

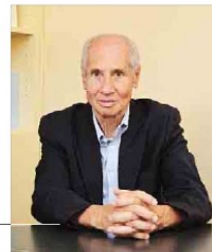
dell'Ubalda Girella

IL CASO

Le strategie per affrontare i problemi del prolungarsi del confinamento in casa



A destra Sandro Feller Silvia Osvald, presidente e vicepresidente dell'Aima (Associazione italiana malati Alzheimer) che ha sede a Rovereto



Alzheimer, richieste d'aiuto

BARBARA GOIO

Essere bloccati in casa è dura per tutti, ma ancora di più per chi non capisce il perché ed è profondamente legato alla sua routine. Le richieste di aiuto che in questi giorni sono arrivate all'Aima - Associazione malati Alzheimer di Rovereto sono tante e diverse, e tante e diverse sono le risposte che possono arrivare.

Sandro Feller, presidente Aima Rovereto, nel cda della Vannetti e per anni neurologo a Milano, cosa sta accadendo con il prolungarsi dell'isolamento forzato?

«Il contagio peggiora la qualità della vita di tutti, ma è particolarmente duro per i disabili. L'Alzheimer ha diverse fasi: si parte da una prima perdita delle funzioni cognitive per arrivare ai disturbi comportamentali e infine alla fase finale di carattere organico, quando i malati hanno difficoltà a muoversi e parlare. Ogni fase ha problemi caratteristici e se nelle situazioni più lievi è difficile far capire il perché delle misure di contenimento del contagio, per il fatto che chi soffre di demenza non riesce a fissare i concetti nella memoria, più avanti insorge il problema del wanderung, del vagabondaggio; c'è l'esigenza di uscire ma non si può. E quando al malato di Alzheimer viene negato qualcosa, scatta l'aggressività, che può diventare anche violenta. Si instaura una situazione di grande sofferenza che coinvolge il malato e la famiglia». **Eppure il movimento è importante...**

«Visto che non esistono farmaci in grado di bloccare la malattia, tra le terapie c'è proprio il consiglio di fare passeggiate all'aria aperta, abituarsi ad una ginnastica leggera. Certo mantenendo le distanze e usando le precauzioni del caso. Anche se poi gli anziani spesso hanno problemi di sordità e allora tendono ad avvicinarsi alle persone». **Che strategie adottare allora?**

«Purtroppo non esiste un decalogo, ogni situazione è a se stante e va gestita con la collaborazione della famiglia, delle istituzioni e delle associazioni come la nostra: sul nostro sito ci sono i recapiti di chi può dare una mano. Per esempio nei casi più semplici è possibile fornire un supporto riabilitativo a distanza con esercizi mirati a stimolare le capacità cognitive. Anche



l'alimentazione va particolarmente curata e, se possibile, una buona idea è assistere queste persone cercando di arricchire la loro vita con racconti, letture ed esercizi di ripetizione mnemonica».

Che problemi insorgono con i caregiver? «Chi assiste i malati, a sua volta ha bisogno di sostegno, aiuto, consigli e anche conforto, perché spesso ci si sente soli. I familiari hanno un ruolo fondamentale, e anche le badanti: certo se deve scattare la quarantena, i problemi si moltiplicano e diventano di difficile soluzione».

Spesso questi anziani vivono con la tivù che parla in continuazione del virus...

«Le notizie reiterate non aiutano, anzi creano ansia. Vanno date in maniera chiara, con parole semplici: se vengono comprese, bene. Altrimenti non serve a nulla continuare a ripetere le stesse cose, magari con toni sensazionalistici ma senza una chiarezza di fondo».

EPIDEMIE

«Sono utili i ricordi del passato»

«Rievocare la Spagnola o l'Asiatica»

«Ma perché devo stare chiuso in casa?». I malati di Alzheimer, e anche gli anziani che soffrono di demenza, ripetono all'infinito questa domanda, e anche se sembra che capiscano la necessità di difendersi dall'epidemia, dopo qualche minuto dopo hanno già scordato tutto. E ricominciano: «Ma perché devo stare chiuso in casa?». «Questo è uno degli aspetti di questa situazione - spiega Silvia Osvald, vicepresidente dell'Aima - Associazione italiana malati di Alzheimer di Rovereto - e ci vuole tanta tolleranza, rispetto, pazienza, e anche persuasione, consapevoli che la memoria è compromessa e quindi l'isolamento poi ritorna». «Abbiamo notato - precisa Sandro Feller, presidente Aima Rovereto - che per i malati è molto difficile comprendere qualcosa di inconsistente come il contagio, ci vuole una capacità di astrazione e immaginazione che molti hanno perduto. Non è un evento concreto come un'acquazzone: il contagio non si vede e non si sente. A questo punto, visto che i pazienti hanno memoria del passato, si può provare a parlare di similitudini con la Spagnola o con l'Asiatica, esperienze che molti hanno ancora presente. Capita che riconscano più queste epidemie del passato, che il Coronavirus di oggi».

#iorestoacasa/1 | Roberto Veronesi, Provincia

«Ce la faremo ma sto soffrendo per la strage avvenuta a Bergamo»

Roberto Veronesi è il capo di gabinetto dell'assessore provinciale Achille Spinelli, appartiene quindi a quella categoria di funzionari la cui presenza è ritenuta indispensabile al lavoro anche nell'emergenza. Ha trascorso gli ultimi 18 anni a Bergamo e il marito che sta subendo la città lo sta provando particolarmente. «Vedere le immagini della tragedia bergamasca mi ha lacerato il cuore, i luoghi dove ho vissuto attraversati dalle colonne militari con i feretri è un'immagine devastante, un pugno nello stomaco. I bergamaschi sono gente di montagna, operosa, seria e determinata, infaticabili lavoratori ma noi trentini non siamo da meno, un esempio per l'Italia, stiamo dimostrando una forza e coesione sociale incredibile e sicuramente il nostro governo provinciale è vicino alla gente e alle imprese».



Come passa le sue giornate? «Sono lunghe e trascorrono nei corridoi deserti del palazzo al Centro Europa con l'assessore Spinelli e la dirigente generale Pedron, le agende sono tutte "saltate" e si programma tutto di ora in ora, ovviamente solo in videoconferenza». **I suoi figli come la vivono?** «Hanno vent'anni e il lockdown è un'esperienza mai nemmeno immaginata, per fortuna sono nativi digitali e la rete agevola molto le loro relazioni in questo periodo, vivono praticamente online». **Lanci un messaggio.** «Ce la faremo sicuramente ma nulla sarà più come prima. Dobbiamo trovare gli stimoli per ritornare a vivere».

#iorestoacasa/2 | Marco Petrolli, cantante lirico

«Faccio ordine, canto, mi alleno Mi dispiace per chi non lavora»

Marco Petrolli è un cantante lirico (diplomato come basso ora è principalmente un contraltista, ed ha partecipato a tutte le produzioni operistiche del Centro Santa Chiara a partire dal 1998), un appassionato podista (si allenava regolarmente e faceva gare), e anche un ottimo cuoco.



Come sta andando? «Quando non lavoro, ne approfitto per riordinare casa, pulire dove non ho mai pulito... e gettare via un'enorme quantità di cose». **Ti pesa non poter correre?** «Certo. La primavera è la stagione ideale per muoversi. E poi abito in centro e allora non mi va di andare a fare il giro dell'isolato: se lo facessero tutti, sarebbe un bel guaio. Mi esercito sulle scale, e poi cerco di allenarmi in casa: in questo momento è essenziale rispettare le regole». **Ti stai esercitando anche con il canto?** «Avremmo un'operetta in cartellone a fine aprile, ma ovviamente è tutto da decidere. Intanto però continuo con la lirica: in questo momento mi dedico alla musica antica, il Messiah di Handel, Purcell, il Magnificat di Bach». **E il pane in casa?** «Purtroppo, dopo anni, tre mesi fa ho gettato la pasta madre!». **Un messaggio?** «Bisogna avere pazienza. E poi mi dispiace per chi non lavora: stare a casa sono capaci tutti, ma per chi non ha la possibilità di guadagnare, adesso è davvero dura».

#iorestoacasa/3 | Cinzia Zandonai, Serendipity

«Occasione per capire molte cose vedere il futuro con occhi diversi»

Cinzia Zandonai, attiva su più fronti, dalla gestione del Serendipity Bistrot all'organizzazione di eventi, è a casa a Rovereto con la famiglia. **Come vivi questo momento?** «Ad essere sincera non mi pesa: sono giornate piene in cui non c'è spazio per la noia. Sono qui con figli e nipote e ognuno fa sempre qualcosa: leggiamo libri, si seguono corsi online, faccio ginnastica. Ho la fortuna di avere un giardino, e questo è di grande aiuto. E poi c'è una bellissima novità, domenica sono diventata nonna: non ho potuto vedere la mia nipotina ma lei sta bene, ed è la prova che la vita continua».



Insomma sei impegnata... «Il locale è chiuso, ma c'è comunque un bel po' da fare per la gestione dei dipendenti. Inoltre continuiamo a tenere attive le pagine Instagram e Facebook, e anche il sito dove c'è un blog con ricette, libri di viaggi. Da una parte è bello avere del tempo anche solo per stare con i figli, dall'altra resta l'incertezza per il lavoro. Comunque i progetti per la riapertura ci sono, e anche per il Festival Vintage». **Il futuro?** «Tante cose saranno diverse: quest'esperienza ci sta insegnando ad andare oltre la burocrazia, a capire il valore aggiunto delle cose. Ora è fondamentale restare a casa. E questa che ci sembra una privazione della libertà va vista come un'azione virtuosa, perché tutti possano essere davvero liberi».