

Liberi dalle paure

Chiedere aiuto

Quali forme di supporto esistono?

5 dicembre 2024

Link utili:

Il video [Chiedere aiuto: La rete](#)

Registrazione dell'evento [disponibile qui](#).

Intervista a RSI "La Consulenza" delle dr. Fiordelli e De Benedetti: [L'importanza di chiedere aiuto](#)



Dr. Maddalena Fiordelli

docente-ricercatrice dell'Istituto di salute pubblica (IPH) USI e responsabile del progetto «Liberi dalle paure»



Giancarlo Dillena

giornalista e docente dell'USI, moderatore del ciclo di eventi «Liberi dalle paure»

Ciclo di eventi
dedicati alla demenza

Liberi dalle paure

Università
della
Svizzera
italiana

L'Istituto di salute pubblica (IPH) dell'Università della Svizzera italiana è lieto di annunciare l'inizio di un ciclo di incontri che esplorerà le esperienze dei familiari curanti di persone affette da demenza.

Istituto
di
salute
pubblica

24 ottobre 2024
– 15 maggio 2025
17.30 – 19.00

Aula polivalente
Settore A
Campus Est

Moderato:
Giancarlo Dillena

Il ciclo di eventi fa parte del progetto "Liberi dalle paure. Rielaborare la demenza attraverso lo sguardo dei familiari curanti", coordinato dalla Dr. Maddalena Fiordelli, docente e ricercatrice presso l'Istituto di salute pubblica dell'USI, e finanziato dal Fondo Nazionale Svizzero per la ricerca scientifica (FNS).

Maggiori informazioni:
isupport@usi.ch
www.iph.usi.ch/liberi-dalle-paure

24 ottobre 2024 - Cogliere i segnali
Come riconoscere i primi sintomi?
Interverranno:
Prof. Emiliano Albanese e Dr. William Pertoldi

5 dicembre 2024 - Chiedere aiuto
Quali forme di supporto esistono?
Interverranno:
Dr.ssa Anna De Benedetti e Prof. Carlo De Pietro

20 febbraio 2025 - Trovare tempo per sé
Come trovare tempo per sé e per la persona assistita?
Interverranno:
Prof.ssa Rita Pezzati e Fra Michele Ravetta

27 marzo 2025 - Favorire l'autonomia
Come semplificare le attività quotidiane per aumentare l'autonomia?
Interverranno:
Roberto Farci e Simona Mazzagatti

15 maggio 2025 - Leggere il comportamento
Come interpretare e gestire i cambiamenti che possono manifestarsi con la demenza?
Interverranno:
Prof. Rabih Chattat e Dr. Paolo Paolantonio

Durante la serata saranno presenti banchetti informativi delle associazioni attive in Ticino. Inoltre, sarà eccezionalmente aperto per noi il bar del Campus, per permettere ai familiari curanti di partecipare all'evento mentre i loro cari saranno accolti dai volontari e operatori dell'Associazione Alzheimer.

Per prenotare il posto per il/la proprio/a caro/a
si prega di scrivere a info.ti@alz.ch o chiamare al numero 091 912 1707

24 ottobre 2024 - Cogliere i segnali

Come riconoscere i primi sintomi?

Interverranno:

Prof. Emiliano Albanese e Dr. William Pertoldi

5 dicembre 2024 - Chiedere aiuto

Quali forme di supporto esistono?

Interverranno:

Dr.ssa Anna De Benedetti e Prof. Carlo De Pietro

20 febbraio 2025 - Trovare tempo per sé

Come trovare tempo per sé e per la persona assistita?

Interverranno:

Prof.ssa Rita Pezzati e Fra Michele Ravetta

27 marzo 2025 - Favorire l'autonomia

Come semplificare le attività quotidiane per aumentare l'autonomia?

Interverranno:

Roberto Farci e Simona Mazzagatti

15 maggio 2025 - Leggere il comportamento

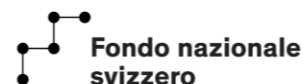
Come interpretare e gestire i cambiamenti che possono manifestarsi con la demenza?

Interverranno:

Prof. Rabih Chattat e Dr. Paolo Paolantonio



iSupport
Swiss





1

Vai a [wooclap.com](https://www.wooclap.com)

2

Immettere il codice dell'evento nel banner superiore

Codice evento

CHIEDEREAUTO



Chiedere aiuto: un circolo virtuoso

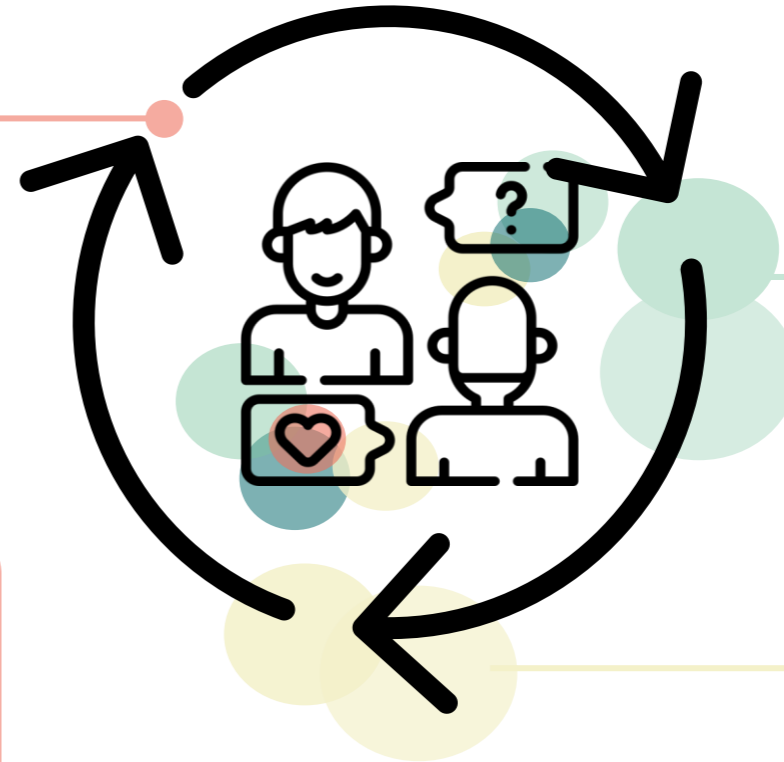
Messina A., Amati R., Albanese E., Fiordelli M. (2022) Help-Seeking in Informal Family Caregivers of People with Dementia: A Qualitative Study with iSupport as a Case in Point, International Journal of Environmental Research and Public Health:7504-7522

Barriere

- Sentirsi sopraffatti
- Senso di responsabilità
- Sentirsi incompresi
- Difficoltà nel reperire informazioni

Se decidi di prenderti cura di qualcuno, praticamente **dedichi tutta la tua vita** a questa persona... devi trovare il tempo per dirti 'Vado avanti perché **questa è la mia missione**, e devo portarla a termine' (P.7, coniuge).

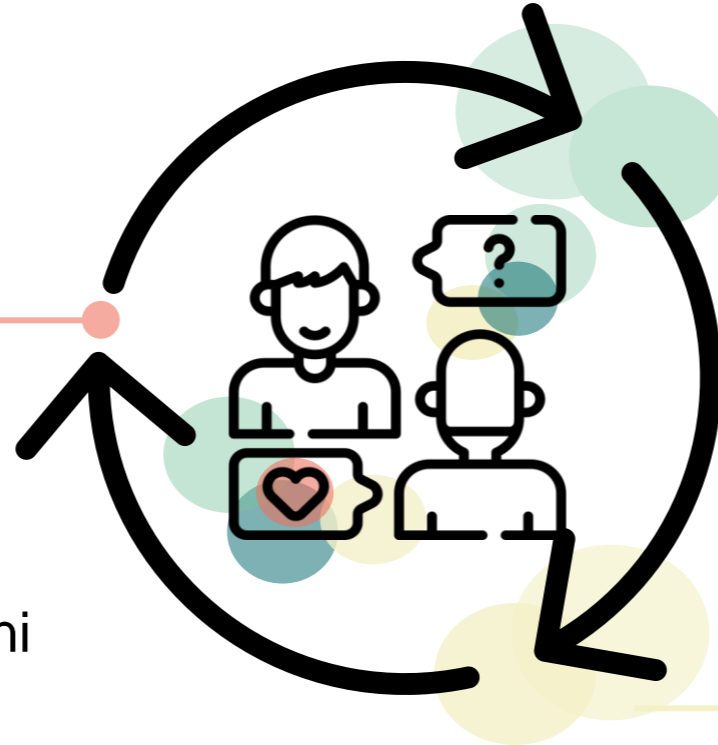
A volte può essere molto doloroso perché **ti senti solo...** inoltre, **altre persone minimizzano** o fanno commenti che confermano solo che sei solo e **non puoi contare su nessuno** per andare avanti. (P.1, coniuge)



Chiedere aiuto: un circolo virtuoso

Barriere

- Sentirsi sopraffatti
- Senso di responsabilità
- Sentirsi incompresi
- Difficoltà nel reperire informazioni



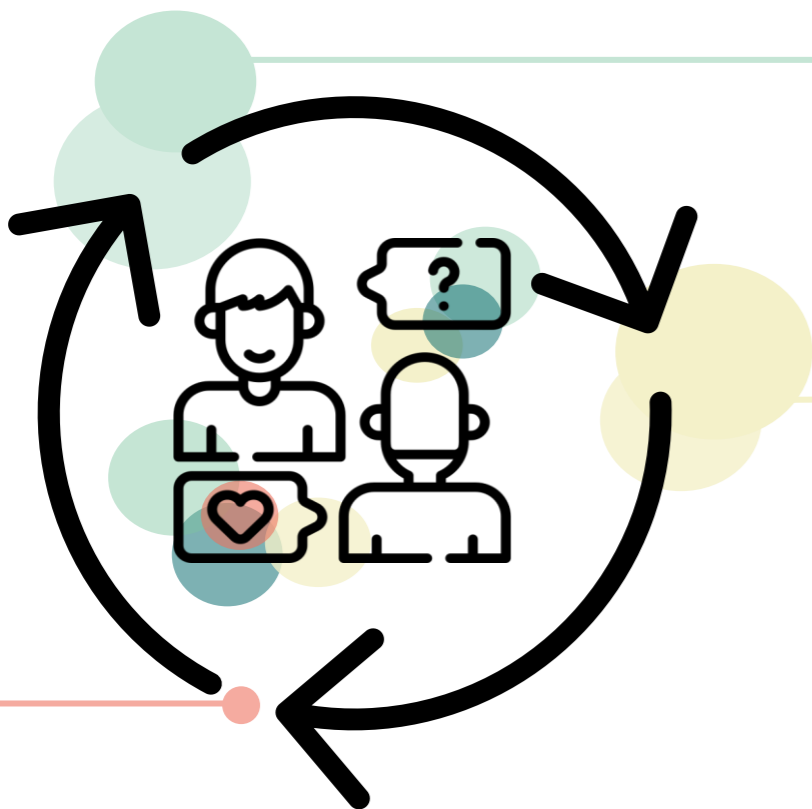
Aiuto professionale

- Sicurezza della persona con demenza
- Sollievo

Aiuto non professionale

- Libertà di esprimersi
- Senso di appartenenza
- Problem solving

Chiedere aiuto: un circolo virtuoso



Aiuto professionale

- Sicurezza della persona con demenza
- Sollievo

Aiuto non professionale

- Libertà di esprimersi
- Senso di appartenenza
- Problem solving

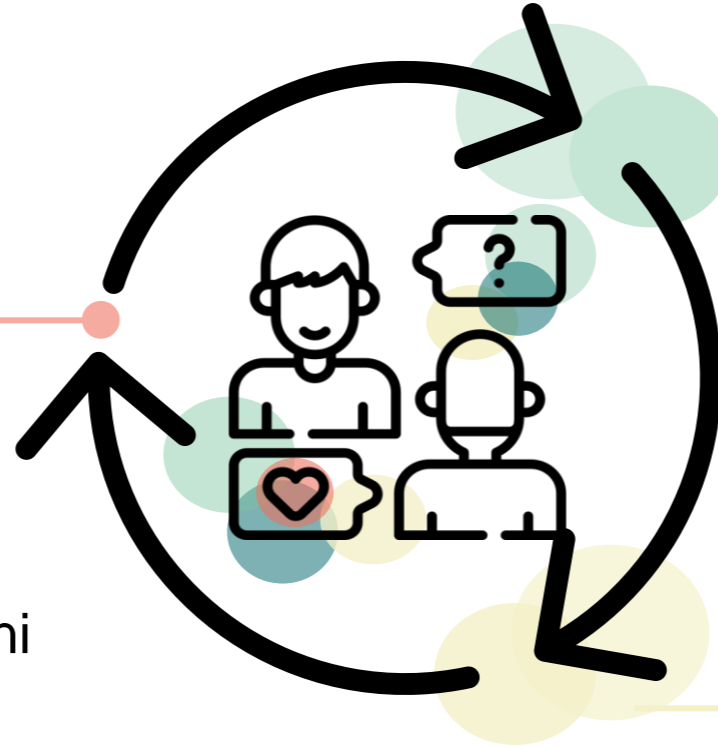
Questo (il ricovero in una casa anziani) è stato positivo per lei e anche per me, perché **mi sono sentito accudito**, e questo è un grande sostegno... **sentirsi aiutati da qualcuno aiuta.** (P.7, coniuge)

Per quanto riguarda il gruppo di auto-aiuto (...), **ero molto scettica**, ma **poi ho capito che era davvero utile** nel nostro caso... partecipiamo regolarmente da due anni ormai. (P.2, figlia)

Chiedere aiuto: un circolo virtuoso

Barriere

- Sentirsi sopraffatti
- Senso di responsabilità
- Sentirsi incompresi
- Difficoltà nel reperire informazioni



Aiuto professionale

- Sicurezza della persona con demenza
- Sollievo

Aiuto non professionale

- Libertà di esprimersi
- Senso di appartenenza
- Problem solving

Video animato [Chiedere aiuto: La rete](#)





Dr.ssa Anna De Benedetti

presidente della Commissione cantonale per l'implementazione della Strategia cantonale sulle demenze



Prof. Carlo De Pietro

Centro competenze pratiche e politiche sanitarie del Dipartimento economia aziendale, sanità e sociale (DEASS-SUPSI)




Claudio Sulser

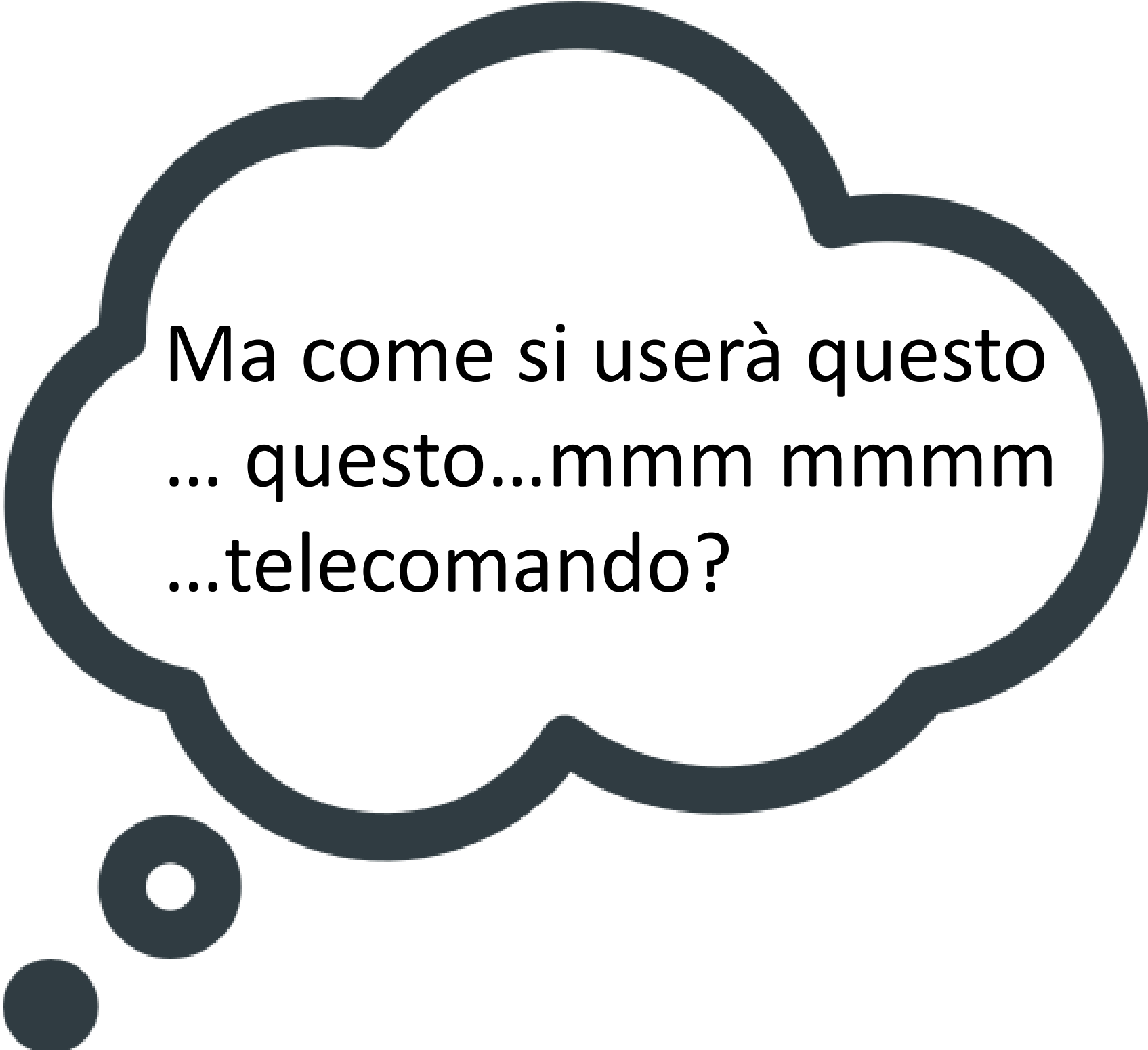
avvocato, ex calciatore professionista, familiare curante dal 2018 di persona affetta da demenza e testimonial iSupport Swiss




Dr.ssa Anna De Benedetti
presidente della Commissione cantonale
per l'implementazione della Strategia cantonale sulle demenze




Non mi fido di lui,
ha nascosto la mia
presentazione



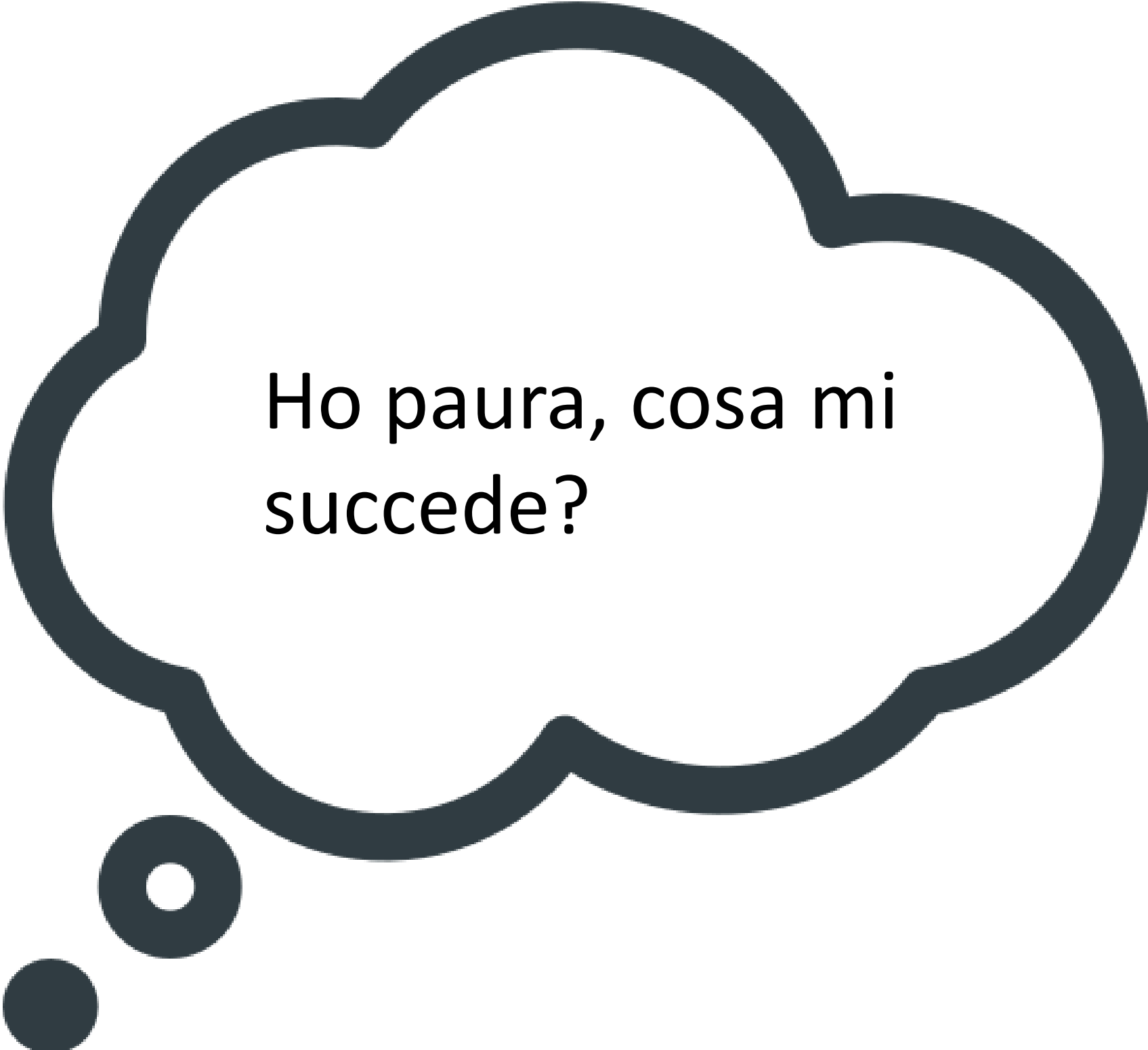
Ma come si userà questo
... questo...mmm mmmm
...telecomando?



Perché mi dice che
sono irritabile?



Non trovo il mio
discorso!



Ho paura, cosa mi
succede?



Forse dovrei andare
dal mio medico



Ma, NO!

Se poi mi dice che ho
L'ALZHEIMER???



Ho paura



IRRITABILITÀ
ECESSIVA



DIFFICOLTÀ
CON LE PAROLE



PERDITA
DI MEMORIA

SINDROME DI ALZHEIMER Segni e Sintomi



I sintomi della malattia di Alzheimer possono variare molto da soggetto a soggetto. Quello più precoce e a cui bisogna prestare attenzione è, solitamente, la perdita di memoria.

Alla perdita di memoria, che diventa con il passare del tempo sempre più importante, solitamente si associano altri disturbi



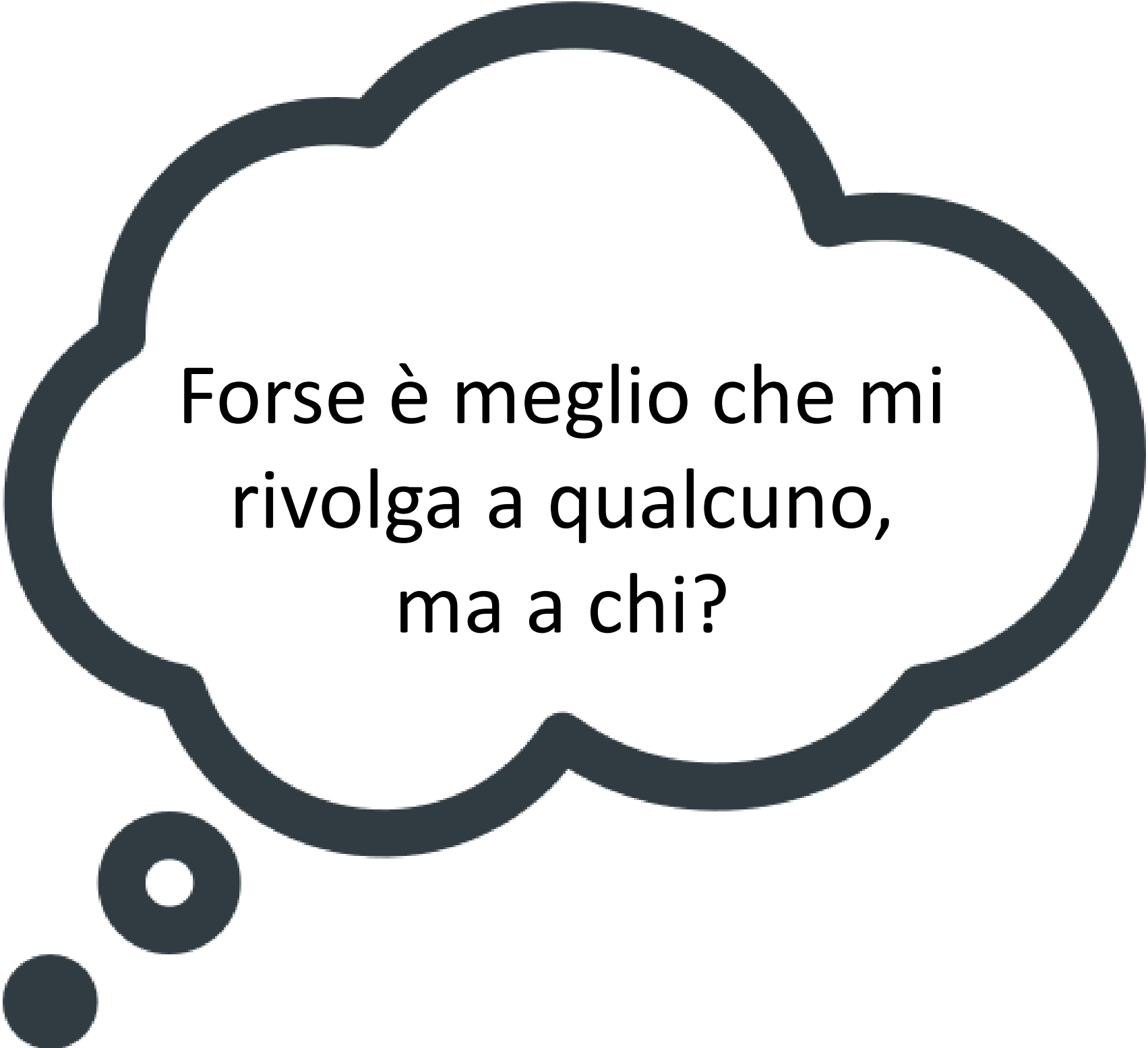
DEPRESSIONE



DISORIENTAMENTO
SPAZIALE



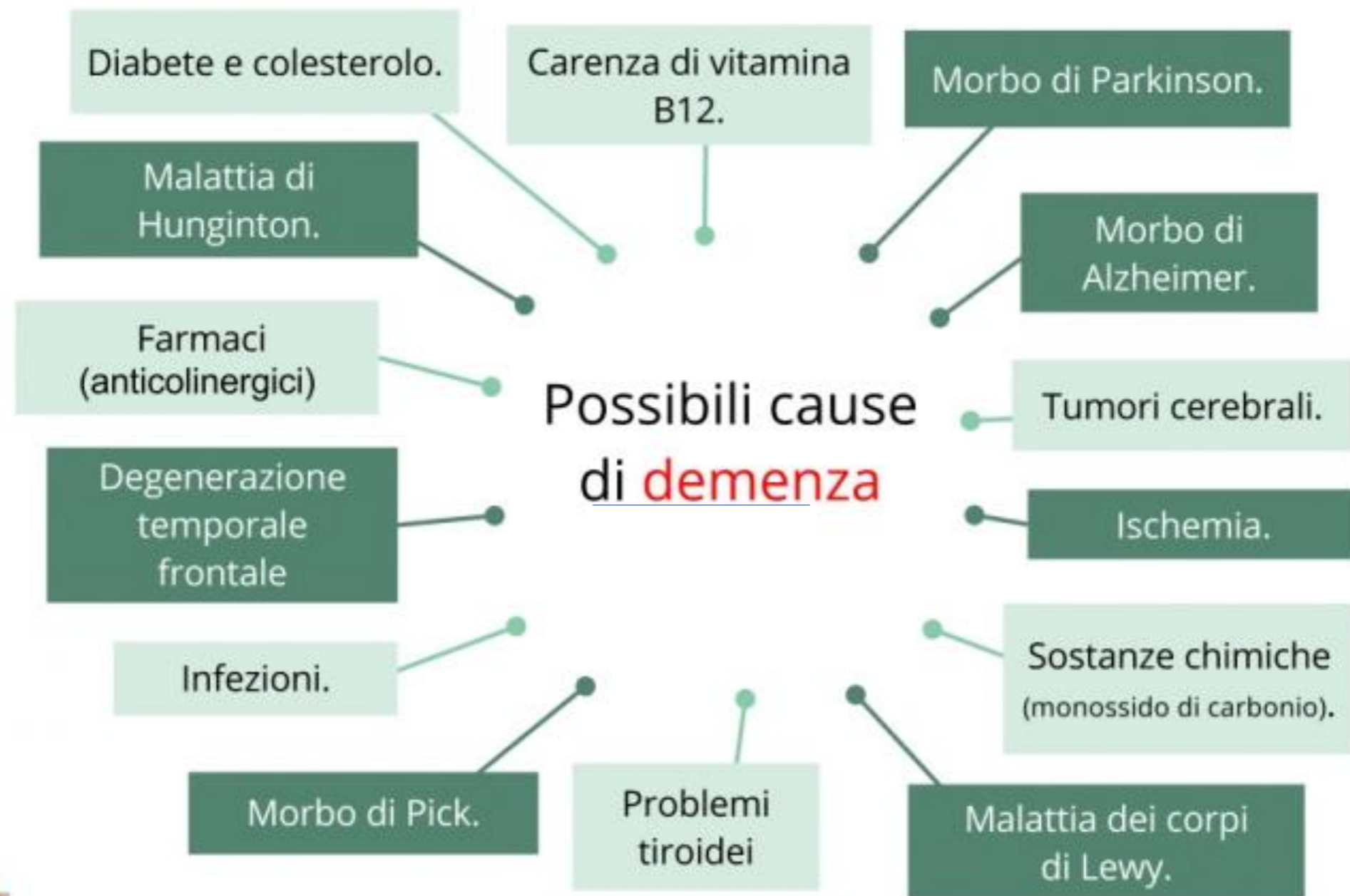
DISORIENTAMENTO
TEMPORALE



Forse è meglio che mi
rivolga a qualcuno,
ma a chi?

■ CAUSE NON REVERSIBILI

■ CAUSE REVERSIBILI



Provo a chiedere a
ChatGPT...
Perché dovrei
rivolgermi al medico?



Perché una diagnosi tempestiva?



1. Accesso tempestivo a cure e terapie

- Farmaci per rallentare la progressione della malattia
- Partecipare a trial clinici accedendo a trattamenti innovativi

2. Pianificare il proprio futuro

- Prendere decisioni importanti (nominare rappresentante terapeutico, depositare mandato precauzionale, ecc)
- Organizzare le proprie cure pianificando il tipo di assistenza desiderato

3. Supporto psicologico e sociale

- Gestione dell'ansia, della depressione
- Contattare rete di supporto (es. Alzheimer Ticino, Pro Senectute, ecc)

Perché una diagnosi tempestiva?



5. Benefici finanziari e assicurativi

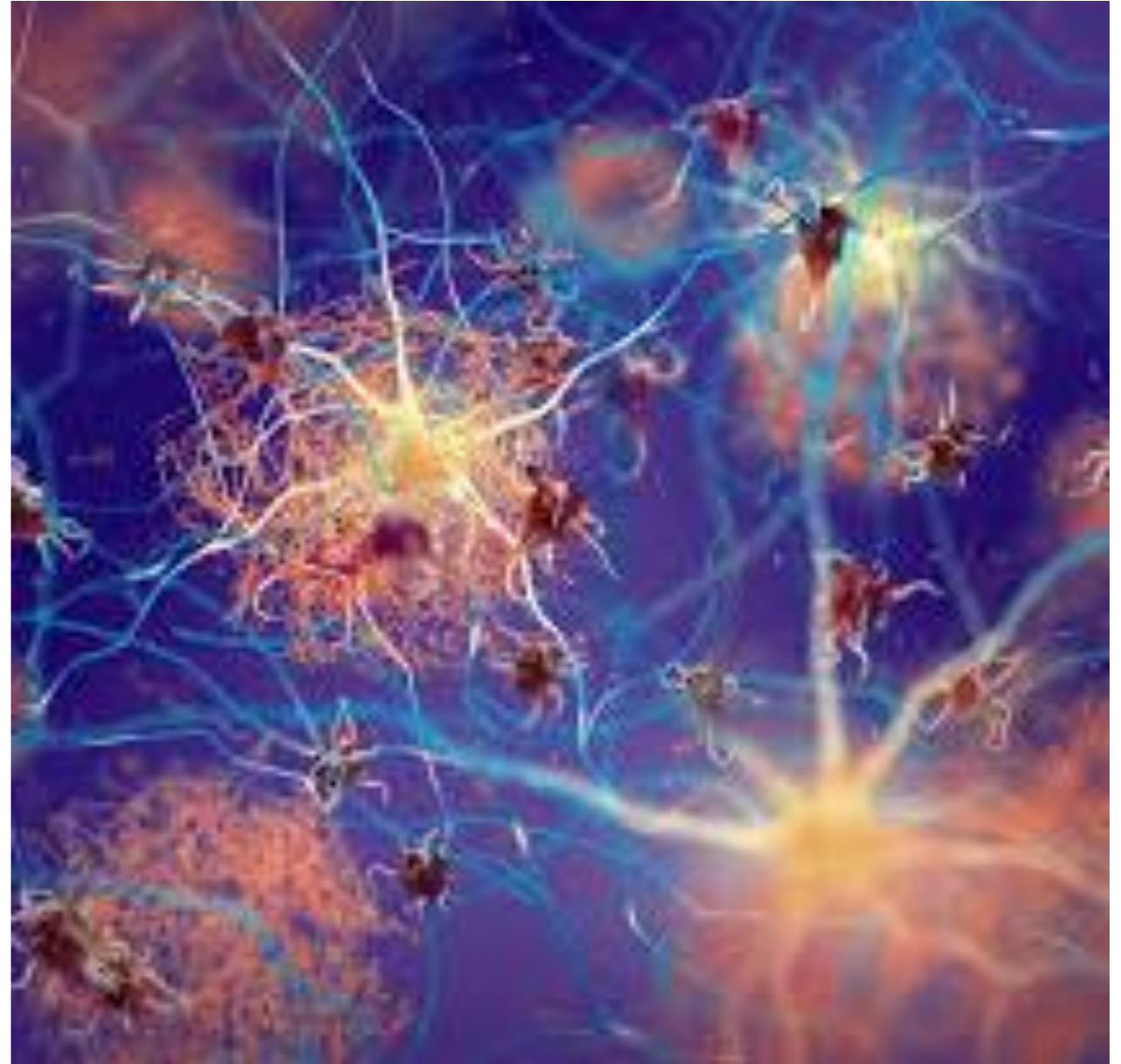
- La diagnosi precoce consente di accedere alle prestazioni garantite dalla LAMal, come trattamenti di supporto psicologici
- Attivare eventuali polizze specifiche per la perdita di autonomia o invalidità, prima che la malattia progredisca

6. Supporto ai familiari curanti

- Consente ai propri familiari di elaborare e prepararsi accedendo alle informazioni (i-Support, caffè Alzheimer, ecc)

A chi mi rivolgo per una diagnosi?

- **Medico curante/geriatra**
- **Ambulatorio di Geriatria Memory Clinic**
Clinica Luganese Moncucco
Via Moncucco 10 - 6900 Lugano
- **Neurocentro della Svizzera Italiana**
Unità disturbi cognitivi e logopedia
Via Tesserete 46 - 6903 Lugano
- **Servizio Sottocenerino di Geriatria Memory Clinic**
Ospedali Regionali di Mendrisio e Lugano
Via Alfonso Turconi 23 - 6850 Mendrisio



LUGANO/ CLINICA MONCUCCO

il giovedì dalle 13.30 alle 17.00
Tel. 079 4304738
sportelloticino@alz.ch

BELLINZONA/ SAM EOC

Via Lugano 4C, terzo piano
il martedì dalle 8.30 alle 12.00
Tel. 091 8111595
sportelloticino@alz.ch

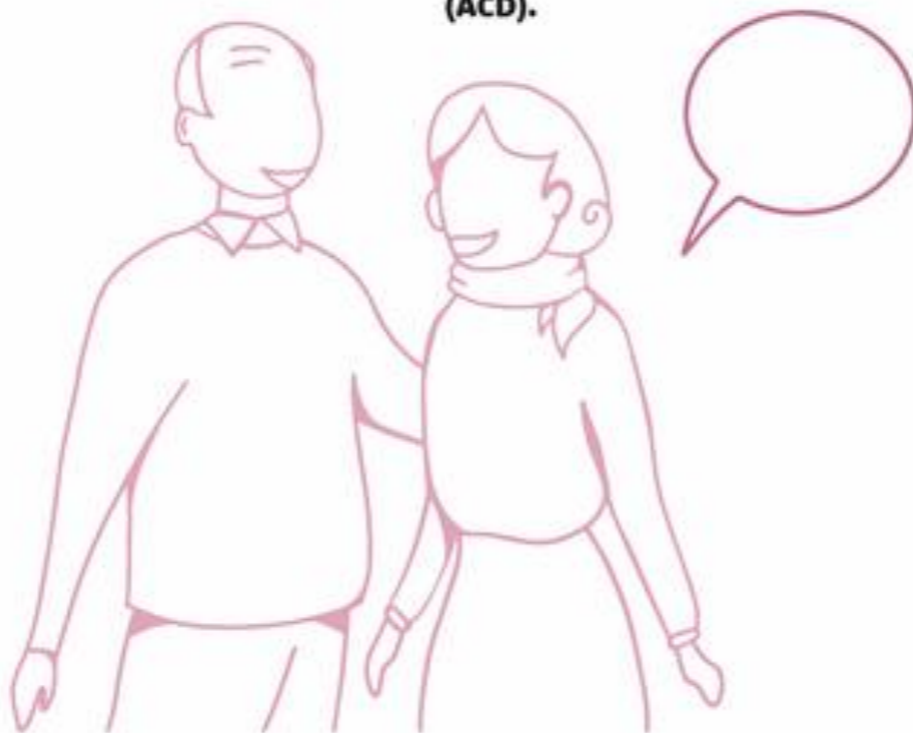
LOCARNO/ OSPEDALE LA CARITÀ

Reparto Geriatria, secondo piano
il martedì dalle 14.00 alle 17.00
Tel. 079 4304738
sportelloticino@alz.ch

CHIASSO/ AIAC (AREA INCONTRI ARTE E CURA)

stabile ex Calida,
via Dante Alighieri 10
il mercoledì dalle 9.15 alle 11.45
Tel. 079 4304738
sportelloticino@alz.ch

**Lo SPORTELLO ALZHEIMER
è un'iniziativa di Alzheimer
Ticino, sostenuta dal Fondo
cantonale della Piattaforma
familiari curanti, in collabo-
razione con l'Ente Ospedalie-
ro Cantonale, la Clinica Luga-
nese Moncucco e il servizio di
assistenza e cure a domicilio
del Mendrisiotto Basso Ceresio
(ACD).**






Ora che ho la diagnosi

dove vado? Cosa faccio?

Che ne sarà di me?



Come faccio a far
tacere la mia ansia e
la mia paura?

Centri diurni socio assistenziali

- stare in **compagnia**, socializzare e sentirsi meno soli/e;
- **divertirsi** e partecipare ad attività entusiasmanti;
- mantenersi **attivi/e** e rimanere **in forma**;
- condividere i propri **interessi** con altre persone e scoprirne di nuovi;
- imparare **cose nuove**.

<https://www4.ti.ch/dss/dasf/campagne/centri-diurni-socio-assistenziali/home>

I Centri diurni in Ticino

I Centri diurni socio-assistenziali (CDSA) sono principalmente rivolti a coloro che hanno g' raggiunto – o si avviano verso – l'età del pensionamento.

Essendo gestiti da professionisti/e del settore socio-sanitario, possono accogliere ar sone con moderato bisogno di assistenza. In questo modo offrono un importar a chi se ne occupa abitualmente a domicilio.

In Cantone Ticino sono presenti [17 Centri diurni](#).

Un Centro diurno?



Programma di formazione e supporto online

Promuove la conoscenza sulla demenza e di aiuta a gestire le sfide connesse all'assistenza, così da migliorare la qualità di vita di chi assiste e di chi è assistito. I contenuti del programma sono divisi in cinque moduli.



iSupport Swiss 4+

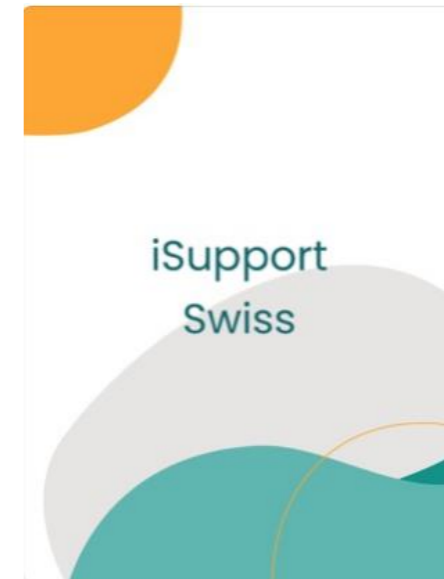
Universita' della Svizzera italiana

Designed for iPad

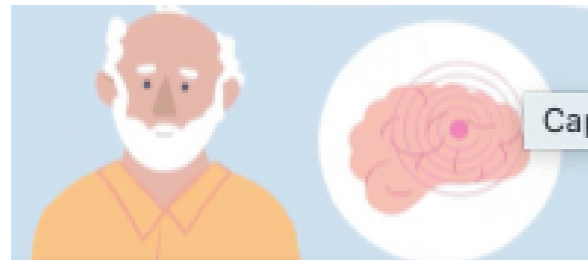
★★★★★ 5.0 • 1 Rating

Free

[View in Mac App Store](#) ↗



Alzheimer Ticino



#Spiegatoconchiarezza Capire l'Alzheimer e la demenza

I nostri film esplicativi mostrano cosa può succedere con la malattia e forniscono alcuni consigli utili su come ...

[Per saperne di più](#)

<https://www.alzheimer-schweiz.ch/it/homepage>

alzheimer
Schweiz Suisse Svizzera

Sulla demenza Offerte Aiutaci Pubblicazioni e prodotti Chi siamo

Fate una donazione

Per le persone affette da demenza Per i familiari e il contesto sociale Per professionisti/santari/e Per gli interessati

Insieme per una vita degna di essere vissuta

Alzheimer Svizzera informa, consiglia e sostiene le persone affette da demenza e i loro familiari. Offre inoltre possibilità di sgrovio e si impegna in favore di una società solidale nei confronti delle persone toccate dalla malattia.

/ Attualità

TUTTE LE NOTIZIE →

Come prevenire: un film, dieci importanti misure

Una serie di chiare spiegazioni: quali misure si possono adottare per diminuire il rischio di demenza? Per quale motivo la prevenzione è importante anche per chi è già malato? Un video esplicativo presenta i fatti conosciuti

[Per saperne di più](#)

È richiesta tolleranza

Con le persone affette da demenza bisogna mostrare tolleranza, un messaggio che vogliamo trasmettere in occasione della Giornata internazionale della tolleranza. Trovate alcuni esempi concreti nei consigli che abbiamo preparato per voi.

[Per saperne di più](#)

Segnali positivi per il farmaco contro l'Alzheimer Lecanemab

Dopo un'ulteriore revisione, il 14 novembre 2024 il Comitato per i medicinali per uso umano dell'EMA ha dato il via libera al principio attivo Lecanemab. Esso raccomanda l'anticorpo alle persone nelle prime fasi dell'Alzheimer.

[Per saperne di più](#)

Come comunicare: Un filmato esplicativo fornisce suggerimenti

Quando la malattia progredisce, la comunicazione può diventare difficile. Per mantenere il dialogo, vi offriamo alcuni consigli preziosi.

[Per saperne di più](#)

Al Telefono Alzheimer: come devo parlare con la mia amica?

Un'amica si è ammalata di Alzheimer. Quando le faccio visita, dice cose che non sono vere. Il Telefono Alzheimer consiglia come comportarsi con i malati.

[Per saperne di più](#)

Diritti umani e demenza

In occasione della Giornata dei diritti umani del 10 novembre, ricordiamo che anche le persone affette da demenza hanno il diritto all'autodeterminazione. Vanno inoltre protette dagli abusi e devono rimanere integrate nella società.

[Per saperne di più](#)

/ La rivista

ALLA RIVISTA ELETTRONICA →

Centri diurni terapeutici

I centri diurni terapeutici (CDT) sono strutture a carattere socio-sanitario il cui mandato è rivolto alla cura e assistenza delle persone affette da declino cognitivo.

Strutture di Pro Senectute (Balerna, Bellinzona, Biasca, Lugano Muralto)

Struttura della CRS (Manno)

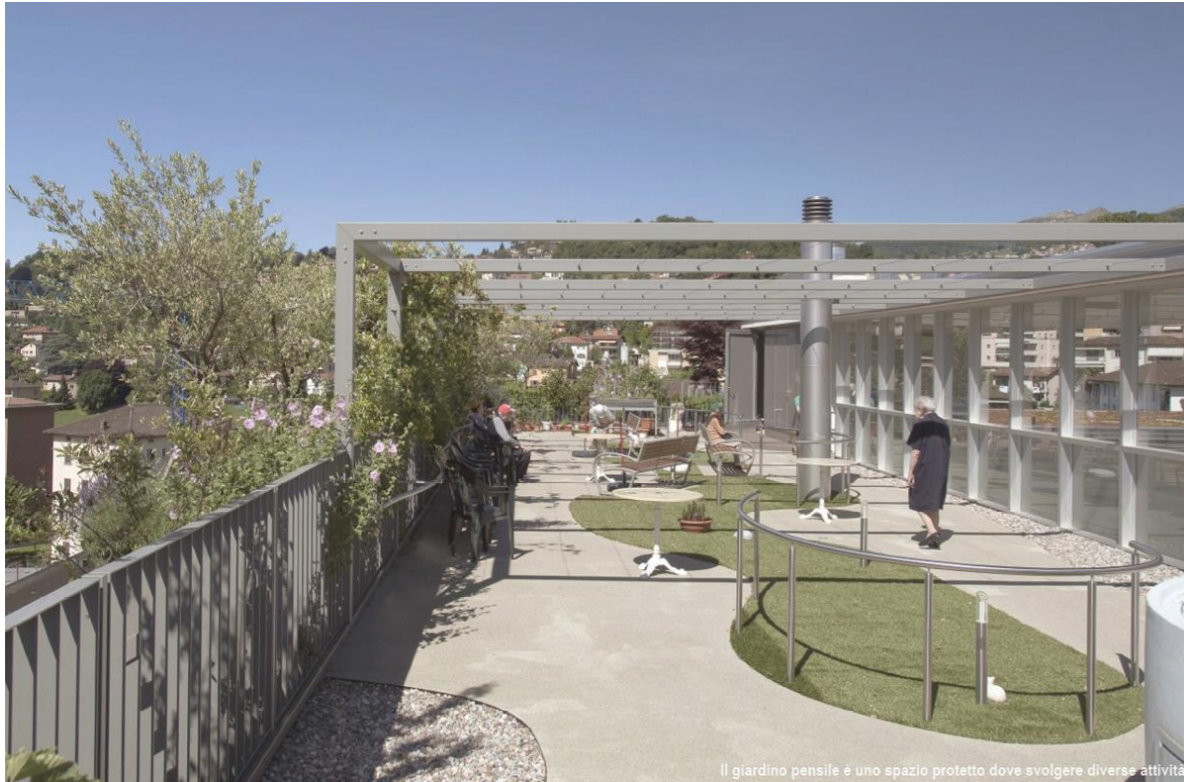
Strutture all'interno di case per anziani (Residenza Visagno, Ca' Rezzonico, Casa dei ciechi, Centro Polis, Casa Giardino, Casa anziani Malcantonese, sede Caslano)

Centri diurni terapeutici

Una risposta concreta alle esigenze delle persone affette da demenza e dei loro familiari



Reparti Protetti in Casa anziani



Giardino pensile Casa anziani Gemmo
Arch. Tibiletti & Associati

- Arogno, Domus Hyperion
- Bedano, Cpa stella Maris
- Bellinzona, Casa Greina
- Castelrotto e Caslano Casa anziani Malcantonese
- Cevio, Fondazione Anziani Vallemaggia, Residenza alle Betulle
- Chiasso, Casa Giardino
- Claro, Casa anziani della Riviera
- Coldrerio, Casa parco san Rocco
- Cornaredo, Casa anziani Tertianum Cornaredo
- Giornico; casa Elena Celio
- Gordevio, Casa anziani Divina Provvidenza
- Gordola, Casa anziani Solarium
- Intragna, Casa anziani San Donato
- Locarno, Casa anziani San Carlo
- Losone, Centro polivalente
- Lugano, Casa Serena
- Lugano, Casa anziani Gemmo
- Lugano, casa anziani Ca' Rezzonico
- Lugano, Casa dei Ciechi
- Mezzovico, Casa Alto Vedeggio
- Orselina, Casa Montesano
- Sonvico, Opera Caritas

Reparto gerontopsichiatria CPC



Reparto OASI

Reparto per le persone allettate
disponibile nelle Case anziani
Malcantone sede Castelrotto e
Caslano





Prof. Carlo De Pietro

Centro competenze pratiche e politiche sanitarie
del Dipartimento economia aziendale, sanità e sociale (DEASS-SUPSI)

SUPSI

Una sfida che gestiremo con una mobilitazione collettiva

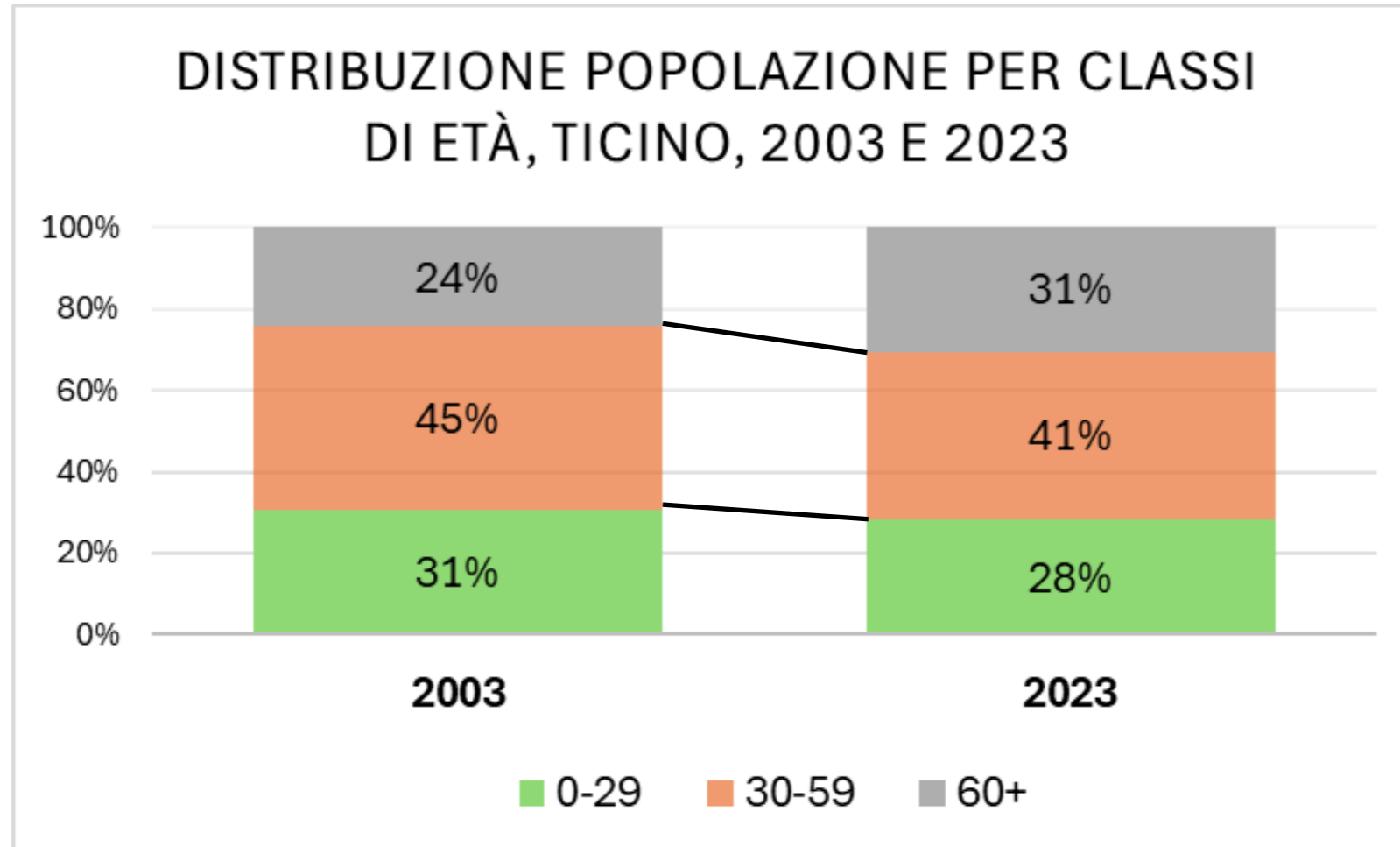
Liberi dalle paure: Chiedere aiuto. Quali forme di supporto esistono?

Lugano, 5 dicembre 2024

Carlo De Pietro

carlo.depietro@supsi.ch

Una società di anziani



Una società di anziani

80+ enni sulla
popolazione cantonale
totale:

16'000 nel 2003

28'000 nel 2023

(+72%)



Una società di anziani

Stime adottate per la Pianificazione integrata LAnz-LACD 2021-2030

	n. 65-79 enni	n.80+ enni	popolazione totale
2018	55'724	24'171	353'343
2030 (stima)	63'702	36'763	363'664
2040 (stima)	72'893	43'490	368'715
aumento 2018-2040	31%	80%	4%

Pianificazione integrata LAnz – LACD 2021-2030

Rapporto finale



Versione: 3.1 – dicembre 2021

Dipartimento della sanità e della socialità (DSS):

Divisione dell'azione sociale e delle famiglie (DASF)
 - Ufficio degli anziani e delle cure a domicilio (UACD)

in stretta collaborazione con

Divisione della salute pubblica (DSP)
 - Area di gestione sanitaria (AGS)
 - Unità della statistica sanitaria (USS)
 - Ufficio del medico cantonale (UMC)

La crescita quantitativa dei servizi

Crescita di alcuni servizi LANz-LACD

Case per anziani (n. posti letto)

4'045 nel 2010

4'493 nel 2018

6'583 nel 2030 (stima bisogni) +47%

Assistenza e cure a domicilio (ore cure LAMal)

598'000 nel 2011

1'192'000 nel 2018

tra 1'639'272 e 2'171'555 nel 2030 +38%; +82%

Centri diurni terapeut. (capacità ricettiva in giorni)

38'812 nel 2020

tra 49'637 e 76'062 nel 2030 +28%; +96%

Pianificazione integrata LANz – LACD 2021-2030

Rapporto finale



Versione: 3.1 – dicembre 2021

Dipartimento della sanità e della socialità (DSS):

Divisione dell'azione sociale e delle famiglie (DASF)
- Ufficio degli anziani e delle cure a domicilio (UACD)

in stretta collaborazione con

Divisione della salute pubblica (DSP)
- Area di gestione sanitaria (AGS)
- Unità della statistica sanitaria (USS)
- Ufficio del medico cantonale (UMC)

<https://www4.ti.ch/dss/dasf/temi/anziani/pianificazione/pianificazione-integrata-lanz-lacd>

La crescita quantitativa dei servizi

Clamorosa **mobilizzazione di risorse** umane, finanziarie, amministrative, di attenzione politica, ecc., per adeguare i servizi a un invecchiamento rapidissimo

Aumenti previsti per l'insieme dei settori LAnz-LACD **tra 2018 e 2030:**

- **Personale curante** (n. operatori): da 5'420 a 7'702-8'713
- **Contributi a carico di Comuni e Cantone** (Mio CHF): da 208 a 377-410

UNA RISPOSTA SOLTANTO
“ISTITUZIONALE E
PROFESSIONALE” SARÀ
DIFFICILMENTE
SUFFICIENTE A SODDISFARE
BISOGNI COSÌ CRESCENTI



**necessità di mobilitare
ancora maggiormente il
terzo settore, le comunità,
le famiglie**

Le specificità delle demenze

- **Diffuse** e destinate ad esserlo sempre più. Molte famiglie hanno esperienza diretta o indiretta della demenza (a differenza di situazioni altrettanto complesse ma meno diffuse, quali alcune disabilità giovanili)
- Progressive e dunque con **confini più sfumati** tra sano/malato e tra bisognoso/non bisognoso di aiuti (dipendono da fattori sociali e non solo clinici, quali la presenza di famiglia, adeguatezza abitazione, rete sociale di supporto, ecc.)
- Se a gestirle è solo la famiglia ristretta (spesso il solo coniuge), la **qualità di vita dei familiari** può crollare

Piste di lavoro

- Utilità di una **valutazione tempestiva**, per attivare da subito le risorse formali previste di tipo sociale e sanitario (assicurazione invalidità, centro diurno, ecc.), nonché quelle informali disponibili sul territorio
- Supporto ai **familiari curanti** (supporto psicologico, consulenza assicurativa, offerte di formazione, servizi di *respite care*, supporto – ma con molta prudenza – finanziario, ecc.)
- Adeguamento degli **ambienti di vita** (abitazione, spazi comuni, ecc.)
- Mobilitazione e coordinamento di **associazioni, volontari, ecc.** presenti sul territorio

Grazie





Claudio Sulser

avvocato, ex calciatore professionista, familiare curante dal 2018
di persona affetta da demenza e testimonial iSupport Swiss



Domande



Dr. Maddalena Fiordelli

docente-ricercatrice dell'USI e responsabile del progetto «Liberi dalle paure»



Dr.ssa Anna De Benedetti

presidente della Commissione cantonale per l'implementazione della Strategia cantonale sulle demenze



Prof. Carlo De Pietro

Centro competenze pratiche e politiche sanitarie del Dipartimento economia aziendale, sanità e sociale (DEASS-SUPSI)



Claudio Sulser

avvocato, ex calciatore professionista, familiare curante dal 2018 di persona affetta da demenza e testimonial iSupport Swiss

Grazie!
Vi aspettiamo al prossimo evento

Trovare tempo per sè

Quali forme di supporto esistono?

Giovedì 20 febbraio 2025, 17:30

