



**ALZHEIMER Borgomanero ONLUS**

la forza di non essere soli

## **PRENDERSI CURA DI CHI SI PRENDE CURA**

### **PROGETTO DI SOSTEGNO PSICOLOGICO AI FAMILIARI DEL MALATO DI ALZHEIMER PRESSO IL CENTRO ALZHEIMER CASTELLO DI SUNO (NO)**

#### **PREMESSA**

Le caratteristiche specifiche della malattia di Alzheimer, ovvero il progressivo e irreversibile deterioramento fisico e psichico, e la conseguente necessità di una prolungata e continuativa attività assistenziale, hanno posto al centro dell'interesse clinico, sociale e della ricerca il processo familiare di cura. La famiglia spesso si trova, infatti, nella condizione di dover affrontare un lungo periodo di accudimento a una persona affetta da una malattia che, pur essendo al momento attuale inguaribile, può e deve essere curata.

Con questo ultimo termine e, nello specifico, con l'espressione "prendersi cura di qualcuno" si intende non solo un'assistenza di tipo sanitario, ma anche e soprattutto, la dimostrazione di affetto e l'impegno per il benessere di un'altra persona. In effetti, l'accudimento e la vicinanza emotiva caratterizzano ogni tipo di relazione stretta, quali quelle tra coniugi e tra genitori e figli. In alcune circostanze, però, come nel caso della comparsa di una malattia cronica e degenerativa quale è la demenza, il processo di cura si trasforma in un carico assistenziale straordinario e distribuito in modo diseguale. Nello specifico questo peso cui è sottoposta la famiglia di un malato di Alzheimer, rischia di provocare dinamiche familiari conflittuali e di esporre i diversi membri, e non solo la figura del caregiver principale, all'insorgenza di sintomi fisici e psicologici.

Sulla base di tali considerazioni, si impone, quindi, l'esigenza da parte dei servizi formali e informali di farsi carico dei bisogni pratici e soprattutto psichici della famiglia del paziente demente, ovvero di progettare un intervento volta a "prendersi cura di chi si prende cura".

#### **FINALITA'**

Il progetto si propone di offrire sostegno psicologico ai familiari afferenti al Centro Integrato Alzheimer diurno e residenziale presso la R.S.A. Castello di Suno, attivando degli interventi di tipo informativo/formativo e di assistenza focalizzata sul piano affettivo e relazione.

Ciò per aiutare i membri del nucleo familiare sia a far fronte quotidianamente al progressive modificazioni delle funzioni psichiche e fisiche del paziente, sia a comprendere e prendere consapevolezza dei cambiamenti nelle dinamiche familiari e delle proprie reazioni emotive.

Possono manifestarsi, infatti, solitudine, impotenza, assenza di speranza, stanchezza, rabbia, senso di colpa, ma anche affetto, compassione e soddisfazione personale. Inoltre, il forte stress conseguente al carico assistenziale può favorire la comparsa di sintomi depressivi e somatizzazioni, che segnalano la presenza di un grave disagio psicologico, di cui spesso il caregiver non è consapevole.

---

#### **ALZHEIMER Borgomanero ONLUS**

Villa Zanetta - Corso Sempione 1 - 28021 Borgomanero

Orario della segreteria:

ogni sabato dalle 9:30 alle 11:30

Tel/Fax: 0322.82910

Email: [alzheimerborgomanero@libero.it](mailto:alzheimerborgomanero@libero.it)

Web: [www.alzheimerborgomanero.it](http://www.alzheimerborgomanero.it)



## OBIETTIVI

Nello specifico, il supporto ai familiari del malato di Alzheimer si esprime nei seguenti livelli:

- *fornire informazioni* sulle caratteristiche psicologiche (cognitive, affettive, comportamentali, funzionali) della malattia e sulle risorse assistenziali disponibili per i familiari afferenti alla struttura (colloqui di sostegno psicologico, incontri di gruppo);
- *suggerire strategie e consigli pratici* relativi alla gestione delle attività quotidiane e alle modalità di comunicazione con il malato, al fine di migliorare la qualità dell'assistenza al congiunto e anche la qualità di vita del caregiver ;
- *offrire sostegno psicologico* nei casi di intensi conflitti familiari e di grave disagio intrapsichico, spesso conseguente a forti emozioni ambivalenti e talvolta reso manifesto da sintomi di natura fisica (somatizzazioni, insonnia, astenia, cefalea, disturbi alimentari e cardiaci);
- *favorire la condivisione, la reciprocità e la solidarietà* tra i vari nuclei familiari: il confronto con altre persone che vivono lo stesso problema può aiutare, infatti, a percepire come normali e naturali i propri vissuti emotivi e le proprie reazioni di stress nell'accudimento;
- *agevolare la comunicazione* tra i familiari e i servizi assistenziali formali e informali.

## METODOLOGIA E ATTIVITA'

Ai fini del raggiungimento degli obiettivi specifici, il progetto prevede l'utilizzo di diversi strumenti psicologici.

- *Colloqui di inserimento.*  
Attuati al momento dell'ingresso del paziente in struttura, sono finalizzati alla reciproca presentazione tra psicologo e familiari e alla comunicazione della possibilità di usufruire gratuitamente di attività di sostegno psicologico al processo di caregiving.  
Questa fase di approccio iniziale risulta particolarmente delicato poiché occorre mettere in grado i familiari di pensare anche ai propri bisogni e vissuti, avviando i primi passi verso un processo di autoconoscenza. Spesso il caregiver non è consapevole, infatti, che alcuni suoi sintomi di natura fisica possono essere legati alla malattia del proprio congiunto; così come a volte interpreta in modo del tutto arbitrario e irrazionale un certo tipo di disagio psicologico (affaticamento, senso di inadeguatezza, angoscia, rabbia, sentimenti depressivi, lagnanze verso la struttura assistenziale) in termini di conseguenza dello stato di salute del paziente demente, quando invece ha a che fare con le sue proprie dinamiche psicologiche e con il tessuto delle relazioni familiari.
- *Colloqui individuali di sostegno.*  
Con questo tipo di intervento si assicura ai membri della famiglia un momento di ascolto riservato, empatico e non giudicante, e ciò è già un importante segnale iniziale di accogliimento e di supporto. In particolare, il colloquio si configura come quello spazio in cui, sulla base delle necessità individuali, è possibile aiutare il caregiver a prendere contatto con le proprie dinamiche intrapsichiche e interpersonali.  
Spesso, infatti, i sentimenti e le relazioni all'interno della famiglia risultano confusi: amore e odio, attrazione e repulsione, in questo caso sono profondamente legati. Inoltre, con il

---

### ALZHEIMER Borgomanero ONLUS

Villa Zanetta - Corso Sempione 1 - 28021 Borgomanero

Orario della segreteria:

ogni sabato dalle 9:30 alle 11:30

Tel/Fax: 0322.82910

Email: [alzheimerborgomanero@libero.it](mailto:alzheimerborgomanero@libero.it)

Web: [www.alzheimerborgomanero.it](http://www.alzheimerborgomanero.it)



passare del tempo, l'aggravarsi del quadro del congiunto, può determinare la comparsa di meccanismi di difesa molto primitivi (negazione, scissione, proiezione e idealizzazione) che rischiano di ostacolare l'elaborazione di realtà molto penose. Per questo motivo, è importante che i familiari facciano chiarezza dentro di sé e nelle proprie emozioni, al fine di riuscire ad accettare la malattia, a riappropriarsi dei propri bisogni e a giungere ad un cambiamento nel modo di viverci come caregiver.

- **Incontri di gruppo**

L'attività di gruppo va ad integrare quella individuale ed agisce in modo sinergico in quanto tratta sia degli aspetti più pratici relativi alle caratteristiche e alla gestione della malattia del congiunto sia delle dinamiche affettive e relazionali vissute dal caregiver.

Nello specifico, il gruppo quale strumento di intervento, permette di estrinsecare quegli aspetti terapeutici caratteristici del suo funzionamento:

- scambio di informazioni sulle strategie specifiche da adottare nell'assistenza al congiunto, favorendo l'emergere delle tematiche caratteristiche di questo tipo di malattia (gestione dei disturbi comportamentali, modalità di comunicazione con il malato, coinvolgimento nelle attività quotidiane, ecc.)
- confronto e condivisione dei propri vissuti emotivi con chi si trova ad affrontare gli stessi problemi;
- apertura e ascolto, promuovendo la possibilità di esprimersi senza censure, la comprensione di punti di vista differenti e l'accettazione del cambiamento;
- sostegno e calore, favorendo il riconoscimento dei propri bisogni e dei propri meriti e la consapevolezza di non essere il solo e l'unico a far fronte a questo tipo di "malattia familiare".

Tutte le attività si svolgeranno presso il Centro Integrato Alzheimer diurno e residenziale della R.S.A. Castello di Suno.

## TEMPI

Il progetto avrà decorrenza gennaio – dicembre 2011, con un monte ore complessivo pari a 30 ore, così ripartito:

- 10 ore per gli incontri di gruppo che si terranno di sabato pomeriggio a cadenza bimestrale;
- 10 ore dedicate ai colloqui di inserimento, in riferimento alle richieste da parte della struttura;
- 10 ore previste per i colloqui di sostegno psicologico, sulla base delle necessità individuali.

## ATTORI

- Ente promotore ed erogatore: Alzheimer Borgomanero ONLUS
- Con la consulenza e la collaborazione del Dipartimento di Psicologia del Presidio Ospedaliero di Borgomanero - ASL NO e della Direzione del Centro Integrato Alzheimer presso la R.S.A. Castello di Suno.
- Referente del progetto: Dott.ssa Sara Duella (Psicologa)

---

### ALZHEIMER Borgomanero ONLUS

Villa Zanetta - Corso Sempione 1 - 28021 Borgomanero

Orario della segreteria:

ogni sabato dalle 9:30 alle 11:30

Tel/Fax: 0322.82910

Email: [alzheimerborgomanero@libero.it](mailto:alzheimerborgomanero@libero.it)

Web: [www.alzheimerborgomanero.it](http://www.alzheimerborgomanero.it)