

Il Mini Mental State Examination

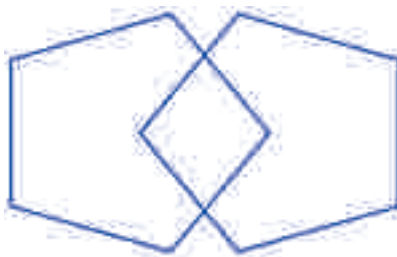
I familiari che accompagnano i loro cari all'ambulatorio dei disordini cognitivi, in più di un'occasione sono rimasti perplessi nel sentire il medico o lo psicologo fare alcune domande ai pazienti, in alcuni casi perché le domande sembravano troppo facili se non addirittura banali, in altri casi perché al contrario risultavano impossibili (ad esempio, una domanda come "in che mese siamo?" ha un grado di difficoltà molto differente se rivolta ad una persona con un deterioramento cognitivo minimo oppure ad una con un disordine conclamato). Ci si chiede pertanto perché queste domande vengano poste praticamente ad ogni visita o controllo. La spiegazione sta nel fatto che i quesiti e le prove proposti non sono casuali ma fanno parte di un test di valutazione ampiamente diffuso in tutto il mondo e necessario per la diagnosi e la stadiazione della maggior parte delle forme di demenza.

Questo strumento così importante, che valuta la presenza di deterioramento **cognitivo**, si chiama **Mini Mental State Examination**, o **MMSE**, ed è questa ultima sigla che spesso si ritrova nei referti specialistici, accom-

pagnata da un punteggio che va da 0 a 30. Ora proviamo a vedere alcune domande del test ed a spiegare cosa significa, affinché il linguaggio tecnico diventi sempre più fruibile al non esperto.

Esempi di domande:

- *In che anno siamo?*
- *In che stagione siamo?*
- *In che mese siamo?*
- *Mi dica la data di oggi?*
- *Che giorno della settimana è oggi?*
- *Mi dica in che nazione siamo?*
- *In quale regione italiana siamo?*
- *In quale città ci troviamo?*
- *Mi dica il nome del luogo in cui ci troviamo?*
- *A che piano siamo?*
- *Provi a copiare i due pentagoni*



Un punteggio uguale o inferiore a 18 è indice di una grave compromissione delle abilità co-

gnitive; un punteggio compreso tra 18 e 24 è indice di una compromissione da moderata a lieve, un punteggio pari a 25 è considerato **borderline**, ovvero sulla linea di confine che delimita la normalità dalla patologia, da 26 a 30 è indice di normalità cognitiva.

Le indicazioni sono comunque orientative, essendo presenti dei fattori di taratura legati all'età ed alla scolarità del soggetto, ed è per questo che il medico o lo psicologo chiedono alla persona che viene valutata quanti anni ha e che titolo di studio ha conseguito. Riassumendo il MMSE (Mini Mental State Examination) è costituito da 11 categorie di prove che esaminano diverse aree cognitive quali l'orientamento nel tempo e nello spazio, la memoria immediata, l'attenzione ed il calcolo, il richiamo differito, il linguaggio, e la prassia costruttiva, ovvero la capacità di programmare e coordinare dei movimenti fini.

L'importanza di questa scala per la valutazione e la stadiazione delle demenze è documentata anche dal fatto che

continua in 2ª pagina

Un Omaggio dal Cafè della Memoria di Barco

...Già dallo scorso inverno mi era venuta l'idea di "creare" qualcosa che i nostri anziani potessero portare a casa...come risultato dei nostri incontri di stimolazione cognitiva! L'idea poi è arrivata! Un libretto di ricette...ricette culinarie in cui i partecipanti del Cafè si cimentavano nel passato e che hanno poi tramandato ai loro familiari. Dopo aver raccolto le diverse ricette, sia con l'aiuto dei familiari e delle colleghe (Dr.ssa

Tulipani e Dr.ssa Melloni) che attraverso esercizi di rievocazione con i pazienti, siamo lieti ora di distribuirlo come omaggio in occasione delle feste natalizie. Il libretto verrà distribuito ai partecipanti del Cafè della Memoria di Barco

in occasione dell'ultimo incontro prima del Natale (3 Dicembre 2013).

Come regalo natalizio a tutti i lettori, riporto di seguito una ricetta (tipicamente natalizia!) inserita nel libretto.

Dr.ssa Eleonora Contini

Il Mini Mental State Examination

dalla 1ª pagina

proprio il punteggio al MMSE è uno dei requisiti fondamentali per accedere al protocollo del Ministero della Sanità per l'erogazione gratuita dei farmaci registrati a livello europeo per il trattamento della malattia di Alzheimer (protocollo ex cronos), e per contro, il raggiungimento di un punteggio al M.M.S.E. inferiore a 10 è considerato uno dei criteri interruzione della terapia farmacologica suddetta.

In sintesi, è bene che il malato ed i familiari siano informati rispetto a questi strumenti che sono a disposizione del medico e dello psicologo, al fine di dare la massima collaborazione agli esperti, che con semplici domande ed nel poco tempo che hanno a disposizione durante le visite in ambulatorio, devono recuperare un insieme di informazioni indispensabili per la corretta presa in carico della persona.

Dr.ssa Paola Milani

Cappelletti di Rossella, Luciana e Anna

Ingredienti (per 10 persone):

- 1 kg di farina;
- 10 uova;
- 3 etti di polpa di maiale;
- 3 etti di petto di pollo;
- 3 salsicce;
- 3 etti di macinato di manzo;
- 1 etto e mezzo di prosciutto cotto tutta una fetta;
- 1 etto e mezzo di mortadella tutta una fetta;
- 3 etti di formaggio grana;
- 1 uovo (per il ripieno)
- Noce moscata q.b.
- Sale q.b.
- Pepe a piacere.

La sfoglia si fa nel solito modo; con il mattarello o con la macchinetta.

In una pentola mettere la polpa di maiale, il pollo, le salsicce con un po' di acqua.

Lasciare cuocere.

Tritare poi il tutto in modo tale che non diventi una poltiglia; aggiungere il prosciutto e la mortadella (sempre tritati), il formaggio grana e la carne di manzo precedentemente fatta rosolare, l'uovo, la noce moscata ed il sale.

Amalgamare bene gli ingredienti con le mani.

Dalla sfoglia ritagliare dei quadratini, su cui andrà posato un po' di ripieno (batù) che poi andranno chiusi a cappelletto.

Servire in brodo o con panna.

Messaggio per i nostri lettori

Presso l'ufficio di AMA è possibile consultare libri e DVD relativi alle malattie degenerative, in particolare l'Alzheimer.

Oltre ad offrire l'opportunità di lettura a prestito, sarebbe desiderabile incrementare la disponibilità dei testi con donazioni da parte dei soci stessi o altri sostenitori di AMA.

In una prossima edizione del nostro periodico informativo daremo spazio ad un elenco di tali pubblicazioni.

Ci piace segnalare, per intanto, il DVD "Una giornata particolare", a cura della Regione E.R., che fornisce esempi pratici di come assistere i malati con disturbi cognitivi gravi.

TESTIMONIANZA

Lettera a mia moglie

Maria, tesoro mio caro, un giorno non lontano Ti farò una bellissima sorpresa perché verrò a prenderTi e, tenendoTi per mano, usciremo insieme per andare finalmente a casa nostra, come tu desideri e ripeti ormai da tanto tempo.

Passeremo per la piazza a vedere le vetrine, a prenderci un gelato al cioccolato che a Te piace tanto, andremo a sederci sulle nostre solite panchine per vedere passare la gente, andremo a ordinare il solito piatto di cappellacci.....

A casa, farai da mangiare e preparerai lo strudel come lo sai fare solo tu...

Poi prenderemo la nostra macchina e ce ne andremo in giro, senza confini o limiti di tempo o di spazio, fino a quando ne avremo voglia....

Saremo liberi. Liberi di andare dove ci porteranno i nostri desideri o i nostri sogni; anche oltre l'orizzonte, fino a confonderci con l'azzurro del cielo e scomparire nell'infinito dove non ci saranno più porte chiuse né dolori né invidie né cattiverie....E non ci lasceremo mai perché nessuno potrà mai più farci del male privandoci della nostra libertà e del nostro amore....

Tu potrai ancora guardarmi negli occhi senza il timore di intravedere in me delle pietose bugie...

E se Ti chiederò di donarmi ancora una volta un attimo del tuo indimenticabile sorriso o la levità e la grazia di una Tua carezza, ci sarà di certo qualche nuvola compiacente pronta a nascondere ad altri un atto d'amore tutto e solo nostro...

E staremo insieme per sempre...anima mia...per sempre...per sempre...ciao, amore mio...

Il Tuo MARIO

1998 - 2013 AMA compie 15 anni

Dignità e rispetto verso i malati e i loro familiari sono valori di base che hanno caratterizzato e caratterizzeranno le attività dell'Associazione. In questi ultimi anni Ama ha aiutato, sostenuto ed accompagnato numerose famiglie durante il lungo e doloroso percorso della malattia con l'obiettivo di migliorare la qualità della vita dell'ammalato e dei suoi famigliari.

Ama ha promosso conferenze di sensibilizzazione, corsi di formazione per famigliari, ha attivato progetti di stimolazione cognitiva rivolto agli ammalati, ha contribuito alla realizzazione dei CaFè della memoria e si impegnerà ancora affinché l'Associazione continui ad essere un punto di riferimento per le famiglie che devono convivere con questa malattia.

Ringraziamo tutti coloro che ci hanno dimostrato solidarietà, dai singoli cittadini alle istituzioni pubbliche e private.

Con la speranza che altri volontari si uniscano a noi, cogliamo l'occasione di queste prossime Festività Natalizie per augurare a tutti i nostri lettori giorni di serenità.

Il Consiglio Direttivo



AMA RINGRAZIA: Il Centro sociale "La Rivana" per averci concesso gli spazi per proseguire il nostro progetto " Per non perdersi" . ● Tutti coloro che hanno offerto un contributo , a vario titolo, in occasione del "Balloons Festival" e in particolare gli organizzatori della manifestazione. ● Tutti coloro che hanno effettuato una donazione in memoria dei loro cari, parenti e/o amici: ROSSETTO Paola, ZACCARINI Florisa, PAVANI Marcellina, BASSINI Ettore e condomini, BOLDRINI Andrea e famigliari, SITTA Anna, PANCALDI Jessica, PEVERIN Stefano, DIPENDENTI della ditta Barilla, BORGATTI M.Pia e condomini, CALASTRINI Fiorella, BOCCAFOGLI Antonella, parenti e amici.



Associazione Malattia Alzheimer

La nostra sede è aperta
il LUNEDI - MERCOLEDI - VENERDI
dalle ore 10 alle ore 12



Associazione Malattia Alzheimer

Sito Internet: www.amaferrara.it • Email: amaferrara@viverelamemoria.it

• Conto Corrente CARIFE Agenzia N°1: 10958/4

IBAN IT31 T061 5513 0010 0000 0010 958

Conto Corrente postale: 54278379 • IBAN IT32 H076 0113 0000 0005 4278 379

INIZIATIVE

Continuano le attività dedicate agli anziani e ai loro famigliari, denominate **"CaFè della Memoria"**.

Ricordiamo le date dei prossimi incontri del 2014

**Dalle ore 15 alle ore 18 presso ASP
in via Ripagrande, 5 – Ferrara.**

- 15 gennaio (psicologo)
- 29 gennaio (esperto)
- 12 febbraio (psicologo)
- 26 febbraio (esperto)
- 12 marzo (psicologo)
- 26 marzo (esperto)
- 9 aprile (psicologo)
- 30 aprile (esperto)
- 14 maggio (psicologo)
- 28 maggio (esperto/animazione)

CaFè BARCO

Anno 2014 dalle ore 15 alle ore 18 presso il Centro Sociale di Via Indipendenza, 40 – Ferrara.

- 21 gennaio (psicologo)
- 4 febbraio (esperto)
- 18 febbraio (psicologo)
- 4 marzo (esperto)
- 18 marzo (psicologo)
- 01 aprile (esperto)
- 15 aprile (psicologo)
- 06 maggio (esperto)
- 20 maggio (psicologo/animazione)

Si segnalano anche le analoghe attività presso il Centro Sociale "Parco Verde" di Copparo (tel. 0532-871610) e presso la "Fondazione Zanandrea" di Cento (cell. 328-9237546)

MERCATINO DI NATALE

Dal 7 al 23 dicembre prossimo presso la nostra sede sarà allestito il "Mercatino di Natale"
– Le giornate di apertura saranno:

- sabato 7 – 14 e 21
dalle ore 10.00 alle ore 12.30
e dalle 14.30 alle 18.30
- domenica 8 – 15 e 22
dalle ore 14.30 alle ore 18.30
- lunedì- mercoledì e venerdì dalle
ore 10.00 alle ore 12.00 consueto
orario di apertura al pubblico.
Tel. 0532.792097
Cell. 338.7918874
Fax 0532 799552
Sito Internet: www.amaferrara.it
Email:
amaferrara@viverelamemoria.it

IMPORTANTE

Per sostenere l'Associazione
POTETE:

- rinnovare la quota associativa di Euro 15,00
- presentare nuovi soci
- dedicare un po' del vostro tempo alla realizzazione delle nostre attività
- donare il **5 x 1000**
Basta mettere la propria firma nel riquadro dedicato al sostegno al VOLONTARIATO e scrivere il seguente CODICE FISCALE:

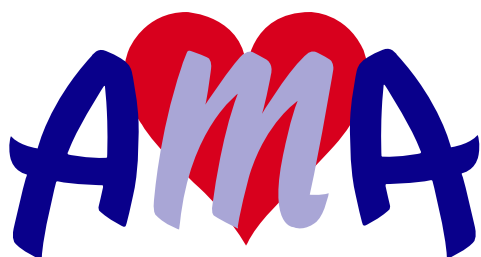
93062440388

Si ricorda che le erogazioni liberali effettuate tramite assegno, bonifico bancario o bollettino postale sono detraibili presentando la ricevuta del versamento.

RICORDATE

• Il primo mercoledì di ogni mese si tengono gli incontri del gruppo di AUTO-AIUTO, dalle ore 14,30 alle 16,30, presso la sala Romagnoli di Via Ripagrande 5.

• E' sempre disponibile il servizio gratuito di **Supporto Psicologico e Legale** : per usufruirne è sufficiente rivolgersi nei giorni di apertura della sede, anche telefonicamente, ai nostri volontari che vi metteranno direttamente in contatto con la Psicologa ed il Legale.



Associazione Malattia Alzheimer

Ferrara - Via Ripagrande, 5

Tel. 0532.792097 - Fax 0532.799552

Cell 338.7918874

Email: amaferrara@viverelamemoria.it

Sito Internet: www.amaferrara.it

CF 93062440388