



# iSupport Swiss

Un programma di formazione e supporto gratuito per familiari curanti di persone affette da demenza in Svizzera, disponibile in tre versioni: manuale cartaceo, sito web e applicazione per smartphone e tablet.

Ogni versione è tradotta in italiano, francese e tedesco.

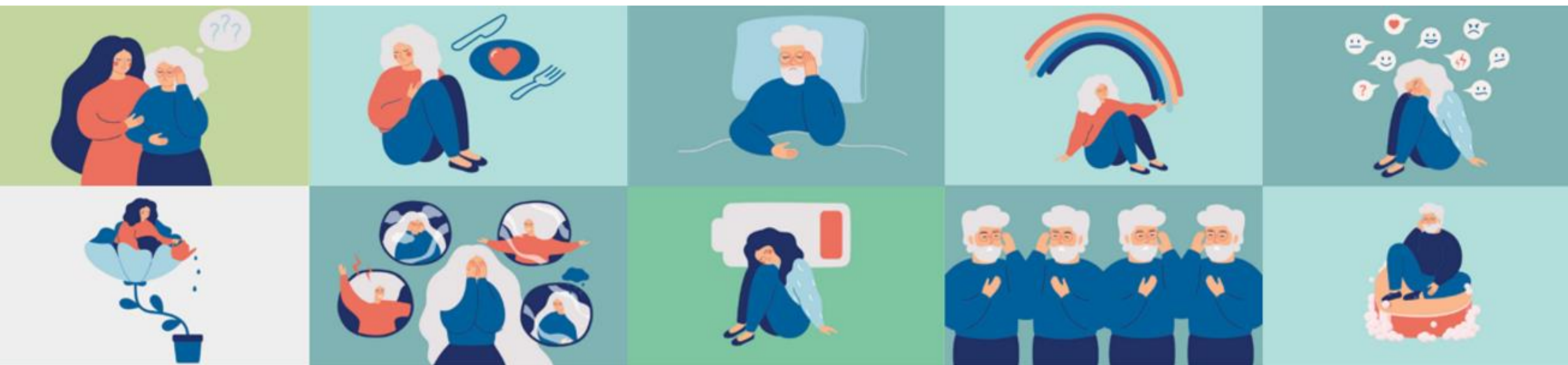
**iSupport Swiss** è disponibile su Google Play Store e App Store.

E in versione sito web in lingua italiana:  
[www.isupport.swiss](http://www.isupport.swiss)

Francese: <https://fr.isupport.swiss/>

Tedesca: <https://de.isupport.swiss/>

Codice QR  
iSupport Swiss (italiano)



# Risorse e materiali per far conoscere iSupport Swiss

In parallelo all'implementazione di iSupport Swiss sono stati creati dei materiali finalizzati alla sua promozione sul territorio e tra gli enti e le figure professionali che supportano i familiari curanti di persone affette da demenza.

Sono disponibili da scaricare in questo documento:

1. Presentazione di **iSupport Swiss**: contiene le maggiori informazioni sul programma e sul suo sviluppo.
2. **Volantino** di iSupport Swiss e **comunicato stampa**
3. **Pro iSupport**: una guida dedicata agli operatori socio-sanitario-assistenziali che desiderano offrire iSupport come ulteriore strumento di aiuto ai familiari curanti. Contiene una descrizione del programma e affronta le principali difficoltà legate alla promozione dello strumento nei suoi vari formati.
4. Link al canale **Youtube**, contenente delle guide all'utilizzo di iSupport nelle tre lingue nazionali e le video testimonianze di **Claudio Sulser** e **Bettina Fontana Jopiti**, familiari curanti di persone affette da demenza e membri del comitato consultivo di iSupport.



## Il programma

**iSupport Swiss** è un programma di formazione e supporto per familiari curanti di persone affette da demenza in Svizzera, sviluppato dall'Istituto di salute pubblica (IPH) e eLearning Lab dell'Università della Svizzera italiana, con il contributo del Dipartimento della Sanità e della Socialità del Canton Ticino (DSS) e di Pro Senectute, in collaborazione con l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), la Scuola Universitaria Professionale della Svizzera italiana (SUPSI) e Alzheimer Ticino. Il programma è il frutto dell'adattamento di iSupport, intervento basato sull'evidenza scientifica ideato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità per rafforzare le competenze di cura e accompagnare il curante nell'assistenza a un familiare affetto da demenza.

La natura e la progressione della demenza comportano cambiamenti che spesso implicano difficoltà sia sul piano gestionale e materiale che su quello emotivo. L'incremento dei bisogni della persona assistita spesso richiede una presenza sempre più frequente, estesa e specializzata, alla quale il familiare cerca di far fronte talvolta rinunciando al proprio lavoro e al tempo libero. L'impegno a fornire un'assistenza continuativa sul piano pratico e concreto, anche attraverso la ricerca di servizi ed enti terzi, insieme al vivere il progressivo declino fisico e cognitivo della persona cara, aumentano il rischio per il familiare curante di sperimentare condizioni di forte stress e malessere.

L'obiettivo principale di iSupport è quello di accompagnare il familiare curante nell'assistenza a una persona affetta da demenza, aumentando la sua conoscenza e rafforzando le sue competenze di cura, con il fine di migliorare la qualità di vita sua e della persona assistita. **È quindi dedicato a chiunque assiste un caro affetto da demenza o teme che una persona cara o un conoscente ne sia affetto.** I contenuti del programma coprono problematiche che si possono manifestare in stadi diversi dalla malattia, dalla fase iniziale e prodromica a quella finale.

In Svizzera, iSupport Swiss è il frutto di un lavoro di ricerca durato tre anni che ha permesso di adattare il linguaggio, i contenuti e le modalità di fruizione di iSupport al contesto svizzero ticinese.

Support Swiss è **attualmente disponibile in formato cartaceo** (manuale) e **online** previa registrazione (**sito web e mobile app** per smartphone e tablet). I tre formati sono identici per struttura e contenuto.

---

*“Si tratta di uno strumento interattivo pensato per il benessere del familiare curante, che possa accompagnare durante le varie fasi che caratterizzano la demenza.*

*L'intento è quello di dare la possibilità di sviluppare nuove abilità e conoscenze, ma anche di offrire suggerimenti riguardo al proprio benessere. È importante raggiungere i familiari curanti e fornire loro contenuti e strumenti basati sull'evidenza scientifica.”*

---

Dr.ssa Maddalena Fiordelli, co-responsabile di iSupport Swiss



# I contenuti

iSupport Swiss presenta una struttura modulare e personalizzata in base alle esigenze del familiare curante. Ogni modulo affronta un'area tematica specifica e contiene numerosi capitoli, i quali sono a loro volta strutturati in sezioni introduttive, informative, interattive e di sintesi.

I cinque moduli prevedono:

- 1) **Introduzione alla demenza** include la descrizione delle diverse tipologie conosciute e dei loro segni e sintomi e dà indicazioni all'utente su cosa fare in caso di un sospetto quadro di demenza.
- 2) **Essere un familiare curante** descrive come può cambiare il ruolo del familiare curante durante la malattia e fornisce indicazioni su come prendere decisioni coinvolgendo e comunicando con la persona assistita e su come chiedere supporto ad altre persone nell'assistenza.
- 3) **Prendersi cura di sé** mira a ridurre lo stress di chi assiste attraverso la proposta di attività di rilassamento e tecniche per cambiare il proprio modo di pensare e interpretare le situazioni difficili.
- 4) **Fornire assistenza quotidiana** tratta temi riguardanti l'alimentazione e l'idratazione, con particolare attenzione agli aspetti di prevenzione delle malattie e di mantenimento di un buono stato di salute. Fornisce inoltre indicazioni sulla gestione dell'igiene personale, delle diverse forme di incontinenza e della cura della persona in generale.
- 5) **Gestire i cambiamenti comportamentali e dell'umore** propone una descrizione dei comportamenti più frequenti che si possono manifestare in persone affette da demenza e che possono essere fonte di stress e disagio tanto per la persona quanto per chi assiste. Questi includono difficoltà di memoria, aggressività, ansia e depressione, difficoltà a

dormire, deliri e allucinazioni, comportamento ripetitivo, *wandering* e perdita dell'orientamento, bassa o diminuita capacità di giudizio.

Sono inoltre presenti in ogni capitolo delle sezioni interattive e di valutazione della propria comprensione, affiancate da attività, tecniche e consigli per il curante.

---

*"All'inizio hai talmente bisogno di capire, di essere informato, di vedere che cosa c'è in giro, dove ti puoi appoggiare, dove puoi andare a chiedere aiuto... [...] Trovo che (iSupport Swiss) potrebbe aiutare la gente ad andare a informarsi all'inizio della malattia, che ti catapulti proprio in un mondo che tu non conosci."*

---

Erika, familiare curante di persona affetta da demenza

iSupport Swiss utilizza tecniche di psico-educazione, rilassamento e comunicazione centrata sulla persona, in modo da promuovere un'adeguata conoscenza tenendo conto della storia, dell'autonomia e della dignità della persona. Può essere utilizzato dal familiare curante in autonomia in due modalità: come consultazione al bisogno tramite la ricerca di argomenti specifici o come programma di formazione tramite una lettura e compilazione dall'inizio alla fine. iSupport non si sostituisce a figure professionali o altre misure di supporto, ma accompagna il curante nell'assistenza, rafforzando le sue capacità di cura e prevenendo un eccessivo carico di stress e malessere.



## Dicono di noi

Segue una raccolta della copertura mediatica ottenuta a seguito conferenza stampa del 17 maggio 2023, dedicata al lancio di iSupport Swiss e tenuta dal Consigliere di Stato e Direttore del Dipartimento della Sanità e della Socialità Raffaele De Rosa, cui sono seguiti gli interventi della dottoressa Anna De Benedetti, presidente della Commissione cantonale per l'implementazione della Strategia cantonale sulle demenze, di Paolo Nodari, direttore di Pro Senectute Ticino e Moesano, e infine dei co-responsabili dello studio iSupport in USI: il professor Emiliano Albanese, direttore dell'Istituto di salute pubblica (IPH), e la dott.ssa Maddalena Fiordelli, docente-ricercatrice dell'IPH.



## Conferenze

- Swiss Public Health Conference (Bern, 25-26 August 2021) “Impact of COVID-19 on caregivers of people with dementia – and then the rain came”.
- Giornata della Ricerca in Medicina (Lugano, 12 June 2022) “Weathering the storm in seeking support: a qualitative study with caregivers of people with dementia”.
- Alzheimer Disease International (London, 9-11 June 2022) “How far can we adapt iSupport? Preliminary results from the cultural adaptation of an intervention for caregivers of people living with dementia in southern Switzerland”.
- European Public Health Conference (Berlin, 9-12 November 2022) “iSupport: a complex intervention in dementia care”
- Alzheimer’s Association International Conference (AAIC, Amsterdam, 16-20 July 2023) “Cross-cultural adaptation of iSupport intervention: a qualitative study”.
- International Psychogeriatrics Association Conference (IPA, Lisbon, 29-2 July 2023) “iSupport Swiss: a community based participatory approach to culturally adapt the WHO online intervention for family caregivers of people with dementia”.

## Publicazioni scientifiche

- Messina A., Amati R., Albanese E., Fiordelli M. [Help-seeeking in Informal Family Caregivers of People with dementia: A Qualitative Study with iSupport as a Case in Point](#) (2022). International Journal of Environmental Research and Public Health. 19(12):7504.
- Messina A., Lattanzi M., Albanese E., Fiordelli M. [Caregivers of people with dementia and mental health during COVID-19: findings from a cross-sectional study.](#) (2022). BMC Geriatrics. 22(1).
- Messina, A., Amati, R., Annoni, A.M., Bano, B., Albanese, E., Fiordelli, M. iSupport Swiss: a community-based participatory approach to culturally adapt the WHO online intervention for family caregivers of people with dementia (in revisione).



*“La collaborazione tra enti di ricerca e territorio è possibile e il risultato è una sinergia vincente per la creazione di prodotti validi, sia dal punto di vista scientifico, sia da quello della promozione della salute in Ticino e in Svizzera, e iSupport Swiss ne è un esempio virtuoso”*

Prof. Emiliano Albanese, co-responsabile di iSupport Swiss

Un progetto:



Grazie al supporto di:



**PRO  
SENECTUTE**  
PIÙ FORTI INSIEME

Con la collaborazione di:



**SUPSI**

Per maggiori informazioni: [isupport@usi.ch](mailto:isupport@usi.ch) o 058 666 41 30

