- comportamento decisionale;
- monitoraggio della diffusione delle malattie nella società;
- creazione di tecniche terapeutiche efficaci;
- seguendo l'emergere e la popolarità di nuove idee e tecnologie.

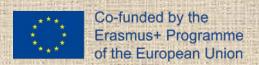


I programmi di autogestione possono essere efficaci nell'aiutare le persone con malattie croniche ad apprendere nuove abilità, organizzare le loro vite e creare un senso di ordine mentre affrontano le transizioni e le risposte alla malattia, ma lo stigma che accompagna una diagnosi di demenza causa riluttanza per applicare le idee autogestione.

Inoltre, la diagnosi di demenza può sostituire tutti gli altri aspetti della propria identità e le persone con demenza spesso sentono di essere trattate con meno rispetto ed etichettate con una perdita di sé e capacità e una tendenza a sentirsi 'meno di' e spesso si presume mancare della capacità di controllare la propria vita.



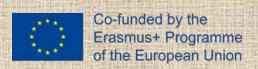




L'assistenza centrata sulla persona è stata descritta come un modo per affrontare lo stigma perché promuove una lente che vede la persona dietro la demenza come una persona, come un agente sociale attivo.





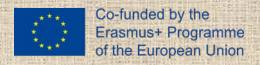


Questa struttura dell'agente sociale pone una lente basata sui diritti - al contrario di una lente basata sui bisogni - che attira l'attenzione su sei componenti fondamentali del vivere bene come cittadino sociale:

- 1. opportunità di crescita, cambiamento e sviluppo;
- un'analisi del potere che riconosce come le proprie posizioni sociali aiutano a plasmare le proprie esperienze del mondo;
- rispetto per la creazione di significato personale e la ricerca di uno scopo;
- 4. promuovere la partecipazione attiva (invece di essere semplicemente inclusi);
- l'importanza di costruire comunità e solidarietà come obiettivo sia sociale che politico;
- 6. creando un contesto che sfida lo stigma e la discriminazione





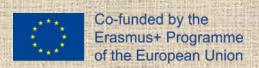




Inoltre, possono verificarsi cambiamenti all'interno delle relazioni familiari poiché i membri della famiglia si assumono la responsabilità crescente di sorvegliare i bisogni della persona con demenza - in particolare i rapporti coniugali o intimi - e le ricerche suggeriscono un cambiamento importante nella relazione, poiché i partner iniziano a considerarsi *badanti* piuttosto che all'interno del loro ruolo relazionale di marito / moglie.

La comprensione dominante della relazione tra la persona con demenza e il suo partner di cura posiziona la persona con demenza come "dipendente" e potenzialmente un "peso".





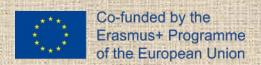
Partecipare a gruppi con altri PwD può essere liberatorio, responsabilizzante e creare fiducia, fornendo opportunità di crescita, cambiamento e sviluppo.

Considerazioni importanti devono essere fatte quando si progettano gruppi per PwD.

Lo scopo del gruppo è significativamente importante e dovrebbe determinare se i partner di assistenza sono coinvolti o meno nel

gruppo.

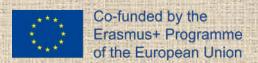




Consultare la PwD prima che il gruppo sia strutturato può fornire importanti intuizioni sui bisogni dei PwD e garantire che i gruppi si stiano responsabilizzando per loro. Tuttavia, questo deve essere fatto con cautela, in modo che non venga visto come una dimostrazione di mancanza di gratitudine nei confronti dei membri della famiglia.

La facilitazione del gruppo deve essere presa in considerazione, il facilitatore deve capire che i PwD possono sentirsi inavvertitamente minacciati e / o messi a tacere e / o possono essere emarginati o messi in ombra dai caregiver intorno. Quindi, un facilitatore esperto dovrà prestare attenzione alle dinamiche di gruppo per garantire che le persone con demenza possano mantenere la voce.

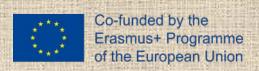




In qualsiasi momento, le persone con demenza dovrebbero essere consultate sui loro desideri e desideri in relazione alla struttura del gruppo su base regolare, in modo sensibile ai potenziali squilibri di potere e al di fuori della presenza dei partner di assistenza familiare.

Una taglia non va bene per tutti, quindi i facilitatori di gruppo dovrebbero evitare di fare supposizioni sulla necessità che i partner di cura siano coinvolti in gruppi per PwD o sull'importanza che i partner di cura non partecipino.



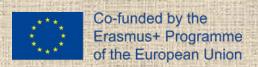


I tre fattori principali che influenzano la coesione di una squadra (lavorare insieme bene) sono:

- Ambientale
- Personale
- · Leadership.







Composizione del gruppo:

I concetti di voce, **empowerment, patrocinio, cura e supporto** emergono come questioni dominanti. La discussione sulla composizione del gruppo si è concentrata su quattro temi correlati:

Creazione di spazi sicuri: questi spazi sicuri assicurano che i
partecipanti, in particolare i PwD, si sentano a proprio agio e
fiduciosi nell'esprimere le proprie idee e sentimenti. La creazione
di spazi sicuri riflette il rispetto che le persone nutrono per le
esperienze degli altri e la creazione di significato personale nella
convivenza con la demenza;



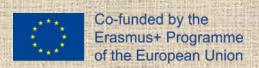




Composizione dei Gruppo (continua):

2. Mantenere la voce ed essere ascoltati: al centro del sentirsi al sicuro è creare lo spazio per mantenere la voce ed essere ascoltati. Questo tema si riferisce a due cose: primo, essere ascoltati significa che non solo le persone si sentono sicure di condividere pensieri e sentimenti all'interno dei loro gruppi, ma che sono ascoltate dagli altri; e in secondo luogo, mantenere la voce significa che le persone hanno qualcosa di specifico con cui contribuire all'interno del gruppo, sia dando consigli o risolvendo collettivamente i problemi.



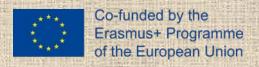


Composizione del Gruppo (continua):

3. Un atto di equilibrio: emerge una tensione tra il desiderio di parlare a nome proprio e il riconoscimento dell'importanza del partner nella propria vita. Mentre coloro che soffrono di demenza possono sentirsi inavvertitamente messi a tacere dal loro partner di cura, un certo numero di persone con demenza può anche parlare di auto-silenziamento in gruppi con i partner di cura. Nello specifico, i PwD riconoscono chiaramente l'importanza dei partner di cura nel sostenerli e non sempre desiderano esprimere i propri sentimenti per paura di alienarsi o ferirsi inavvertitamente.



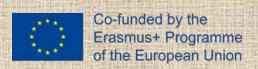




Composizione del Gruppo (continua):

- 4. Solidarietà: "Non sei solo": la solidarietà è la sensazione di essere una comunità unica e allo stesso modo allineata che emerge dove le persone si sentono connesse perché condividono esperienze comuni.
- 5. Una taglia non va bene per tutti: la necessità di flessibilità della struttura è molto forte. Come con la maggior parte delle cose nella vita, niente rimane lo stesso. Ciò che ha funzionato questa volta non significa necessariamente che lo farà di nuovo. Flessibilità è la parola chiave accompagnata dalla necessità di adattarsi.



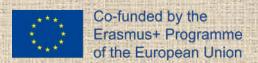


Funzionalità comuni per il buon funzionamento dei gruppi:

- Assicurarsi che le persone con demenza siano coinvolte a tutti i livelli da pari a pari, preferibilmente guidando e prendendo decisioni;
- Concordare termini di riferimento o una costituzione e regole di base, per rendere le persone chiare sullo scopo di
- il gruppo e il loro ruolo in esso;
- Avere cose interessanti su cui lavorare.
- Può iniziare concentrandosi su questioni di assistenza sanitaria e sociale, ma spesso si ramifica in altre aree, ad es. trasporti accessibili, comunità amiche della demenza e sviluppo di prodotti;



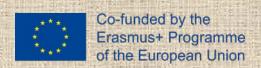




Funzionalità comuni per il buon funzionamento dei gruppi:

- Essere chiari su come altre persone e organizzazioni si impegneranno con il gruppo; chiedere documenti scritti in modo accessibile, processi di coinvolgimento diretti e feedback dopo che le persone sono state coinvolte;
- Fornire un forte supporto sotto forma di coordinatori di gruppo retribuiti e / o supporto di volontari. Il loro ruolo dovrebbe essere quello di prendersi cura degli aspetti pratici del coinvolgimento (ad es. Coordinamento del diario, prenotazione di luoghi e trasporto) oltre a mantenere dinamiche di gruppo positive;





Funzionalità comuni per il buon funzionamento dei gruppi:

- Usare approcci che consentano a tutti i membri del gruppo di contribuire al lavoro e alle discussioni del gruppo; forse includere il cambio di turno, l'uso di oggetti di scena come un cartellino rosso per indicare quando una persona vuole parlare, o una persona con demenza che funge da sedia;
- Usare modi diversi per le persone che non si sentono a proprio agio a parlare in gruppi più grandi per contribuire con le loro opinioni, ad es. discussioni in piccoli gruppi, foglietti adesivi per annotare idee, supporto individuale da parte di un volontario;
- Riesaminare i processi per garantire che tutti i membri del gruppo siano adeguatamente supportati e sentano ancora che il gruppo è rilevante per loro;



Funzionalità comuni per il buon funzionamento dei gruppi:(cont):

 Sviluppare rapporti con i principali commissari locali e responsabili delle decisioni - in termini di raggiungimento del cambiamento aiuta davvero avere accesso diretto a professionisti locali che possono aiutare a portare avanti gli obiettivi del gruppo;







Alcuni suggerimenti pratici per i gruppi per supportare il coinvolgimento di PwD:



AD-Aris

- Prestare molta attenzione agli aspetti pratici, ad es. trasporti (prenotazione taxi, ecc.), scelta dei luoghi, ora del giorno, ristoro, supporto, promemoria;
- Utilizzare una serie di metodi per aiutare le persone affette da demenza a comprendere il problema o l'attività di coinvolgimento, come suggerimenti visivi per rafforzare la discussione (ad esempio discutere di menu in una sala da pranzo o in cucina), utilizzare foto e immagini, utilizzare lavagne a fogli mobili e poster per registrare idee e sintesi delle discussioni a intervalli regolari in modo che le persone possano ricollegarsi alle idee;
- Controlla e ricontrolla il punto di vista delle persone.
 Può essere che le tue stesse aspettative o sentimenti colorino ciò che pensi di sentire le persone dire o comunicare;

Co-funded by the

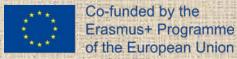
Erasmus+ Programme of the European Union

Dare tempo sufficiente a qualsiasi attività di coinvolgimento specifica

Alcuni suggerimenti pratici per i gruppi per supportare il coinvolgimento di PwD (continua):

- Dai alle persone lo spazio per comunicare le loro idee e assicurati che le persone che ne hanno bisogno ricevano supporto in modo che possano contribuire;
- Sii consapevole del fatto che il coinvolgimento può essere impegnativo: invitare le persone a pensare a questioni difficili può suscitare emozioni e far sì che le persone siano arrabbiate o ansiose. Non evitare questi problemi delicati, ma assicurati di aver riflettuto su come potresti rispondere;
- Rendere qualsiasi esperienza di coinvolgimento e qualsiasi materiale scritto sia il più accessibile possibile, ma senza essere paternalistico;
- Usa un linguaggio semplice senza acronimi;
- Assicurarsi che gli eventi e le riunioni siano ben strutturati, con ordini del giorno ristretti e buoni approcci per consentire a una serie di persone con demenza di partecipare pienamente;

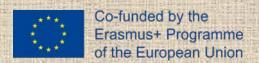




Alcuni suggerimenti pratici per i gruppi per supportare il coinvolgimento di PwD (continua)):

- Riconosci che il coinvolgimento di PwD può sembrare impegnativo.
 Ha bisogno di tempo, creatività, flessibilità, forti capacità di ascolto e
 spesso una vera spinta per mantenerlo una priorità all'interno di
 contesti organizzativi estesi;
- Assicurarsi che i PwD acconsentano a essere coinvolti e impegnati; il coinvolgimento non è qualcosa che dovrebbe essere fatto alle persone. Seguire una procedura di consenso appropriata che sia accessibile alle persone con demenza;
- Evitare di presumere che le persone non abbiano la capacità di essere coinvolte, il che spesso si traduce automaticamente nell'esclusione di persone con demenza più avanzata
- Ricorda, non si tratta solo di lavoro. Costruisci in un momento divertente e sociale - spesso le idee migliori vengono fuori in questi momenti;



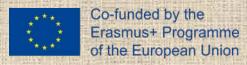


La demenza è una sindrome clinica che comporta una perdita continua e graduale della funzione intellettuale, ciò porta a deterioramento cognitivo e perdita della memoria.

I pazienti hanno difficoltà nella comunicazione e nella cura di sé stessi nella loro vita quotidiana. Una poco chiara comprensione della malattia potrebbe generare frustrazione negli assistenti per il blocco della comunicazione.







Fattori che portano a problemi di comunicazione:

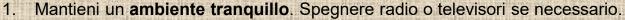
- Fattori del paziente: perdita di memoria e difficoltà a conservare le informazioni, difficoltà nello svolgimento di compiti complessi a causa di deterioramento cognitivo, bassa capacità di concentrazione, sbalzi d'umore e aumento di irritabilità.
- 2. Fattori del caregiver: parlare troppo velocemente o con una voce acuta, che causa stress al paziente, troppe informazioni o gesti non necessari che possono essere fuorvianti e distrarre l'attenzione del paziente, troppo stanco, sentirsi frustrato e impaziente, tono di voce improprio, ad es. gridare può far sentire il paziente minacciato e offeso.
- 3. Fattori ambientali: ambiente rumoroso, scarsa illuminazione.



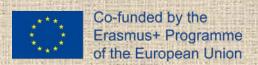




Dieci punti per una comunicazione efficace



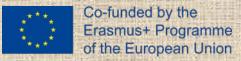
- 2. Sedersi faccia a faccia con il paziente e cercare di mantenere sempre il contatto visivo.
- Parla piano e chiaramente. Incoraggiare l'uso di apparecchi acustici in pazienti con problemi di udito. Non gridare al paziente. Cerca di non alzare la voce.
- 4. Mantieni le frasi il più semplici possibile. Trasmetti **un messaggio alla volta**. Evita l'uso di determinati termini come lui / lei e usa invece nomi. Evita parole con idee astratte, ad es. sostituire i termini "affamato" e "assetato" con termini come "mangiare" e "bere";
- 5. Fai **una domanda alla volta e smeplifica le domande**. Poni domande a risposta chiusa con scelte limitate come "Vorresti una mela o un'arancia?" invece di chiedere "Quali tipi di frutta preferisci?";
- Prestare attenzione alle espressioni facciali e al linguaggio del corpo per interpretare i sentimenti del paziente, ad es. il paziente sorride o sussulta per il dolore? Rispondi di conseguenza ai sentimenti dei pazienti, ad es. annuire e sorridere possono essere segni di incoraggiamento per il paziente;
- 7. Ripeti o chiedi al paziente se necessario;
- 8. Usa oggetti reali per aiutare la comunicazione. Ad esempio, mostrare al paziente un asciugamano e del sapone per indicare che è ora di fare il bagno;
- Le conversazioni dovrebbero essere mantenute concise poiché i pazienti hanno difficoltà a concentrarsi per lunghi periodi;
- 10. Se il paziente è stanco, dargli una pacca sulla spalla o consegnargli una bevanda per rinfrescarsi. Fai una pausa prima di ricominciare.



Non siamo nati sapendo come comunicare con una persona affetta da demenza, ma possiamo imparare. Migliorare le proprie capacità di comunicazione contribuirà a rendere il caregiving meno stressante migliorerà la qualità del rapporto con la persona amata. Buone capacità di comunicazione migliorano anche la capacità di gestire il comportamento difficile incontrato durante la cura di una persona con una sindrome demenziale.





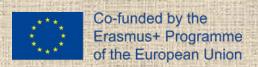


Per una comunicazione efficace:



- Crea un'atmosfera positiva per l'interazione. Il tuo atteggiamento e il linguaggio del corpo comunicano i tuoi sentimenti e pensieri più forte delle tue parole.
- Ottieni l'attenzione della persona. Limita le distrazioni e il rumore, rivolgiti a lei per nome, identificati per nome e relazione e usa segnali e tocchi non verbali per mantenerla concentrata. Se è seduta, abbassati al suo livello e mantieni il contatto visivo.
- Esterna chiaramente il tuo messaggio. Usa parole e frasi semplici. Parla lentamente, distintamente e con tono rassicurante. Evita di alzare o alzare la voce più forte; usa la stessa formulazione per ripetere il tuo messaggio o domanda. Usa i nomi delle persone e dei luoghi invece dei pronomi (lui, lei, loro) o delle abbreviazioni.
- Poni domande semplici. Fai una domanda alla volta; quelli con risposte sì o no funzionano meglio.
- Ascolta con le orecchie, gli occhi e il cuore. Sii paziente nell'attendere la risposta della
 persona amata. Se sta lottando per una risposta, va bene suggerire le parole. Presta
 attenzione ai segnali non verbali e al linguaggio del corpo e ascolta il significato e i
 sentimenti che sono alla base delle parole.

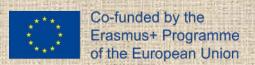




Per una comunicazione efficace:



- Suddividi le attività in una serie di passaggi. incoraggia la persona amata a fare ciò che può, ricordagli delicatamente i passaggi che tende a dimenticare e assisti le azioni che non è più in grado di compiere da solo.
- Quando il gioco si fa duro, distrarre e reindirizzare. Se la persona amata si arrabbia o si agita, prova a cambiare argomento o ambiente.
- Rispondi con affetto e rassicurazione. Le persone affette da demenza si sentono spesso confuse, ansiose e insicure di se stesse. Evita di convincerle che hanno torto. Rimani concentrato sui sentimenti che stanno dimostrando (tenersi per mano, toccare, abbracciare e lodare indurrà la persona a rispondere quando tutto il resto fallisce).
- Ricorda i bei vecchi tempi. Ricordare il passato è spesso un'attività rasserenante e
 affermativa, evita di fare domande che si basano sulla memoria a breve termine, come
 chiedere alla persona che cosa ha mangiato a pranzo. Invece, prova a fare domande
 generali sul lontano passato della persona: è più probabile che queste informazioni
 vengano conservate.
- Mantieni il tuo senso dell'umorismo. Usa l'umorismo ogni volta che puoi, anche se non a spese della persona. Le persone affette da demenza tendono a mantenere le loro abilità sociali e di solito sono felici di ridere insieme a te.

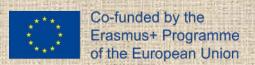


La comunicazione nella fase iniziale della demenza.

Nella fase iniziale della malattia, un individuo è ancora in grado di partecipare a conversazioni significative e impegnarsi in attività sociali. Tuttavia, potrebbe ripetere storie, sentirsi sopraffatto da stimoli eccessivi o avere difficoltà a trovare la parola giusta. Suggerimenti per una comunicazione di successo:

- Non fare supposizioni sulla capacità di una persona di comunicare a causa di una diagnosi di demenza.
- La malattia colpisce ogni persona in modo diverso;
- Non escludere la persona con la malattia dalle conversazioni;
- Parla direttamente alla persona piuttosto che al suo caregiver o compagno;
- Prenditi del tempo per ascoltare la persona che esprime i suoi pensieri, sentimenti e bisogni;
- Dai alla persona il tempo di rispondere. Non interrompere a meno che non venga richiesto aiuto.



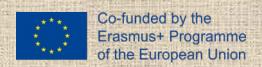


La comunicazione nella fase iniziale della demenza.

Suggerimenti per una comunicazione di successo:

- Dai alla persona il tempo di rispondere. Non interrompere a meno che non venga richiesto aiuto.
- Chiedere se la persona si sente a proprio agio e per cosa potrebbe aver bisogno di aiuto;
- Discuti quale metodo di comunicazione è più comodo. Ciò potrebbe includere conversazioni faccia a faccia, e-mail o telefonate;
- Va bene ridere. A volte l'umorismo alleggerisce l'umore e facilita la comunicazione.
- Non tirarti indietro. La tua onestà, amicizia e supporto sono importanti per la persona.





La Comunicazione nella fase intermedia della demenza.

Lo stadio intermedio della demenza è tipicamente il più lungo e può durare per molti anni.

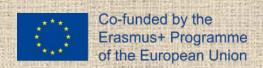
Con il progredire della malattia, la persona avrà maggiore difficoltà di comunicazione e richiederà cure più specifiche.



Suggerimenti per una comunicazione di successo.

- · Coinvolgere la persona in una conversazione individuale in uno spazio tranquillo con distrazioni minime;
- Parla piano e chiaramente;
- Mantenere il contatto visivo. Dimostra che tieni a ciò che lui o lei sta dicendo;
- Concedi alla persona tutto il tempo per rispondere in modo che possa pensare a cosa dire;
- · Sii paziente e offri rassicurazione. Può incoraggiare la persona a spiegare i suoi pensieri;
- Fai una domanda alla volta e fai domande dirette. Ad esempio, "Gradisci un caffè?" invece di "Cosa vorresti bere?";
- Evita di criticare o correggere. Invece, ascolta e cerca di trovare il significato in ciò che dice la persona.
 Ripeti quanto detto per chiarire;
- Evita di litigare. Se la persona dice qualcosa con cui non sei d'accordo, lascia che sia;
- Offri istruzioni chiare e dettagliate per le attività. Le richieste lunghe possono essere opprimenti;
- Fornisci segnali visivi. Dimostrare un compito per incoraggiare la partecipazione. Gli appunti scritti possono essere utili quando le parole pronunciate sembrano confuse.





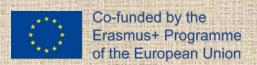
La comunicazione nella fase avanzata della demenza.

- La fase avanzata della malattia, può durare da diverse settimane a diversi anni.
- Con l'avanzare della malattia, la persona può fare affidamento sulla comunicazione non verbale,come le espressioni facciali o vocali suoni.
 - Di solito è richiesta assistenza 24 ore su 24.



Suggerimenti per una comunicazione di successo:

- Avvicinati alla persona di fronte e identificati;
- Incoraggia la comunicazione non verbale. Se non capisci cosa sta cercando di dire la persona, chiedile di indicare o fare un gesto;
- Usa il tatto, la vista, i suoni, gli odori e i sapori come forma di comunicazione con la persona;
- Considera i sentimenti dietro le parole o i suoni. A volte le emozioni che vengono espresse sono più importanti di ciò che viene detto;
- Tratta la persona con dignità e rispetto. Evita di parlare alla persona o come se non fosse lì;
- Va bene se non sai cosa dire, la tua presenza e amicizia sono più importanti.

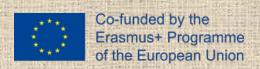


Come redigere un documento per PwAD

Linee guida:

- È importante che le persone affette da demenza abbiano l'opportunità di comunicare nella propria lingua. La lingua madre di una persona viene solitamente conservata più a lungo, mentre le lingue acquisite più tardi nella vita sono le prime ad essere colpite.
- La lingua utilizzata deve riflettere la cultura, le tradizioni e la religione di ogni persona. Cerca di evitare di fare supposizioni su ciò che le persone di un gruppo etnico fanno e non hanno in comune con le persone di un altro gruppo etnico. In caso di dubbio, controlla.
- · Usa affermazioni brevi con parole comuni facili da ricordare e capire.
- Suddividi le informazioni complesse in parti più piccole.



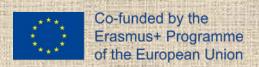


Come redigere un documento per PwAD

Suggerimenti pratici sulla formattazione:

- Nessun singolo formato soddisferà le esigenze di tutti. Ove possibile, personalizza i formati in base alle esigenze note delle persone.
- Mantieni le informazioni scritte brevi, semplici e prive di gergo e abbreviazioni.
- I font più grandi aiutano.
- Usa colori contrastanti per le righe di informazioni. Presenta le informazioni in blocchi gestibili.
- I diagrammi e le immagini accanto al testo sono utili. Tuttavia, troppe immagini possono creare confusione. Dovrebbero essere pertinenti e non usati solo per la decorazione.
- Le fotografie sono spesso preferibili alle illustrazioni che potrebbero essere difficili da interpretare.
- Usa le caselle per le informazioni che vuoi mettere in risalto.



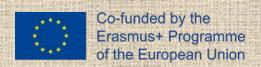


Come redigere un documento per PwAD

Suggerimenti pratici sul contenuto:

- Organizza le informazioni in modo logico, un pezzo alla volta.
- Mantieni un linguaggio semplice senza essere paternalistico.
 Ricorda che stai scrivendo a un pubblico adulto. I paragrafi dovrebbero avere un senso da soli.
- Le persone non dovrebbero ricordare cosa c'era nel primo paragrafo per capire quello attuale.
- Evita di usare parole che generalizzano le persone come un gruppo e presuppongono che siano diverse.





To understand the concept of planning:

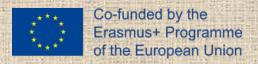
Come pianificare un workshop con una persona con demenza:

- Le attività nel laboratorio dovrebbero essere adatte ad un adulto e adattate all' individuo.
- Le istruzioni dovrebbero essere semplici e adattate alle esigenze di ogni singolo partecipante a seconda del proprio declino cognitivo.
- È importante essere consapevoli delle capacità e del livello di comprensione degli individui.



Source: https://www.jskd.si/gledalisce-inlutke/delavnice_gledalisce/2019_20/kamisibaj_20.htm





Capire il concetto di pianificazione:

- Determina il numero di partecipanti al seminario e prepara i materiali di conseguenza.
- Tutto il materiale necessario deve essere preparato e pronto a mano. Dovrebbe essercene abbastanza per tutti i partecipanti.
- Il materiale scritto dovrebbe essere adattato e comprensibile per le persone con demenza.
- È bene fornire spazio e strutture extra per le persone con

demenza che non vogliono partecipare all'attività preparata o in modo che possano ritirarsi in qualsiasi momento.





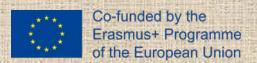


Capire il concetto di pianificazione:

- Progettare gli inviti in forma scritta e pittorica, con lettere abbastanza grandi, e dovrebbero essere brevi e semplicemente comprensibili.
- Presentare lo scopo e gli obiettivi del workshop ai potenziali partecipanti e incoraggiamo anche i parenti ad aiutare con ulteriori spiegazioni e adattamenti delle istruzioni alle esigenze specifiche del partecipante.
- Inviare in anticipo promemoria del workshop.







Linee guida generali per professionisti e parenti:

- Dai alle persone abbastanza tempo e spazio per esprimersi.
- Mostra comprensione ed empatia quando qualcuno ha difficoltà a provare a dire o fare qualcosa. Può essere frustrante e imbarazzante per loro.
- Presta attenzione a varie forme di comunicazione non verbale (gesti, espressioni facciali, tocco fisico, rumori) che potrebbero indicare stress o felicità
- Cerca di essere consapevole della tua comunicazione non verbale e usala in modo positivo. Fai espressioni facciali positive e cerca di avere un contatto fisico.
- Mantieni la calma, parla lentamente e chiaramente, senza esagerare (per evitare che le persone si sentano trattate come un bambino).
- Prova a pensare agli aggiustamenti che potrebbero essere fatti per dimostrare l'accettazione di approcci culturalmente appropriati.
- Regola la durata e il contenuto in base alle capacità fisiche e mentali della persona.

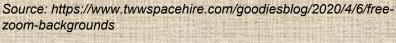


Linee guida generali per i formatori. Come preparare l'ambiente:

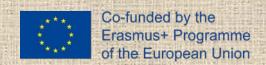
Lo spazio dovrebbe essere:

- 1. Tranquillo, senza distrazioni (rumore, troppe persone, conversazioni rumorose).
- 2. Adeguatamente illuminato, riscaldato / ventilato.
- 3. Abbastanza grande da consentire a tutti i partecipanti di avere abbastanza spazio per se stessi, non troppe cose in una stanza.
- 4. Sgombro da oggetti pericolosi.
- 5. All'inizio il formatore dice ai partecipanti che tutto ciò di cui parliamo durante i workshop rimane tra noi.
- 6. Il formatore incoraggia i partecipanti che non è un concorso artistico, quindi non devono preoccuparsi del risultato.





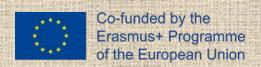




Linee guida generali per i formatori. Come preparare l'ambiente:

- Dobbiamo creare un ambiente in cui i partecipanti si sentano al sicuro.
- È importante che i partecipanti sentano di poter dire tutto ciò che vogliono.
- È bene fornire spazio e strutture extra per le persone con demenza che non vogliono partecipare all'attività preparata o in modo che possano ritirarsi in qualsiasi momento.









Commenti e domande

