

## INDAGINE CONOSCITIVA SUGLI INTERVENTI PSICOSOCIALI DA REMOTO USUFRUITI DAI CAREGIVERS FAMILIARI NEL PERIODO MARZO-GIUGNO 2020

### Estratto

La Rete Alzheimer del Comune di Milano coordina, dal 2013, servizi e interventi psicosociali in ogni Municipio della città, in collaborazione con il Terzo Settore i cui operatori sono psicologi, educatori, fisioterapisti, psicomotricisti, volontari.

Per non creare discontinuità nel supporto e nell'assistenza alle persone con demenza e ai loro caregivers, nel periodo di maggiore gravità della pandemia da SARS-Cov2 la Rete ha promosso immediatamente importanti rimodulazioni con modalità a distanza dei Servizi e degli Interventi:

- una Linea Telefonica per tutta la città (numero verde 800 684839)
- Centri di Psicologia per l'Anziano e l'Alzheimer, uno in ogni Municipio, per consulenza e percorsi di psicoeducazione e sostegno fino a 10 incontri
- tre Centri di Incontro, ciascuno tre mattine a settimana
- Interventi Psicosociali e Alzheimer Café, entrambi in ogni Municipio

Tra gli strumenti da remoto vi sono piattaforme per videoconferenza (come Zoom e Skype), WhatsApp, materiali audio-video, social network (come Facebook), contatti telefonici, fino alla posta cartacea. Tutti gli Enti hanno offerto supporto alle famiglie per superare le difficoltà nell'uso di questi strumenti.

A luglio, dopo circa quattro mesi di attività a distanza, il Comune di Milano in sinergia con gli Enti ha condotto un'indagine conoscitiva sull'uso degli strumenti da remoto.

Il campione di 88 famigliari-caregivers, che ha risposto a un questionario *ad hoc*, era formato per la maggior parte da coniugi (53,4%) e figli (36,4%), per lo più conviventi con la persona curata (70,5%).

Si conferma che sono le donne nel 70 % dei casi le caregivers principali, mentre non vi è differenza di sesso nella popolazione dei malati.

I risultati dell'indagine, riportati con maggiori dettagli anch'essi nella sezione "Allegati", offrono spunti e suggerimenti per l'arricchimento della Rete.

I caregivers hanno per esempio apprezzato le videoconferenze in Skype e Zoom (72,7% degli intervistati). Il dato è incoraggiante perché dimostra consuetudine con la tecnologia anche nella popolazione degli anziani. E' chiaro che i pazienti con decadimento cognitivo abbiano mostrato fragilità cognitive soprattutto nel mantenimento dell'attenzione. Tuttavia, il giudizio complessivo è di soddisfazione e di apprezzamento per l'efficacia. I famigliari segnalano in particolare, che il supporto ha ridotto il senso di isolamento e solitudine (soprattutto per quelli che convivono con il malato), l'utilità del confronto con gli operatori e la possibilità di ricevere informazioni.

Per quanto riguarda i pazienti con decadimento cognitivo, i caregivers hanno riscontrato l'utilità delle stimolazioni fornite che hanno facilitato l'impiego razionale del tempo, migliorato l'interazione sociale e ridotto l'agitazione (dato riferito, in particolare, dai famigliari conviventi).

Circa il 20% suggerisce una maggiore frequenza degli interventi.

Con significative azioni da remoto si è mosso anche, a titolo di esempio, lo Sportello Alzheimer interno all'Ospedale Niguarda, che partecipa alla Rete Alzheimer, organizzando la sua attività in sinergia con il CDCD Centro di Neuropsicologia Cognitiva sito all'interno della stessa struttura. In particolare, le varie attività già in essere relative al supporto dei caregivers e agli interventi di stimolazione cognitiva per persone con disturbo cognitivo lieve (*Mild Cognitive Impairment*), con l'introduzione di colloqui telefonici e piattaforme di videoconferenza selezionate sulla base della competenza dei richiedenti.

Pur nell'auspicio di riprendere le attività in presenza, alla luce dell'incertezza attuale, la modalità mista con interventi sia in presenza sia a distanza rappresenta senza dubbio una strategia promettente.