

Guida e demenza

La demenza pregiudica l'idoneità alla guida. Chi ne è affetto e i suoi familiari dovrebbero convincersi al più presto che prima o poi il malato non potrà più guidare. Spetta a medici e specialisti consigliare il da farsi e valutare se il paziente può ancora mettersi al volante.

Chi gode di buona salute può guidare l'auto fino ad età avanzata. Nel complesso, gli anziani non provocano più incidenti automobilistici dei conducenti giovani; guidano da molti più anni e dunque sono più esperti oltre che meno spericolati. Tuttavia, esaminando attentamente le statistiche, ci si accorge che a partire dai 75 anni gli incidenti per chilometro percorso aumentano drasticamente¹. Con l'avanzare dell'età le capacità psicofisiche peggiorano con possibili ripercussioni sull'idoneità alla guida. A un generale rallentamento dei tempi di reazione dovuto all'invecchiamento possono sommarsi un indebolimento della vista e dell'udito, malattie cardiocircolari, limitazioni dell'apparato motorio e gli effetti indesiderati dei farmaci assunti.

Prima o poi, dunque, per tutti gli anziani arriva il momento in cui guidare diventa troppo rischioso, tanto più se hanno ricevuto una diagnosi di demenza. Per molti di loro, tuttavia, rinunciare all'auto è difficile perché guidare è sinonimo di mobilità e flessibi-

lità. L'auto è considerata uno strumento importante per continuare a condurre una vita normale e per mantenere la propria autonomia. Per molti, inoltre, l'auto è uno status symbol. Lasciarla in garage e prendere i mezzi pubblici obbliga a cambiare abitudini, cosa che con l'avanzare dell'età diventa sempre più difficile, specie per chi è affetto da demenza.

Riconsegnare la patente significa stravolgere la propria vita quotidiana e quella dei propri familiari. Dunque, prima si affronta il problema e più tempo si avrà nella ricerca di alternative.

¹Casutt, G; Martin, M; Jäncke, L; [2013]. Alterseffekte auf die Fahrsicherheit bei Schweizer Kraftfahrern im Jahr 2010. Zeitschrift für Verkehrssicherheit, 21(1): 84-91.

Continuare a guidare nonostante la demenza? Consigli utili

Quand'è che una persona affetta da demenza dovrebbe smettere di guidare? La risposta a questa domanda varia di caso in caso. Le persone affette da demenza e i loro familiari dovrebbero affrontare l'argomento al più presto. Consultare uno specialista e cercare alternative aiuta a chiarirsi le idee e a prepararsi a fare a meno delle quattro ruote.

La demenza compromette l'idoneità alla guida

Di solito chi è affetto da demenza ha alle spalle decine di anni di esperienza di guida. Ciò significa che ha acquisito una discreta pratica al volante e che manterrà questa sua competenza ancora a lungo. Tuttavia, non basta saper manovrare correttamente un'auto per circolare senza correre rischi. Condurre un veicolo significa trovarsi di fronte a continui imprevisti e dunque essere in grado di reagire adeguatamente a eventuali momenti critici con gesti rapidi e automatici. Il che diventa sempre più difficile per chi è affetto da demenza, perché le sue prestazioni cognitive vengono progressivamente meno. D'altro canto, la rete stradale e il traffico si fanno sempre più intensi, per cui guidare diventa sempre più impegnativo. Ecco alcune situazioni in cui un malato di demenza può trovarsi in difficoltà:

- programmare, adeguare, modificare a seconda delle circostanze, controllare ed eseguire le giuste manovre nel traffico. Il che significa interpretare correttamente ciò che avviene in strada e orientarsi nello spazio [ad esempio, saper raggiungere una determinata destinazione, valutare correttamente la distanza dagli altri utenti della strada o la velocità delle altre auto];
- rimanere attenti, mantenere il controllo della situazione;
- adeguare il proprio stile di guida al traffico, interpretare nel modo giusto le diverse situazioni in strada ed essere rapidi nella reazione;

- accorgersi di segnali stradali, situazioni del traffico, pedoni e altri utenti della strada, valutare tutto correttamente e agire di conseguenza.

Riconsegnare volontariamente la patente?

Spesso le persone affette da demenza e i loro familiari si domandano se chi ha problemi di memoria o, appunto, di demenza possa continuare a guidare l'auto e, in caso affermativo, fino a quando. Non esiste una risposta universalmente valida. L'idoneità alla guida di chi ha ricevuto una diagnosi di demenza va valutata caso per caso. Se la demenza è allo stadio iniziale, medici specializzati possono consigliare i diretti interessati e i loro familiari, testare l'idoneità alla guida del paziente e in seguito verificarla periodicamente, fermo restando che la responsabilità personale sancita per legge vale anche per i malati di demenza e i loro familiari. È consigliabile, dunque, riconsegnare la patente al momento giusto; meglio anticipare che tardare. È bene chiedere consiglio al proprio medico curante, che può anche prescrivere ulteriori accertamenti.

Le situazioni seguenti fanno comprendere che è giunto il momento di riconsegnare volontariamente la patente o di sottoporsi a un test di idoneità:

- il conducente è spesso agitato e insicuro nel traffico stradale;
- lo è in particolare nelle zone che non conosce bene o su tragitti familiari dove però è cambiato qualcosa, ad esempio dove è stato aperto un cantiere;
- non trova la strada o ha bisogno che qualcuno gli dica come arrivare da un posto all'altro;
- sempre più spesso confonde la destra con la sinistra, guida in mezzo alla strada, passa col rosso o non dà la precedenza, svolta improvvisamente,

non bada ai cartelli stradali, guida troppo velocemente o troppo lentamente, frena di colpo, confonde freno e acceleratore ecc.;

- ha tempi di reazione lunghi o va in confusione agli incroci o al semaforo;
- gli capitano piccoli incidenti o si riscontrano piccole ammaccature sull'auto, ad es. danni da parcheggio.

Spesso, proprio a causa della demenza, per il diretto interessato non è facile valutare da solo se è ancora in grado di guidare in modo sicuro. Se, ad esempio, i familiari notano che è sempre più incerto nel traffico stradale, dovrebbero cercare di parlare apertamente con lui delle sue difficoltà senza però assumere toni di rimprovero.

In questi casi, per capire se è giunto il momento di prendere provvedimenti, basta chiedersi: «Lascerei che mio figlio salisse in auto con lui/lei?». Se la risposta è «no», occorre urgentemente convincere l'interessato a riconsegnare volontariamente la patente o quanto meno a sottoporsi a una visita medica per accertare la sua idoneità alla guida.

Accertare l'idoneità alla guida

In generale, gli anziani che non si sentono più sicuri al volante possono recuperare lo smalto perduto o migliorare la propria capacità di reazione iscrivendosi ai corsi di aggiornamento e di addestramento alla guida offerti dalle associazioni dei trasporti o rivolgendosi ai consulenti per automobilisti senior dell'Associazione Svizzera dei Maestri Conducenti.

- Quando guidare diventa un problema, se ne può parlare direttamente col medico di famiglia. Riferitegli apertamente le insicurezze che provate quando siete al volante o che avete notato in un familiare alle prese col traffico stradale. Il medico eseguirà dei test e, in caso di dubbio, farà sottoporre l'interessato a ulteriori accertamenti in una

clinica della memoria o in un centro specializzato. Anche il diretto interessato può sentire il bisogno di sottoporsi a ulteriori accertamenti se ritiene che il problema segnalato sia stato sottovalutato.

- Attualmente in Svizzera, superati i 75 anni, gli automobilisti devono sottoporsi a una visita medica di controllo ogni due anni. A metà del 2016 sono entrati in vigore nuovi requisiti medici minimi per gli automobilisti. Il nuovo regolamento cita espressamente diversi sintomi di demenza. Se il medico che ha eseguito la visita di controllo ha dubbi circa l'idoneità alla guida del paziente, secondo il nuovo regolamento deve comunicarlo all'autorità, dopo di che verrà eseguita un'altra valutazione ad opera di un medico ancora più qualificato o dello specialista. Se l'automobilista non è più idoneo alla guida, il medico tenterà di convincerlo a rinunciare volontariamente alla patente.
- Se il paziente non rinuncia volontariamente alla patente, il medico può giustamente segnalarlo all'Ufficio della circolazione stradale. Di norma questo ufficio avvia un accertamento medico cui, a seconda dell'esito, segue una prova ufficiale su strada. I costi di questi accertamenti sono a carico dell'interessato.

In ogni caso, la cosa più semplice da fare è rinunciare volontariamente alla patente di guida. A tale scopo, è necessario sottoscrivere una dichiarazione di rinuncia e inviarla all'Ufficio della circolazione stradale cantonale. I moduli sono disponibili presso tale ufficio e possono essere scaricati anche da Internet.

Che cosa possono fare i familiari curanti quando l'interessato non ne è più consapevole?

Per una persona affetta da demenza non sempre è facile capire da sola se è ancora in grado di guidare un veicolo e se mettersi al volante è un rischio per sé e per gli altri. Talvolta non serve più nemmeno discuterne con calma e questo può essere molto stressante per i familiari curanti.

Se la persona affetta da demenza guida in maniera pericolosa ed è diventata irragionevole, i suoi familiari possono andare a parlare direttamente col medico e illustrargli le loro osservazioni, inizialmente anche senza l'interessato. C'è anche la possibilità di fare una segnalazione all'Ufficio della circolazione stradale, misura che spesso, tuttavia, può rovinare i rapporti tra il malato e i suoi familiari e che dovrebbe costituire solo l'ultima ratio. Su richiesta, l'autorità può mantenere segreto il nome della persona che ha inoltrato la segnalazione.

Spostarsi senz'auto

Prima o poi una persona affetta da demenza dovrà riconsegnare la propria patente. Questo sarà un momento difficile. Ma prima si entra in quest'ordine di idee, più tempo si ha per organizzarsi e abituarsi a una vita senz'auto. Cosa fare per agevolare questo passaggio:

- abituatevi a prendere più spesso l'autobus o il treno; provate a svolgere le vostre attività abituali anche senza l'auto;
- sappiate che un ergoterapista può aiutarvi a impraticarvi nell'uso dei mezzi pubblici;
- spesso quando è necessario spostarsi in auto, potete mettervi d'accordo con i vostri familiari o anche con altre persone al di fuori della famiglia; magari qualcuno può darvi un passaggio;
- fatevi consegnare la spesa a domicilio; forse il vostro negozio di fiducia offre questo servizio o qualche vicino è disposto ad aiutarvi a fare la spesa. Con Migros e Coop potete comprare anche online e farvi portare la spesa a casa (leshop.ch/coopathome.ch);
- alcune organizzazioni (Pro Senectute, Croce Rossa Svizzera e servizio Spitex) offrono servizi di trasporto; informatevi anche sul servizio taxi e sui servizi di trasporto eventualmente offerti dal vostro Comune;

- in alcuni casi vengono concesse agevolazioni sui costi di trasporto e di viaggio. Ne è un esempio la carta di legittimazione per viaggiatori disabili [carta di accompagnamento]. Per maggiori informazioni in merito vi rimandiamo al nostro foglio informativo «Esigenze finanziarie legate alla demenza»;
- rinunciare all'auto ha anche i suoi vantaggi: eliminerete alcune voci di spesa, non dovrete più affannarvi nella ricerca di un parcheggio né portare l'auto a fare il tagliando, non resterete più imbottigliati nel traffico ecc. E con il denaro risparmiato potrete prendere più spesso il taxi.

Per ulteriori informazioni

Medici e psicologi autorizzati: medtraffic.ch/it/

Clinica della memoria: swissmemoryclinics.ch

Uffici della circolazione stradale Svizzera: asa.ch/it/

Avete bisogno di una consulenza personale per la vostra situazione individuale?

I consulenti specializzati del Telefono Alzheimer rispondono a tutte le vostre domande sulla demenza.

Telefono Alzheimer: 058 058 80 00

Dal lunedì al venerdì: ore 8–12 e 13:30–17

Anche le 21 sezioni cantonali di Alzheimer Svizzera sono a vostra disposizione nella vostra zona.

Contattateci su alz.ch.

Colophon

Redazione ed editrice:
Alzheimer Svizzera

Comitato scientifico:

Dr. med. Rolf Seeger, medicina generale, medico del traffico SSML