

# PROGETTO INTERCONNESSI 2021

## Progetto per caregivers

### INTRODUZIONE

La popolazione in Italia e nel mondo sta vedendo un costante incremento del numero di anziani grazie al progresso della medicina e quindi all'aumento dell'aspettativa di vita (Nobili, 2011). Tra le varie conseguenze di questa importante trasformazione sociodemografica si ha l'aumento dell'incidenza di malattie cronic-degenerative come le demenze, considerate la prima causa di disabilità in età senile (Marvadi, 2005).

Secondo i dati epidemiologici dell'OMS (Settembre 2020), attualmente in Italia il numero totale dei pazienti con demenza è stimato in oltre 1 milione (di cui circa 600.000 con demenza di Alzheimer) e circa 3 milioni sono le persone direttamente o indirettamente coinvolte nella loro assistenza, con conseguenze anche sul piano economico e organizzativo. I pazienti necessitano di un alto livello di cura, la quale è principalmente a carico delle famiglie del malato stesso (nel nostro paese si stima che circa l'80% di essi non sia istituzionalizzato e siano assistiti direttamente dai familiari). Le famiglie hanno un ruolo fondamentale nel trattamento della malattia e nel sostegno indispensabile del malato ma vivono sovente in una situazione di abbandono, il cui disagio è maggiorato dall'impegno fisico, psicologico ed economico necessari per l'assistenza. Quindi diventa importante l'identificazione di condizioni che concorrono ad ottenere risultati positivi in questo contesto per promuovere uno sviluppo ed una condizione sana della persona e della relazione.

### CAREGIVING E SOCIAL SKILLS

Il caregiving comporta richieste di abilità sociali che possono contribuire a minimizzare i conflitti e massimizzare la qualità della vita dei caregiver, dei pazienti e di altre persone coinvolte nel contesto assistenziale. Nonostante la mancanza di studi sulle abilità sociali di chi si prende cura, ricerche condotte in altri contesti indicano che le persone con abilità sociali ben sviluppate, hanno maggiori probabilità di stabilire relazioni di buona qualità, portando a una salute e ad un benessere migliore (Bandeira, Tostes, Santos, Lima e Oliveira, 2014; Lima, Bandeira, Oliveira e Tostes, 2014; Pinto & Barham, 2014b). Il concetto di abilità sociali si riferisce a comportamenti che esistono nel repertorio di un individuo e che vengono utilizzati in interazioni con altre persone (Del Prette & Del Prette, 2013).

Una persona socialmente competente in un ruolo professionale, potrebbe non essere altrettanto competente nel contesto dell'assistenza e della cura e viceversa. Le abilità sociali coinvolgono varie classi di comportamento sociale, tra cui: espressione di sé, capacità di coping, espressione delle emozioni positive, comunicazione assertiva, stabilire nuove relazioni o adattarsi a nuove situazioni e controllare le reazioni aggressive (Del Prette E Del Prette, 2001). In termini di prove riguardanti l'importanza di abilità sociali per persone che si prendono cura, i ricercatori hanno dimostrato che i caregiver socialmente responsabili con buone capacità interpersonali tendono ad avere una qualità superiore di vita rispetto ai caregiver con un repertorio limitato di abilità sociali (Bandeira et al., 2014; Muela, Torres e Peláez, 2001; Pinto & Barham, 2014b).

L'emergenza sanitaria causata dal Covid-19 ha colto tutta la popolazione in maniera improvvisa e pervasiva, negando la possibilità di prepararci per fronteggiarla al meglio.

Ha avuto un particolare impatto sulle persone con demenza e le loro famiglie, non garantendo una continuità del sostegno e delle attività.

Per la persona con demenza i cambiamenti di routine prestabilite e consolidate possono contribuire alla comparsa o al peggioramento di manifestazioni comportamentali (es. ansia,

irritabilità, aggressività, “sindrome del tramonto”), all’accentuazione dei disturbi cognitivi, e di conseguenza, ad un maggiore carico/stress assistenziale per il caregiver.

All'interno di questa cornice, l’associazione A.M.A di Ferrara, nei mesi di Giugno-Luglio, ha organizzato dei corsi presso il Centro Sociale La Rivana di Ferrara e ha istruito le famiglie ad usare la piattaforma online Zoom. Durante i mesi di novembre e dicembre, è stato possibile proporre un ciclo di 4 incontri in modalità online, che ha riscosso un grande successo.

Ad oggi ci troviamo di nuovo in una situazione emergenziale che non ci permette di iniziare i corsi in presenza, ed è intenzione dell’Associazione proseguire con i corsi online. Nello specifico, ci sarà un corso rivolto ai familiari che si occupano della persona con demenza con la finalità di educare e supportare il caregiver e migliorare di conseguenza l’assistenza e la relazione con il malato.

#### OBIETTIVI

- miglioramento e potenziamento del benessere percepito dal caregiver sia qualitativamente che quantitativamente (diminuzione dello stress e della sintomatologia ansiosa e/o depressiva);
- Maggior consapevolezza delle proprie capacità (aumentare l’autostima e l’autoefficacia) e gestione del paziente (strategie di coping e problem solving);
- Ridefinizione dei ruoli e del rapporto tra caregiver e paziente (migliorare le modalità comunicative e relazionali);
- Favorire la partecipazione e le interazioni sociali per evitare situazioni di isolamento;
- Fronteggiare il carico maggiore dato dalle restrizioni anti-covid e dall’emergenza sanitaria.

#### SVOLGIMENTO DEL PROGETTO

Il corso sarà svolto da una psicologa con esperienza nel settore. Durante gli incontri ci saranno momenti di discussione libera inerenti a determinati temi e si attueranno parti del social skills training come l’assertività, comunicazione non verbale, espressione dei sentimenti positivi, pensieri disfunzionali ed idee irrazionali, problem solving.

Nello dettaglio, saranno creati due diversi gruppi di caregivers (uno Laboratorio Benessere, uno Laboratorio Ricordi) con la possibilità di svolgere 5 o 6 incontri della durata di 2 ore ciascuno ogni 15 giorni.

I gruppi saranno così composti:

Laboratorio Benessere: 8 caregiver

Laboratorio Ricordi: 13 caregiver

Lo svolgimento del Laboratorio Benessere è previsto nella giornata di Martedì dalle 14.30 alle 16.30, a partire dal 23/02/2021.

Lo svolgimento del Laboratorio Ricordi è previsto nella giornata di Giovedì dalle 14.30 alle 16.30, a partire dal 25/02/2021.

#### MONITORAGGIO E VALUTAZIONE

Il monitoraggio costante degli interventi e dei risultati richiede diverse modalità operative.

Gli incontri di verifica vengono programmati a metà e fine corso, e prevedono la presenza delle figure professionali coinvolte nel corso per i pazienti e la Presidente di AMA.

A conclusione del progetto, sarà presentata una relazione finale all’Associazione Alzheimer Ferrara e al CDCD. La relazione resta sempre consultabile anche ai partecipanti al progetto.

Ferrara 11 febbraio 2021

Dott.ssa Annalisa D’Errico