

# Gestire i cambiamenti: le capacità comunicative

Disponibile anche in inglese | Also available in English

Questo materiale è stato preparato per la comunità italiana e alla sua realizzazione hanno contribuito caregiver di persone con demenza facenti parte della comunità italiana in Canada. Per “caregiver” s’intende un membro della famiglia, un amico o un’altra persona che assiste una persona che convive con la demenza.

## Questa guida fornisce informazioni su:



Le più comuni alterazioni delle capacità comunicative delle persone con demenza, e le relative strategie a disposizione loro e dei caregiver



La terapia del linguaggio



## Alterazioni delle capacità comunicative

Le persone che vivono con la demenza vanno spesso incontro a cambiamenti nella loro capacità comunicative. Questi possono manifestarsi con la difficoltà a trovare le parole, a ricordare nomi e altri dettagli, e per coloro che sono bilingui, con la perdita della capacità di comunicare nella seconda lingua. Al riguardo esistono strategie e servizi che possono aiutare.

Cose che potrebbero essere notate:	Strategie per quanti vivono con la demenza:	Strategie per i caregiver
<p><b>Difficoltà a trovare la parola giusta</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Indicare o simulare l'azione. Per esempio, se non viene in mente la parola "spazzolino", fare il gesto di lavarsi i denti.</li> <li>● Se non si trova la parola giusta, descriverne il significato.</li> <li>● Prendersi il tempo necessario. Se ci si sente incalzati diventa più difficile farsi venire in mente le parole.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Dare tempo alla persona e ascoltare pazientemente.</li> <li>● Avere un atteggiamento "centrato sulla persona", adattandosi a ciò di cui la persona ha bisogno in quel momento. Ad esempio, a volte è meglio limitarsi ad ascoltare, altre è utile suggerire una parola.</li> <li>● <b>Evitare</b> di correggere la persona, a meno che questa non chieda aiuto</li> </ul>

Cose che potrebbero essere notate:

Strategie per quanti vivono con la demenza:

Strategie per i caregiver

Ripetizione di frasi e domande

- Servirsi di ausili per la memoria. Ad esempio, quaderni, calendari, lavagne e orologi di grandi dimensioni.
- Annotare le risposte alle domande più frequenti così da poterle poi consultare. Ad esempio, "Il tennis è fissato martedì a mezzogiorno".

- Rispondere alle domande con pazienza
- Cercare di reindirizzare l'interlocutore verso un nuovo argomento o un'altra attività.
- **Evitare** di farsi prendere dalla frustrazione o di dire alla persona che continua a ripetersi

Cose che potrebbero essere notate:	Strategie per quanti vivono con la demenza:	Strategie per i caregiver
<p><b>Difficoltà a ricordarsi i nomi o altre informazioni importanti</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Portare con sé un elenco di nomi di persone che parteciperanno a un evento.</li> <li>● Chiedere a un amico o a un familiare di rammentarvi i nomi.</li> <li>● In occasione di colloqui importanti, come le visite mediche, portare con sé un elenco di punti di discussione/domande.</li> <li>● Per ricordare i dettagli di una conversazione, prendere appunti o chiedere di poterla registrare.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Presentare sé stessi e le altre persone presenti. Ad esempio, "c'è vostro nipote Matteo".</li> <li>● Dare all'interlocutore informazioni che gli forniscano un senso di orientamento. Ad esempio, "la casa di tua sorella a Calgary".</li> <li>● Chiedere alla persona in che modo la si può aiutare. Ad esempio, prendendo appunti durante gli appuntamenti.</li> <li>● <b>Evitare</b> le domande che richiedano all'interlocutore di ricordare qualcosa. Ad esempio, "si ricorda il mio nome?".</li> </ul>

Cose che potrebbero essere notate:

Strategie per quanti vivono con la demenza:

Strategie per i caregiver

Difficoltà a capire gli altri o a seguire la conversazione

- Socializzare in piccoli gruppi o con una sola altra persona.
- Se si perde il filo di una conversazione, chiedere all'interlocutore di rallentare o di ripetersi.
- Prendersi delle pause dalle conversazioni quando se ne sente il bisogno.
- **Evitare** rumori di fondo e distrazioni. Ad esempio, se il televisore è acceso, spegnerlo. Se si deve incontrare qualcuno, scegliere un luogo tranquillo.

- Sottoporsi regolarmente a test dell'udito e assicurarsi che gli apparecchi acustici vengano indossati
- Parlare all'interlocutore faccia a faccia stabilendo un contatto visivo.
- Concentrarsi su un argomento alla volta.
- Utilizzare frasi brevi, semplici e chiare.
- Parlare lentamente e dare tutto il tempo necessario per rispondere.
- Porre domande con risposta del tipo sì/no e limitare le alternative possibili per rendere più facile la risposta. Ad esempio, "caffè o tè?"
- Utilizzare proattivamente la comunicazione non verbale per trasmettere il proprio messaggio. Ad esempio, con la gestualità, la mimica facciale e il contatto con la mano.
- **Evitare** di ricorrere a un linguaggio del corpo e a un tono che trasmettono emozioni negative.

**What you might notice:**

**Ritorno alla prima lingua (può essere graduale o rapido, e può comportare la perdita parziale o totale della seconda lingua)**

**Strategies for people living with dementia:**

- Usare la comunicazione non verbale qualora parlare risulti difficile. Ad esempio, usare i gesti, indicare o fare uso della mimica facciale.

**Strategies for caregivers:**

- Si usi la propria relazione con la persona, l'intuito e la conoscenza delle preferenze dell'interlocutore per capire cosa sta dicendo.
- Leggere le emozioni e le espressioni facciali della persona.
- Si provi a dare suggerimenti, poiché l'interlocutore potrebbe comunque capire. Ad esempio, "Stai cercando suo padre?".
- Imparare le parole principali
- Utilizzare un traduttore online
- Utilizzare immagini, simboli e gesti.
- Informarsi presso i fornitori di servizi sanitari o sociali se hanno personale che parla la lingua della persona

**"Siamo riusciti a trovare un'assistente sociale personale che parla italiano ed è stato un aiuto enorme, soprattutto quando mia madre ha ricominciato a usare sempre di più l'italiano. Avere un assistente sociale personale capace di capirla ha ridotto le frustrazioni cui va incontro giornalmente e le ha permesso di vedere soddisfatte più facilmente le sue esigenze "- Caregiver facente parte della comunità italiana.**

## Sostegni e servizi

La **terapia del linguaggio** è fornita da logopedisti e può aiutare le persone che convivono con la demenza a trovare le parole, a esprimersi e a capire gli altri. I logopedisti possono lavorare con i caregiver per migliorare la comunicazione bidirezionale. Si chiedi al proprio medico di famiglia di essere indirizzato a un logopedista.



### Note

Utilizzate questo spazio per annotare eventuali osservazioni, riflessioni o domande relative a questa guida.