

## Preparare l'entrata in casa di cura

**L'entrata in una casa di cura è generalmente un momento dolorosamente difficile per le persone affette da demenza e i loro familiari curanti. Tuttavia, con l'avanzare della malattia, la casa di riposo o di cura medicalizzata diventano il miglior modo per prendersi cura della persona malata. Dopo tanti anni di vita comune è importante affrontare il passaggio a questa nuova fase della vita con il dovuto anticipo.**

Generalmente, le persone affette da demenza e i familiari curanti vorrebbero poter vivere assieme il più a lungo possibile. Molti familiari si ribellano all'idea di affidare una persona cara alle cure di estranei. Vengono assaliti dai sensi di colpa: non ho sostenuto che sarei stato sempre accanto alla persona malata? Non le ho promesso che non l'avrei mai fatta ricoverare in un istituto? Sorgono i dubbi: ho fallito, ho ceduto troppo presto? Si pensa a come reagirà la persona malata al soggiorno in istituto: si sentirà abbandonata? Si ribellerà? Ci si fa domande sul proprio futuro: potrò permettermi questa spesa? Che ne sarà di me quando all'improvviso mi ritroverò da solo/a? E, non da ultimo, sorgono grosse preoccupazioni riguardo all'istituto: troverò un posto che piaccia anche alla persona malata? Riceverà l'assistenza necessaria? Il personale sarà abbastanza comprensivo e amorevole anche quando la persona malata dovesse diventare difficile da trattare o scortese? Potrò ancora dire la mia o sarà il personale curante a decidere tutto riguardo al mio partner, a mio padre o a mia madre?

### **La vita prosegue in casa di cura**

Il ricovero in istituto sconvolge le abitudini e comporta numerose incognite. Ma a prescindere dalle difficoltà e dai timori che ci assalgono, non dobbiamo dimenticare che oggi esistono case di riposo e di

cura medicalizzate in grado di garantire alla persona affetta da demenza allo stadio avanzato l'assistenza più adeguata.

Dopo il ricovero, i familiari che prima prestavano assistenza al congiunto malato non sopportano più tutto l'onere del lavoro e la responsabilità. Hanno più tempo da dedicare alle attività comuni, come passeggiare, prendersi un caffè o pranzare insieme. Le attività che piacciono a tutti, malati e familiari, occupano più spazio e acquisiscono una maggiore importanza. Si possono addirittura intraprendere nuove attività. Ad esempio, si può organizzare un compleanno nella casa di cura o una piccola gita. Nonostante la persona malata non viva più a casa, avrà ancora molto bisogno delle attenzioni, dell'amore e dell'assistenza dei suoi familiari, pur stando in un istituto! La famiglia resta il punto di riferimento della persona malata.

Il ricovero in istituto può trasformarsi in un'ulteriore e positiva fase della vita per la persona malata e per chi l'assiste. L'ideale sarebbe avere un continuo scambio di esperienze con il personale curante e instaurare con quest'ultimo un rapporto di fiducia.

## Consigli utili per prepararsi al ricovero in casa di cura

**Il familiare curante dovrebbe prepararsi in tempo al ricovero in istituto e non solo quando è totalmente esaurito e sta per entrare in crisi. Chi si occupa di questo in anticipo ha ancora il tempo e l'energia necessari per trovare la soluzione migliore possibile per tutti gli interessati.**

Il ricovero in casa di cura è necessario, quando:

- ▲ la persona malata rappresenta un pericolo per se stessa o per gli altri, ad esempio perché cade ripetutamente, scappa o si addormenta fumando.
- ▲ la persona malata, nonostante la terapia, si comporta in modo molto critico, crea schiamazzi o non riesce a controllarsi, per cui la situazione diventa insostenibile per chi gli sta intorno.
- ▲ la persona malata soffre di problemi fisici o psichici che la terapia non riesce ad attenuare, ad esempio depressione, stati d'ansia, perdita di peso o senso di abbandono.
- ▲ la malattia da demenza provoca conflitti gravi nel rapporto con le altre persone e in seno alla famiglia. I familiari curanti finiscono per perdere la pazienza e capitano reazioni di cui ci si pente in seguito.
- ▲ la malattia da demenza rappresenta una minaccia per la salute dei familiari curanti.
- ▲ non è più possibile prestare le cure e l'assistenza necessarie a casa (assistenza 24 ore su 24, pericolo di cadute, rifiuto di un aiuto esterno).
- ▲ non è più possibile tornare a casa dopo un soggiorno in ospedale, neppure con un aiuto esterno.

### **Prendere una decisione**

Quando la demenza è allo stadio avanzato, la persona malata richiede assistenza e sorveglianza ventiquattrore al giorno. Prima o poi i familiari non ce la fanno più. Occorre dunque riconoscere di aver fatto tutto ciò che era umanamente possibile e che è arrivato il momento di considerare il ricovero in casa di cura.

- ▲ Spetta ai familiari curanti decidere quando sia il momento di ricoverare la persona affetta da demenza. Generalmente quest'ultima non si rende conto della propria mancanza di autonomia. Non comprende la necessità e l'urgenza di tale decisione. Spesso chi non si occupa dell'assistenza in prima persona sottovaluta la fatica.
- ▲ Il medico/La medica di famiglia ha un ruolo fondamentale nella fase decisionale. Contattatelo/a.
- ▲ Parlate del possibile ricovero in casa di cura con tutte le persone curanti e con i familiari più stretti. Il dialogo aiuta a prendere decisioni condivise da tutti.
- ▲ Se possibile, sarebbe opportuna la presenza della persona malata a questa discussione.

### **Scegliere in tempo l'istituto**

Spesso i tempi d'attesa per un ricovero in istituto sono molto lunghi: possono passare anche dei mesi prima che si liberi un posto. Rimandare la scelta dell'istituto potrebbe causare, nell'urgenza di un ricovero, l'impossibilità di trovare un posto adatto. Inoltre, il familiare curante potrebbe non avere più il tempo e l'energia necessari per eseguire una ricerca accurata. Perciò, vale la pena cercare un posto in istituto con un certo anticipo.

- ▲ Riflettete su cosa è importante per la persona malata ma anche per voi. La guida allegata vi sarà di aiuto.
- ▲ Tenete presente che le necessità di una persona affetta da demenza possono cambiare, ad es. una camera semiprivata o, in uno stadio più avanzato, una camera comune può procurare maggiore sicurezza.
- ▲ Fatevi un'idea delle case di cura medicalizzate esistenti nella vostra regione. Idealmente, visitate diversi istituti e fatevi la vostra opinione dell'ambiente e dell'assistenza prestata nei casi specifici di demenza.
- ▲ Informatevi sui costi del soggiorno in istituto e come viene finanziato. La Pro Senectute vi può aiutare.
- ▲ Se possibile, fate in modo che la persona malata si familiarizzi con l'ambiente dell'istituto prescelto. Lasciate che si faccia un'idea del posto. Fate una passeggiata e prendete un caffè con lei nell'istituto che la ospiterà.
- ▲ Molti istituti e case di cura medicalizzate propongono una sistemazione diurna o camere per le vacanze. Approfittate di queste proposte. Si tratta di un'esperienza positiva che faciliterà il ricovero.

Se vi siete accordati col resto della famiglia e con il medico/la medica circa l'assoluta necessità di un prossimo ricovero della persona malata, ma quest'ultima vi si oppone, avete le possibilità seguenti:

### **Preparare in anticipo la persona malata**

Non sono solo i familiari curanti a doversi preparare al ricovero in istituto, ma anche la persona malata. Proprio perché spesso quest'ultima non si rende conto della necessità di questo cambiamento, occorre aiutarla a compiere questo passo.

- ▲ La persona direttamente interessata dovrebbe per quanto possibile poter dire ciò che le sta a cuore circa un futuro ricovero in istituto. Parlatene insieme per tempo.
- ▲ Forse avete promesso alla persona malata che non l'avreste mai ricoverata in un istituto. Cercate di liberarvi dalle promesse fatte, poiché non potete sapere come sarebbero andate le cose.
- ▲ Dite alla persona malata che siete preoccupati per la sua sicurezza. Spiegate come vi sentite e ditele che col passar del tempo non potrà continuare a essere curata a casa.
- ▲ Assicuratevi che la famiglia le starà vicina anche dopo il ricovero in istituto.

- ▲ Può essere utile lasciare che sia il medico/la medica a comunicare alla persona malata la necessità del ricovero in un istituto.
- ▲ Se la persona malata l'ha dimenticata, ripetete la decisione del medico/della medica in modo deciso ma comprensivo.
- ▲ Se la situazione è critica, il medico o la medica può ordinare il ricovero presso una clinica o un istituto, prescrivendo un soggiorno in osservazione o disponendo un ricovero precauzionale.

### **Prima del ricovero in istituto**

Nel frattempo fatevi aiutare approfittando dei servizi di presa in carico e di sostegno in termini di cure e assistenza. Avete queste possibilità:

- ▲ Un servizio di presa in carico vi sostituisce per alcune ore durante il giorno.
- ▲ Servizi di cura e assistenza ufficiali offerti da Spitex pubblici o privati o da assistenti privati.
- ▲ Offerte di presa in carico quali i centri diurni e notturni.

- ▲ Informatevi sui mezzi ausiliari esistenti per problemi specifici e avvaletevene, ad esempio, impiegando un apparecchio di localizzazione se la persona malata ha un gran bisogno di muoversi ed è disorientata.
- ▲ Sfruttate i servizi di presa in carico o di vacanza per i malati offerti dalle case di riposo e dalle case di cura medicalizzate.
- ▲ Le persone malate e i loro familiari curanti possono rilassarsi trascorrendo le vacanze organizzate dalle sezioni di Alzheimer Svizzera. Chiedete informazioni!

Il ricovero in istituto può essere necessario anche più in fretta del previsto, ad esempio dopo una degenza in ospedale. Spesso non si ricevono notizie per mesi dagli istituti presso i quali ci si è iscritti. Tuttavia, improvvisamente può liberarsi un posto e in questo caso dovete prendere una decisione nell'arco di pochi giorni. Siate pronti a effettuare il trasloco. Preparatevi mentalmente al cambiamento di vita che vi aspetta, nonostante al momento vi sia difficile immaginarlo. Informatevi e parlatene con i familiari di altre persone malate: vi incoraggeranno e vi racconteranno dei bei momenti trascorsi in istituto assieme al loro congiunto malato.

#### **Troverete ulteriori informazioni sull'argomento:**

nella « Guida all'entrata in casa di cura » allegata parlando con i gruppi di familiari o con i familiari di persone malate già ricoverate in un istituto presso i consultori cantonali di Alzheimer Svizzera (indirizzi su [www.alz.ch](http://www.alz.ch))  
presso Pro Senectute  
presso l'associazione degli istituti sociali e di cura (informazioni su [www.curaviva.ch](http://www.curaviva.ch))  
presso i servizi sociali cantonali  
negli altri fogli informativi di Alzheimer Svizzera ([www.alz.ch](http://www.alz.ch), « Infoteca »)

**Telefono Alzheimer: 058 058 80 00**  
**Lun. – ven.: ore 8-12 e 13:30-17**

© Alzheimer Svizzera, Berna 2018 (rielaborazione)

Redazione (2008): Jen Haas, staff del Telefono Alzheimer  
Le seguenti persone hanno collaborato alla stesura del presente foglio informativo:

Brigitte Meister, responsabile dell'istituto Altersheim Doldertal (Istituto per persone affette da demenza), Zurigo  
Michael Schmieder, ex responsabile dell'istituto Sonnweid (Istituto per persone affette da demenza), Wetzikon  
Christian Weiler, responsabile della Fondazione Primeroche, Prilly

## Guida all'entrata in casa di cura

### Chiarire le preferenze e le necessità

#### Che cosa è importante per la persona interessata?

- ▲ Ha preferenze personali, particolari esigenze o abitudini (ad es. per quanto concerne l'alimentazione, le cure corporee e il riposo) di cui l'istituto dovrebbe tenere conto?
- ▲ Che cosa gli piace fare? Quali attività dovrebbe potere svolgere in istituto? Ad esempio: girare indisturbato, uscire all'aria aperta, essere coinvolto in cucina, apparecchiare la tavola, dedicarsi al giardinaggio o al bricolage, guardare la televisione, ascoltare musica.
- ▲ In che ambiente si sente particolarmente a proprio agio: in città, in campagna, vicino all'attuale luogo di residenza?
- ▲ Che tipo di istituto preferisce? Un piccolo istituto familiare, uno più grande o uno gestito da ordini religiosi?
- ▲ Per la persona interessata è importante avere una stanza propria o si sentirebbe meglio in una stanza a due letti?
- ▲ In che stadio della malattia si trova la persona interessata? Il suo comportamento crea problemi agli altri? Che tipo di istituto risponderebbe meglio alle necessità legate alla sua malattia?

#### Che cosa è importante per voi familiari?

- ▲ Desiderate visitare regolarmente il congiunto ricoverato? L'istituto deve trovarsi vicino a dove abitate ed essere facilmente raggiungibile?

- ▲ Quali esigenze avete per quanto concerne le attività collettive nell'istituto, come vorreste partecipare alla vita dell'istituto? Vi piacerebbe ad esempio consumare pasti assieme, organizzare feste di famiglia o di compleanno?
- ▲ Quali sono le vostre richieste per quanto concerne le cure e l'assistenza da prestare alla persona interessata? Vorreste che il personale curante tenga conto delle vostre esperienze?
- ▲ Come vorreste essere informati dello stato di salute del vostro congiunto? Vorreste essere informati regolarmente o solo su richiesta o in caso di necessità?

#### Criteri per la scelta dell'istituto

- ▲ L'accoglienza è cordiale e infonde fiducia.
- ▲ Gli ospiti dell'istituto vengono trattati con cordialità e riguardo.
- ▲ L'atmosfera è piacevole e rilassata.
- ▲ L'istituto dispone di mezzi ausiliari che permettono agli ospiti di orientarsi nel tempo e nello spazio. Le toilette e la sala da pranzo sono facili da trovare. I locali sono ampi e luminosi.
- ▲ Gli ospiti dell'istituto possono muoversi liberamente e senza pericoli.
- ▲ Nell'istituto ci sono sedie e panchine un po' ovunque per fare una piccola pausa.
- ▲ L'istituto ha un giardino ben protetto.
- ▲ Le camere possono essere arredate con i propri mobili, oggetti ricordo e di valore affettivo.

- ▲ Si tiene conto delle abitudini, delle preferenze e delle avversioni degli ospiti.
- ▲ Gli orari di riposo e dei pasti sono adeguati alle esigenze personali. I pasti possono essere consumati da soli o in comune.
- ▲ L'istituto propone diverse attività, ad esempio musica e ginnastica.
- ▲ L'istituto consente di consumare i pasti con i familiari e di organizzare festicciole in famiglia.
- ▲ Gli orari di visita rispondono alle esigenze dei familiari. La famiglia e i visitatori possono restare indisturbati con l'interessato in un luogo tranquillo.
- ▲ Per i familiari vengono organizzati incontri informativi e colloqui.
- ▲ Il personale curante è disponibile per uno scambio d'informazioni periodico.
- ▲ Il personale è professionalmente qualificato per curare e assistere le persone affette da demenza. Si applica un programma di cure specifico per le persone affette da demenza.
- ▲ La direzione dell'istituto si prende il tempo necessario per svolgere colloqui e risponde alle vostre domande in modo competente.
- ▲ È possibile discutere apertamente con il personale curante o con la direzione dell'istituto le modalità con cui trattare le persone con alterazioni comportamentali.
- ▲ L'autonomia delle persone ricoverate è favorita dall'istituto tramite mezzi ausiliari. L'istituto evita per quanto possibili provvedimenti che limitano la libertà delle persone ricoverate e accorda a voi familiari il diritto di esprimere la vostra opinione in merito.

- ▲ Il medico dell'istituto è specializzato in geriatria o psicogeriatria. In caso contrario, all'occorrenza, viene consultato uno psicogeriatra.

### Prima di entrare in istituto e il giorno stesso

- ▲ Se possibile prevedete di arrivare in istituto di mattina. In questo modo la persona interessata può familiarizzarsi entro la prima sera con il nuovo ambiente.
- ▲ La settimana precedente, menzionate solo occasionalmente il ricovero in istituto, per evitare timori.
- ▲ Fate in modo che tutto sia pronto la sera prima.
- ▲ Arredate la stanza in modo accogliente, con mobili, oggetti personali e foto ricordo.
- ▲ Cominciate la giornata con calma, datevi tempo e affrontate una cosa alla volta.
- ▲ Spiegate alla persona interessata prima di partire che sta per entrare nell'istituto scelto appositamente per lei.
- ▲ Accompagnatela assieme a un altro congiunto o a un'altra persona di fiducia.
- ▲ Pranzate assieme in istituto e trascorrete il pomeriggio insieme.
- ▲ Prendete commiato dal vostro congiunto in presenza dell'assistente che vi subentrerà.
- ▲ Comunicate alla persona curante o al vostro congiunto quando tornerete in visita.

© Alzheimer Svizzera, Berna 2018 (rielaborazione)

Redazione (2008): Jen Haas, staff del Telefono Alzheimer