Associazione Malattia Alzheimer

STIMOLAZIONE COGNITIVA
“PER NON PERDERSI”

Dott.ssa Marcella Liporace

- Gli approcci alla demenza possono distinguersi in due categorie in base allo strumento che utilizzano:

Farmacologica

Non farmacologica (terapia occupazionale,fisioterapia, interventi psicosociali, educazione e supporto dei pazienti e loro caregivers.)

- La demenza si caratterizza per essere una patologia *cronica e progressiva, cioè che permane nel* tempo e tende gradualmente ad aggravarsi fino a privare la persona di gran parte delle sue facoltà mentali. Parlando di demenza, il termine ***riabilitazione può non sembrare il più indicato*** *se, con* esso, intendiamo letteralmente quelle procedure terapeutiche che permettono di abilitare, anche parzialmente, una persona ad una funzione temporaneamente compromessa. Nel nostro caso, purtroppo, sappiamo bene che il deterioramento è inesorabile e la *ri-abilitazione, in senso stretto,*non costituisce un obbiettivo realistico.

Tra questi interventi non farmacologici rientra la stimolazione cognitiva

- **Stimolazione cognitiva**: intervento finalizzato al benessere complessivo della persona in modo da incrementare il coinvolgimento in compiti orientati alla riattivazione delle competenze residue e al rallentamento della perdita funzionale causata dalla patologia dementigena
- La stimolazione cognitiva è quindi un'attività altamente strutturata, da non confondere con qualsiasi tipo di proposta ludico-ricreativa. La differenza fra un intervento *naif ed* una buona stimolazione non consiste principalmente nelle singole attività proposte, ma nel carattere orientato, individualizzato e specifico delle esercitazioni.

A Ferrara il progetto di stimolazione cognitiva nasce dalla volontà **dell'associazione A.M.A** (associazione Malattia di Alzheiemer) di individuare un'azione comune rivolta ai propri associati in modo di arricchire il ventaglio di proposte ai propri malati e alle famiglie.

Il progetto è rivolto a persone colpite da malattia di Alzheimer ad uno stadio lieve e ai loro familiari, iscritti all'associazione e seguiti dal Consultorio-Centro Esperto per i Disordini cognitivi dell' AZ . Ospedaliera Universitaria di Ferrara.

OBBIETTIVI

L'intervento di stimolazione Cognitiva si propone di sostenere le capacità del malato, ridurre lo stress del familiare e di ridurre l'isolamento di entrambi

Due sotto obiettivi:

. Mantenere le abilità cognitive residue dell'anziano contrastando il più possibile il deterioramento dovuto alla malattia;

. Promuovere il più possibile l'autonomia;

. Favorire il benessere psicologico, l'autostima e il senso di autoefficacia;

. Ridurre, dove presente, la sintomatologia depressiva e ansiosa;

. Favorire la socializzazione contrastando il rischio di isolamento frequente in questi ammalati.

Supporto al Caregiver

. Inserire il Caregiver nella rete dei servizi;

. Fornire informazioni e sviluppare competenze attraverso le spiegazioni degli esercizi fatti insieme durante il corso

. Supportare il lavoro di cura;

. Favorire l'inclusione e la partecipazione sociale

Setting

- Gli incontri di stimolazione cognitiva si svolgono con un gruppo compreso tra le 5/7 persone
- Gruppo omogeneo dal punto di vista cognitivo e rispetto ad alcune variabili socio-demografiche (es. età scolarità ..)per evitare sentimenti di frustrazione ed eventuale drop-out)

Intervento di stimolazione

- Il percorso di stimolazione cognitiva è formato da due momenti, corso base di training cognitivo poi uno stop di circa 4/6 mesi e la fase di mantenimento.
- L'intervento di stimolazione cognitiva come suggerito dalla letteratura prevede per la prima parte 14 incontri della durata di un'ora e mezza l'uno (30 minuti preparazione setting e materiale e 60 min stimolazione), 2 incontri a settimana
- Mantenimento 10 incontri di un'ora e mezza l'uno, una volta a settimana

Ogni sessione si apre con:

Fase introduttiva

Fase di attività

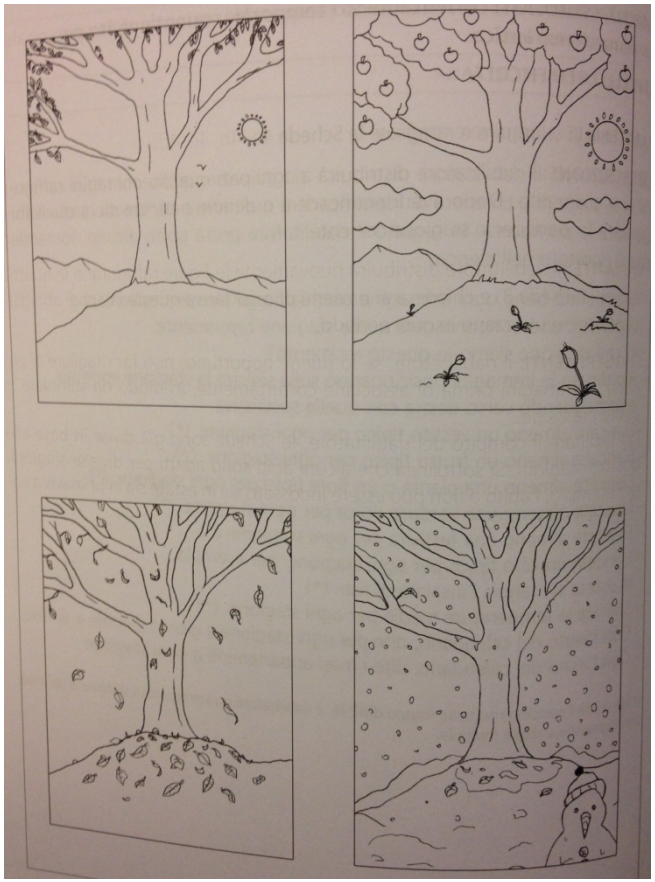
Fase conclusiva

- Per i familiari

Prima fase: 4 incontri da 60 min l'uno

Mantenimento : 2 incontri 60 min l'uno

ATTENZIONE … esempio
“che stagione è rappresentata nell’immagine?”
“In che stagione ci troviamo



ATTENZIONE

- Domande relative all'ambiente circostante
- Esercizi di orientamento temporale
- Esercizi di orientamento spaziale
- Esercizi di orientamento sociale
- Aiutare a incanalare l'attenzione sugli stimoli rilevanti

PERCEZIONE

La percezione può essere : visiva, acustica,olfattiva, tattile e gustativa

Esercizi: riconoscimento di immagini

Riconoscimento di personaggi famosi e familiari

MEMORIA

Capacità di ricordare informazioni acquisite in precedenza attraverso l'esperienza e di apprendere nuove informazioni integrandole con quelle già acquisite

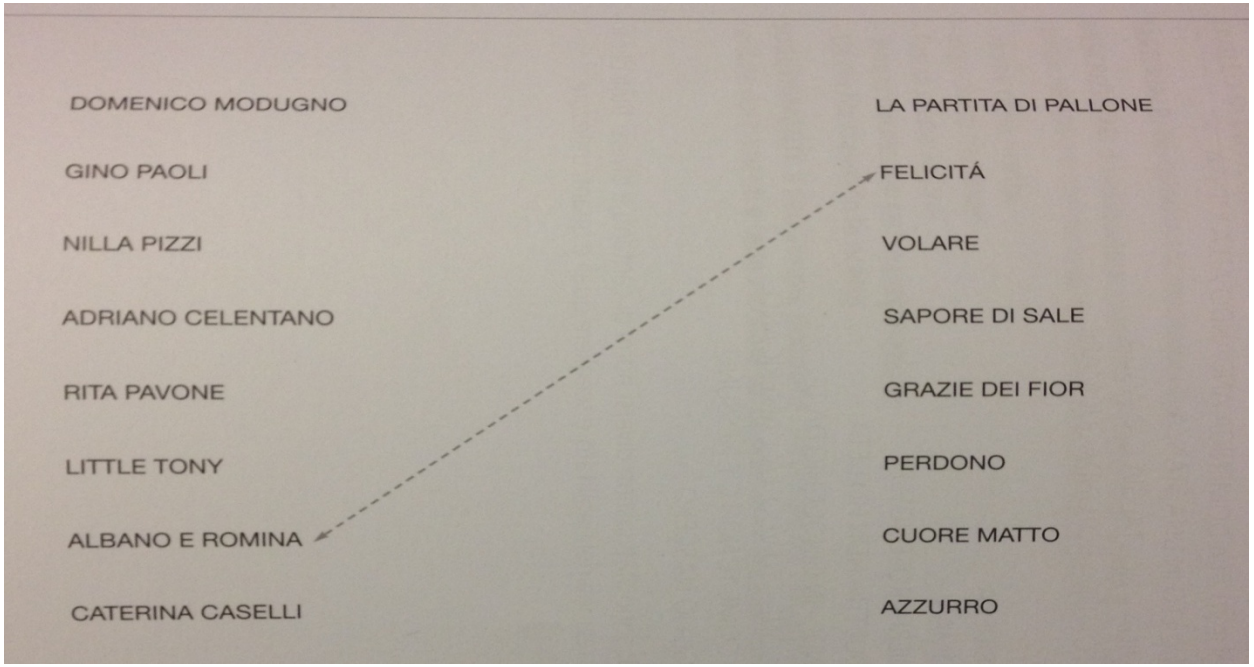
Esercizi:

- ripetizione seriale (MBT verbale)
- Rievocazione di serie di parole di figure
- Rievocazione di brevi racconti(m. prosa)
- Riconoscimento di oggetti e loro uso
- Spiegazioni di azioni complesse della vita quotidiana

MEMORIA … un esempio

Le canzoni più belle!

Ascolto dei brani e successivamente si chiede di ricordare titolo e nome del cantante



LINGUAGGIO

ESERCIZI

- Compiti di fluenza fonologica e semantica
- Denominazione
- Comprensione di informazioni orali e scritte
- Esercizi di lettura e scrittura
- Esercizi relativi alla morfosintassi (ordine delle parole, desinenze)
- Esercizi di traduzione Italiano/dialetto e viceversa

LINGUAGGIO…un esempio
COSA TI SALTA IN MENTE?

	A	C	P	M
FRUTTA	Arancia	caco	prugna	mora
VERDURA	asparago	carota	pomodoro	melanzana
COLORI	azzurro	crema	porpora	marrone
ANIMALI	ape	cavallo	pappagallo	mucca

Esempi vari di esercizi

- COSA SERVE PER…

Apparecchiare la tavola,

Fare la doccia,

Appendere un quadro,

Fare la spesa.

Chiedere ai pazienti di elencare tutti gli oggetti necessari per compiere ognuna di queste attività della vita quotidiana.

PARTENZA
ARRIVO
MANDA UN BACIO
PIEGA UN FOGLIO A METÀ
FAI IL SEGNO DELLE FORBICI
SCRIVI IL TUO NOME
CONTA FINO A 10
TORNA INDIETRO DI 2 PASSI
METTI LA PENNA SOPRA IL TAVOLO ALLA TUA DX
FAI CIAO CON LA MANO
PRONUNCIA IL NOME DEI TUOI COMPAGNI
VAI AVANTI DI 3 CASELLE
FAI SÌ CON LA TESTA
DISEGNA UN □
FAI OK CON LA MANO
GUARDA IN ALTO E IN BASSO
CANTA UNA CANZONE
FAI V CON LA MANO
IMBUSTA UN FOGLIO
ALZA IL BRACCIO DESTRO
QUALE È IL CAPOLUOGO DELL'EMILIA ROMAGNA
BATTI 5 VOLTE SUL TAVOLO
METTI LE MANI SUGLI OCCHI
IL GIOCO DELL' OCA !!!

Risultati :

I partecipanti vengono valutati attraverso una serie di test neuropsicologici all'inizio e alla fine di ogni fase. Vengono presi in esame lo stato cognitivo e l'autonomia della vita quotidiana.

Ai familiari vengono somministrati questionari per misurare il carico assistenziale e lo stress percepito.

Alla fine del corso viene proposto ad entrambi un questionario di gradimento

Cosa emerge:

Stabilità del deficit cognitivo

Tendenza al miglioramento piuttosto che un peggioramento del quadro cognitivo (indice positivo in una patologia dementigena)

Miglioramento della qualità della vita

Riduzione dei sintomi depressivi

Appare evidente l'efficacia dell'intervento nella sfera emotivo-relazionale

Miglioramenti nelle abilità cognitive

L’esperienza di “GIOCANDO CON TE”

L'associazione ama quest'anno ha allargato il ventaglio di proposte agli utenti attraverso il progetto estivo “Giocando con te”. Questa proposta nasce dall'esigenza di fornire continuità al progetto di stimolazione cognitiva “per non perdersi” e per coltivare l'aspetto ludico, sociale e informale degli incontri.
Attraverso la costruzione di un oggetto, nello specifico un vaso, i partecipanti hanno utilizzato diversi materiali e diversi strumenti quali la creta, i pennelli e i colori. In questo modo sono stati sollecitati la motricità fine, la capacità di compiere azioni finalizzate, l'utilizzo del lessico specifico e l'uso di diversi sensi.
Il corso ha dato buoni risultati in termini di partecipazione e di mantenimento delle abilità cognitive dei partecipanti.
Il corso si è svolto presso i locali del centro sociale il parco ed è stato tenuto da una psicologa e ha visto l'inserimento della figura di una linguista, la dottoressa Valeria Tinarelli.

CANTINA TOLLO
ROCCA
VENTOSA

su
RIDIAMOCI
MARTA, NON RIESCO A RICORDARE COME SI CHIAMAVA QUEL TEDESCO PER CUI HO PERSO LA TESTA...
ALZHEIMER, NONNA.
LUPO ALBERTO © 2003 Silver/McK