



Incontrare persone
on una forma di
demenza

Sia privatamente che per lavoro capita di incontrare persone malate di Alzheimer o di un'altra forma di demenza. Per poterle capire e sostenere in modo adeguato è importante sapere in quale modo la malattia si manifesta. Una comprensione per i bisogni delle persone affette contribuisce a permettere loro di avere un ruolo attivo all'interno della società.

Questo opuscolo è indirizzato a familiari, vicini, conoscenti e persone interessate, che nella vita di tutti i giorni o sul lavoro incontrano persone affette da demenza.

Che cos'è **la demenza?**

Demenza è il termine generico per varie malattie cerebrali che si manifestano con sintomi simili, quali perdita della memoria e dell'orientamento e/o disturbi del linguaggio e del pensiero logico. Possono verificarsi anche cambiamenti nella personalità e nell'umore. Nel linguaggio comune questo termine può essere usato anche con un'accezione negativa, ma

dal punto di vista medico è comunque quello corretto, che l'OMS impiega per designare la malattia. Con circa il 60% dei casi, l'Alzheimer è la forma più comune. Altre forme sono, per esempio, la demenza vascolare, la demenza frontotemporale oppure la demenza a corpi di Lewy. Come sinonimo di demenza viene utilizzata anche l'espressione «disturbi neurocognitivi».

Quali sono i possibili **segni riconoscibili** di una demenza?

La persona...

- fa fatica a memorizzare nuove informazioni
- si dimentica spesso di appuntamenti o si scorda di eventi ai quali ha partecipato
- mostra un comportamento strano
- non trova le parole giuste o confonde termini
- ripete più volte domande alle quali ha già ricevuto risposta
- dà risposte inadeguate alle domande

- fa sempre più fatica a seguire un discorso o evita di parlare
- non riconosce più persone, oggetti o luoghi familiari
- fa fatica a svolgere attività che prima le riuscivano in modo facile
- ha problemi a orientarsi nel tempo e nello spazio
- mostra cambiamenti nell'umore
- reagisce con paura alle attenzioni altrui
- è sospettosa o dà la colpa delle cose ad altre persone
- appare demotivata o chiusa in sé stessa
- appare trascurata o vestita in modo inappropriato per la stagione

Incidenza delle forme di demenza

in Svizzera nel 2022 vi erano circa 150 000 persone affette da Alzheimer o da un'altra forma di disturbo neurocognitivo. E ogni anno vi sono circa 32 200 nuovi malati. Di essi più o meno la metà non riceve una diagnosi medica.

Il maggior fattore di rischio per una malattia demenziale è l'età. Se nella fascia d'età tra gli 80 e gli 84 anni si stima che 1 persona su 8 sia affetta dalla malattia, nella fascia d'età tra

gli 85 e gli 89 anni saliamo a 1 persona su 5, mentre arriviamo a quasi 1 persona su 2 una volta superati i 90 anni. La demenza colpisce più le donne degli uomini. Il 5% di tutte le persone affette da demenza si ammala prima dei 65 anni.

A causa dell'invecchiamento della popolazione, il numero di persone affette da demenza dovrebbe più che raddoppiare entro il 2050.

Fonte: Alzheimer Svizzera (2022) – Demenza in Svizzera 2022: cifre e fatti

Consigli per avvicinarsi alle persone affette da demenza

I malati spesso desiderano vivere il più a lungo possibile in modo indipendente e autodeterminato nel loro ambiente familiare. Tuttavia, a causa della loro condizione, possono avere sempre più difficoltà nel gestire le faccende quotidiane, come comprare

un biglietto per il treno o trovare un prodotto nel negozio di alimentari. Prestando attenzione e offrendo loro il vostro sostegno, potrete contribuire a facilitare la loro partecipazione attiva nella società.

10 consigli per avvicinarsi alle persone affette da demenza

1. Avvicinatevi frontalmente
2. Cercate il contatto visivo con un sorriso
3. Parlate in modo calmo, lento e chiaro
4. Formate frasi corte e facili, che contengono una sola informazione o una sola domanda
5. Ponete domande alle quali si può rispondere solo con un sì o con un no
6. Ascoltate attentamente la persona
 7. Non correggete frasi sbagliate o incomprensibili
8. Date importanza ai problemi e ai sentimenti della persona malata
9. Non prendete sul personale possibili accuse
10. Rimanete calmi e non fate cose di fretta

I tre stadi di una demenza

/ Demenza leggera

Limitazioni cognitive non ancora estese:

- la persona dimentica eventi recenti o nuove informazioni
- fa fatica a orientarsi nel tempo e nello spazio
- denota capacità comunicative limitate, ripete le stesse frasi o non trova le parole giuste
- vive con fatica la quotidianità e tende a isolarsi

In questo stadio i malati vivono per lo più a casa, a volte da soli, e hanno bisogno di aiuti specifici.

/ Demenza moderata

Limitazioni più importanti:

- la persona denota difficoltà sempre maggiori a riconoscere familiari e persone vicine
- tende a perdersi all'interno dell'ambiente familiare
- è irrequieta e ha bisogno di muoversi molto
- è svogliata, si ritira in sé stessa, ha sbalzi d'umore e reazioni esagerate

In questo stadio i malati possono ancora vivere a casa, ma necessitano di cure quotidiane.

/ Demenza grave

Limitazioni molto estese e gravose:

- la persona non si riconosce
- non è quasi più in grado di comunicare in modo verbale [se non tramite grida]
- è preda di deliri e allucinazioni
- fa fatica a muoversi e rischia di cadere
- è incontinente e ha problemi di deglutizione
- è intrappolata nel proprio mondo

In questo stadio i malati necessitano di cure continue.

Informazioni e sostegno

Su alz.ch **trovate ulteriori informazioni e pubblicazioni gratuite e gli indirizzi di tutte le 21 sezioni cantonali** di Alzheimer Svizzera. Con un largo ventaglio di offerte di sostegno e di sgravio, le sezioni cantonali sono presenti a livello regionale fornendo un servizio a tutte le persone affette da demenza e ai loro familiari. Per usufruire di consulenze personali sul tema della demenza potete chiamare il Telefono Alzheimer oppure rivolgervi alla sezione del vostro cantone.

Naturalmente potete anche **diventare membri della nostra organizzazione**, per telefono oppure online.

Con la **vostra donazione** ci aiutate a rappresentare gli interessi delle persone affette da demenza e dei loro familiari.

IBAN CH33 0900 0000 1000 6940 8

Alzheimer Svizzera

Gurtengasse 3
3011 Berna
info@alz.ch
alz.ch

Consulenza del Telefono Alzheimer: 058 058 80 00
[lun.-ven.: dalle 8 alle 12 e dalle 13.30 alle 17.00]

Questo opuscolo informativo è disponibile anche in francese e tedesco.

Colofone

Edizione e redazione:
© Alzheimer Svizzera 2023