



CPSI Fabio

UNI3

26/03/2018

Demenza e Senilità

- La demenza è spesso impropriamente definita “demenza senile”
- In realtà con l'avanzare dell'età...
 - ...alcune funzioni cognitive mostrano un lieve declino;
 - ...altre restano invariate;
 - ...l'eventuale declino cognitivo non è comunque tale da interferire significativamente con lo svolgimento dei normali atti della vita quotidiana.

DEMENZA = DETERIORAMENTO DELLE FUNZIONI COGNITIVE PROGRESSIVO E IRREVERSIBILE

ETÀ DI INSORGENZA:

> 65 anni

< 65 anni = esordio presenile e più rapida evoluzione

Nelle fasi precoci si differenziano i vari disturbi degenerativi, poi **tendono a condividere** molte caratteristiche comportamentali come:

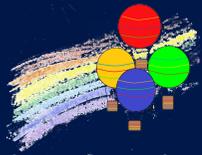
- Regressione psicosociale
- Disturbo di attenzione (disattenzione, incapacità di concentrarsi, distraibilità)
- Apatia
- Alterazione delle capacità di iniziare, programmare, eseguire attività complesse
- Disturbi di memoria

“Quando la maggior parte delle funzioni cognitive si è deteriorata i pazienti avranno perduto la coscienza della propria persona, capacità di giudizio e provvedere a se stessi, totale dipendenza e perdita di consapevolezza e capacità di risposta finalizzata.”



Invecchiando la memoria si modifica

- ❖ I problemi di memoria possono essere una normale conseguenza dell'invecchiamento, **invecchiando tutto l'organismo cambia e il cervello non è da meno**. Alcune persone, quindi, notano che impiegano più tempo per imparare qualcosa di nuovo, non ricordano le informazioni così bene come in passato o tendono a perdere le cose, ad esempio gli occhiali. **Si tratta, di solito, di problemi di memoria lievi.**



Invecchiando la memoria si modifica

- ❖ Alcuni persone diversamente giovani, inoltre, lamentano di non avere risultati paragonabili a quelli dei giovani nei compiti di memoria più complessi o nei test di apprendimento. **I ricercatori, però, hanno scoperto che, a patto di fornire un tempo sufficiente,** le persone più anziane possono ottenere buoni risultati, paragonabili a quelli dei giovani.



Il valore della memoria

- ❖ Senza la memoria tutto sarebbe un fluire indistinto ed inutile di informazioni e di eventi, che non riusciremmo più ad organizzare, a catalogare, a rendere intimamente significativi e quindi ci sarebbe non solo impossibile effettuare le più comuni attività quotidiane, ma perderemmo anche la nostra stessa individualità, ovvero la capacità di sentirci delle entità uniche ed irripetibili.
- ❖ Non ci sarebbe quindi più possibile interagire con chiunque altro, non riuscendo più a stabilire nessuna distinzione tra persone conosciute o sconosciute, per noi insignificanti o estremamente ed intimamente importanti; **nessun legame, nessuna rilevanza affettiva, nessuna emozione** potrebbero più scaturire vedendo un volto, sentendo una voce, percependo un odore.



Il valore della memoria

- ❖ Saremmo costantemente prigionieri di una realtà incomprensibile e caotica, indifferenti ad ogni stimolo, richiamo, connessione, relazione, incapaci di orientarci, comprendere, capire, pensare e quindi di amare, gioire, soffrire, ridere e piangere per qualcosa di significativo per noi; diverremmo entità senza più nessuna consapevolezza, con un presente fatto di inutili eventi senza senso, senza più un passato e senza più futuro.



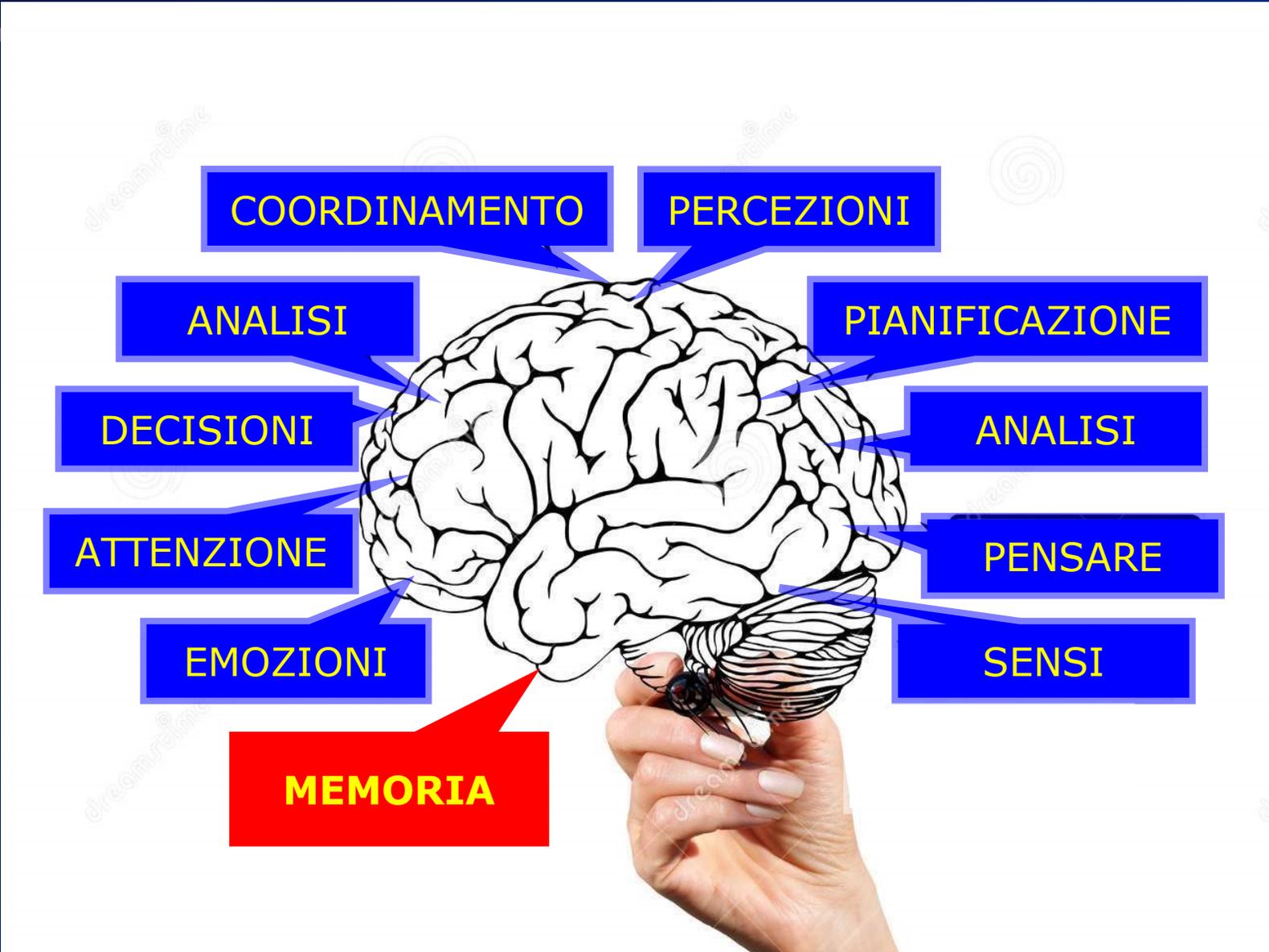
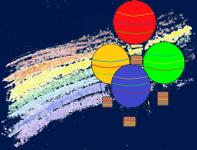
Cause farmacologiche e patologiche

- ❖ Alcuni problemi di memoria sono connessi a disturbi o patologie, ad esempio la perdita di memoria può essere provocata dagli effetti collaterali dei farmaci, dalla carenza di vitamina B12, dall'alcolismo, dai tumori o dalle infezioni del cervello o dalla presenza di trombi nel cervello.
- ❖ Alcuni problemi di memoria, inoltre, possono essere causati da patologie della tiroide, dei reni o del fegato: il medico dovrebbe diagnosticare e curare queste gravi patologie con tempestività.



Cause psicologiche

- ❖ I problemi emotivi come lo stress, l'ansia o la depressione, possono rendere la persona più distratta e possono essere scambiati per demenza; ad esempio chi di recente è andato in pensione o sta affrontando la perdita, di un parente o di un amico può sentirsi triste, solo, preoccupato o annoiato. Cercare di affrontare questi cambiamenti della propria esistenza può provocare confusione o disturbi della memoria.
- ❖ La confusione e i disturbi di memoria di origine emotiva di solito sono temporanei e scompaiono quando la causa emotiva è passata, possono essere alleviati con l'aiuto degli amici e della famiglia, ma si protraggono per molto tempo è importante farsi aiutare dal medico o da uno psicologo. La terapia può essere psicologica e/o farmacologica.



COORDINAMENTO

PERCEZIONI

ANALISI

PIANIFICAZIONE

DECISIONI

ANALISI

ATTENZIONE

PENSARE

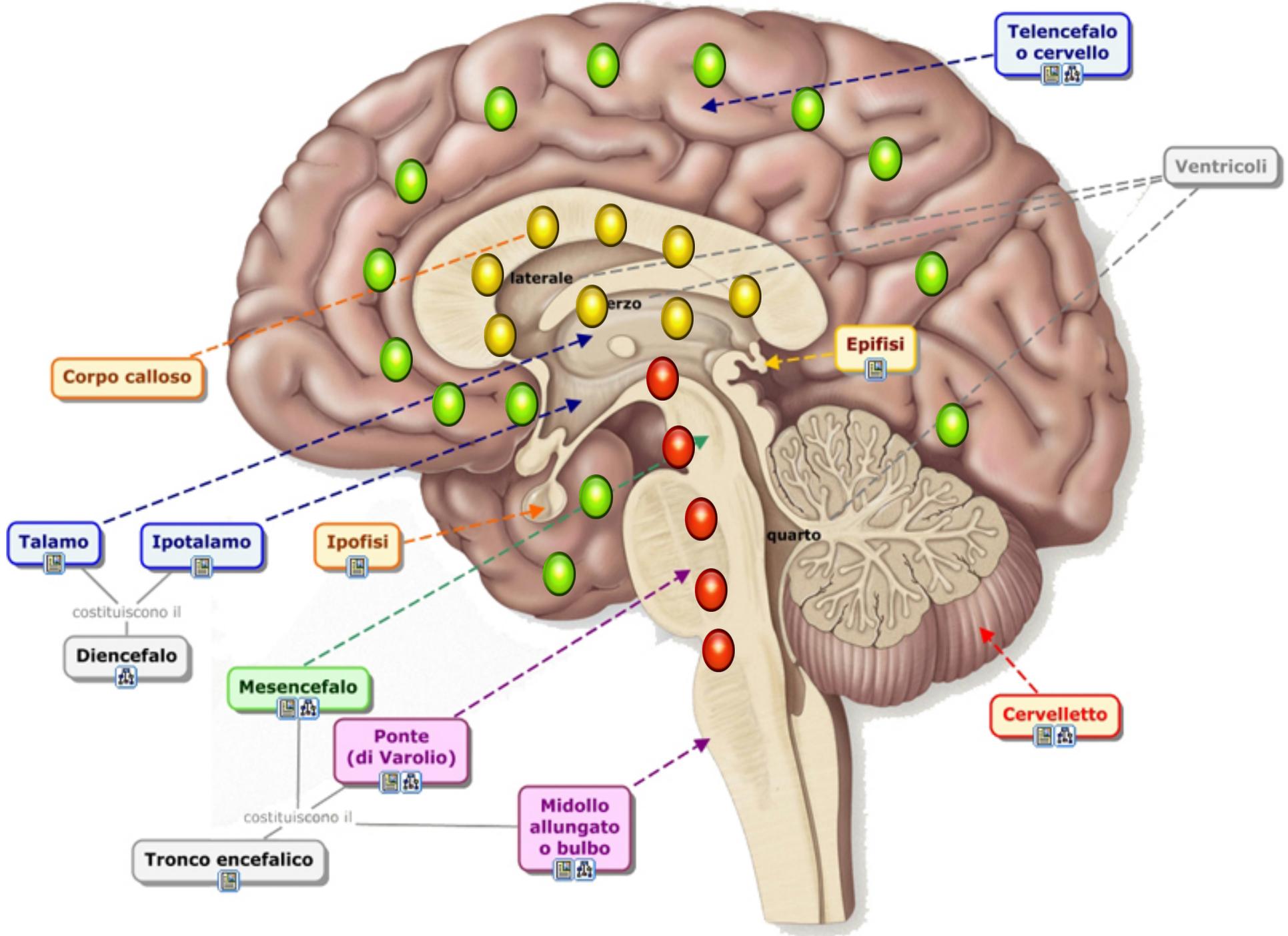
EMOZIONI

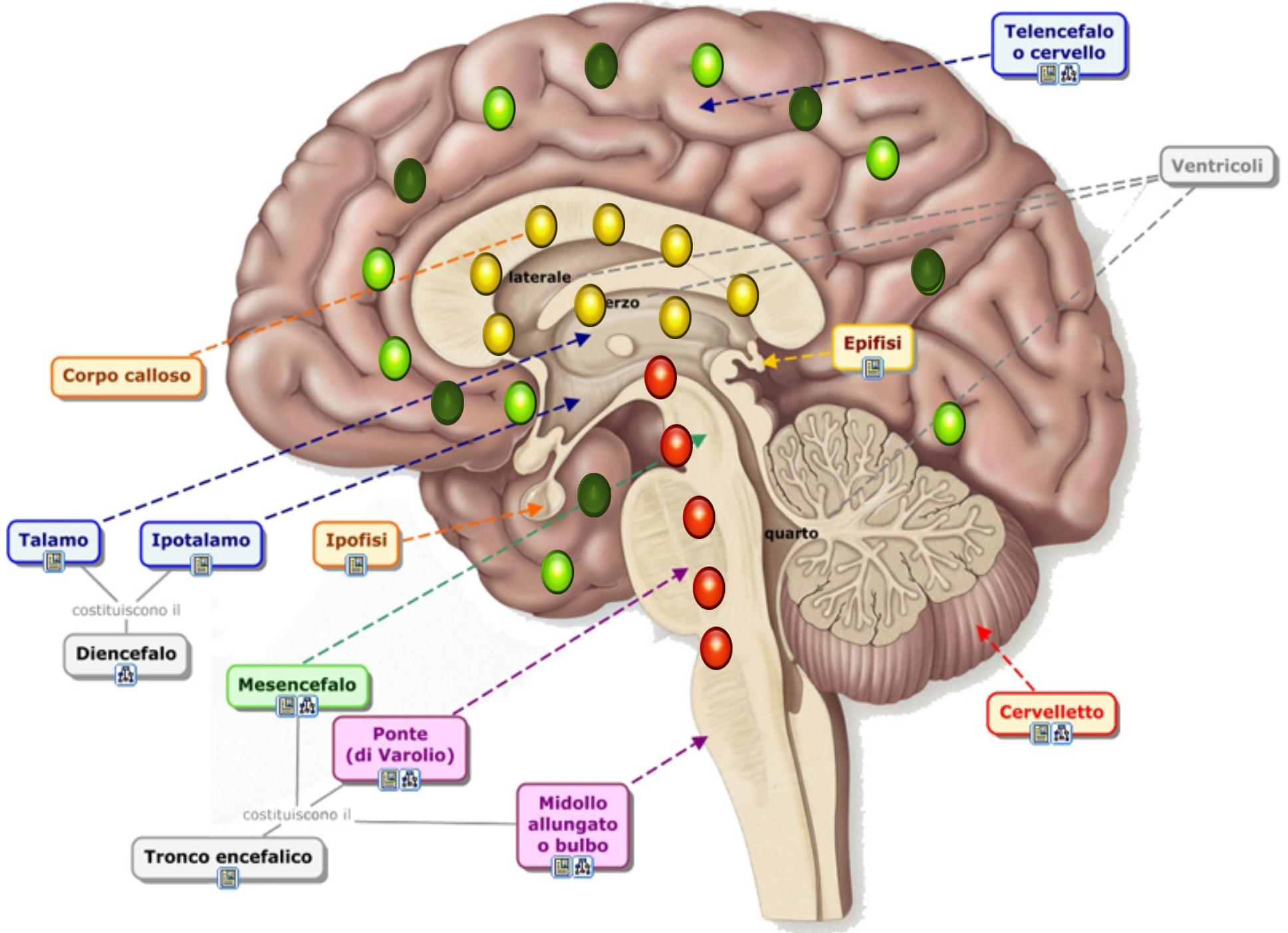
SENSI

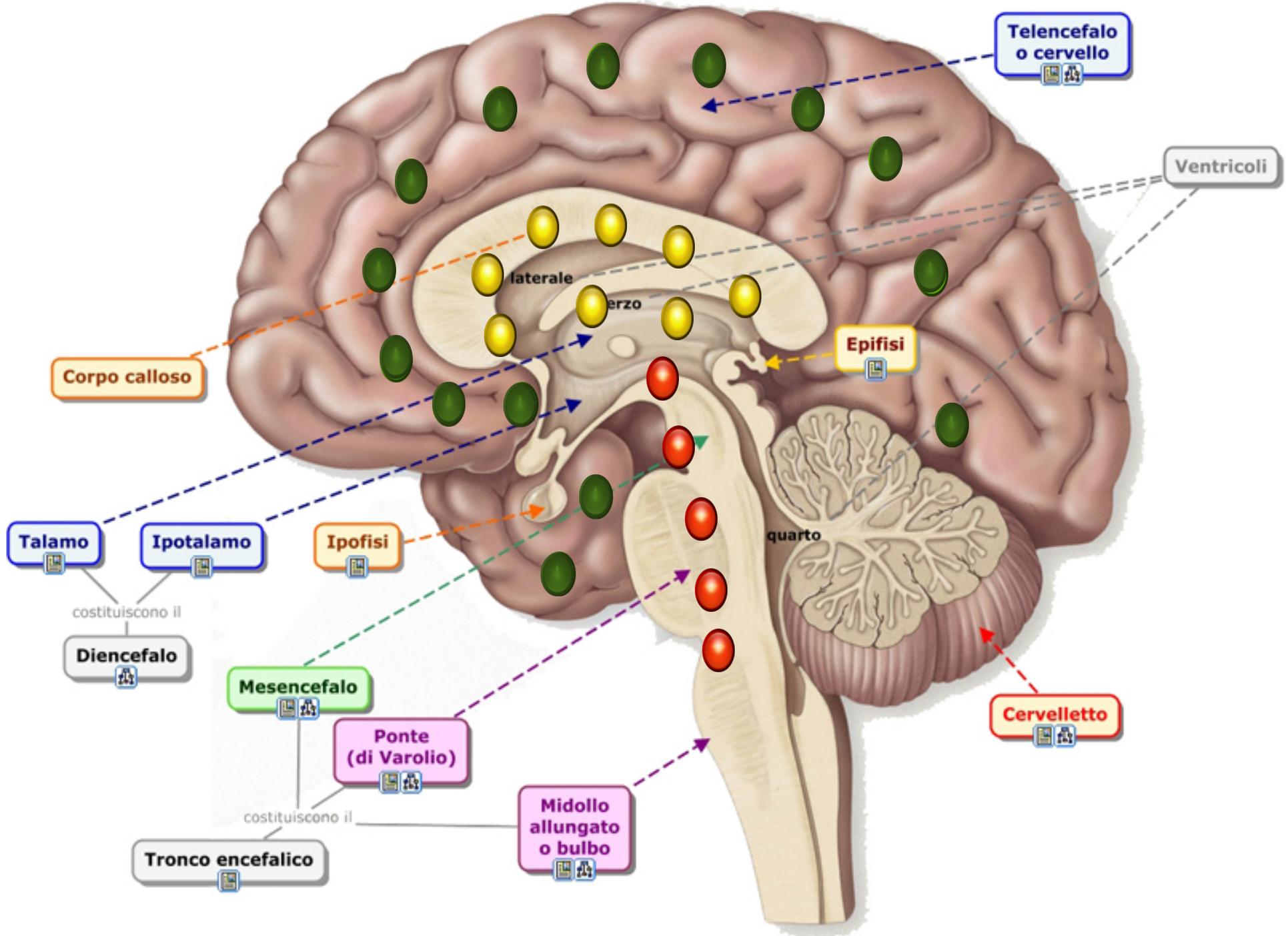
MEMORIA

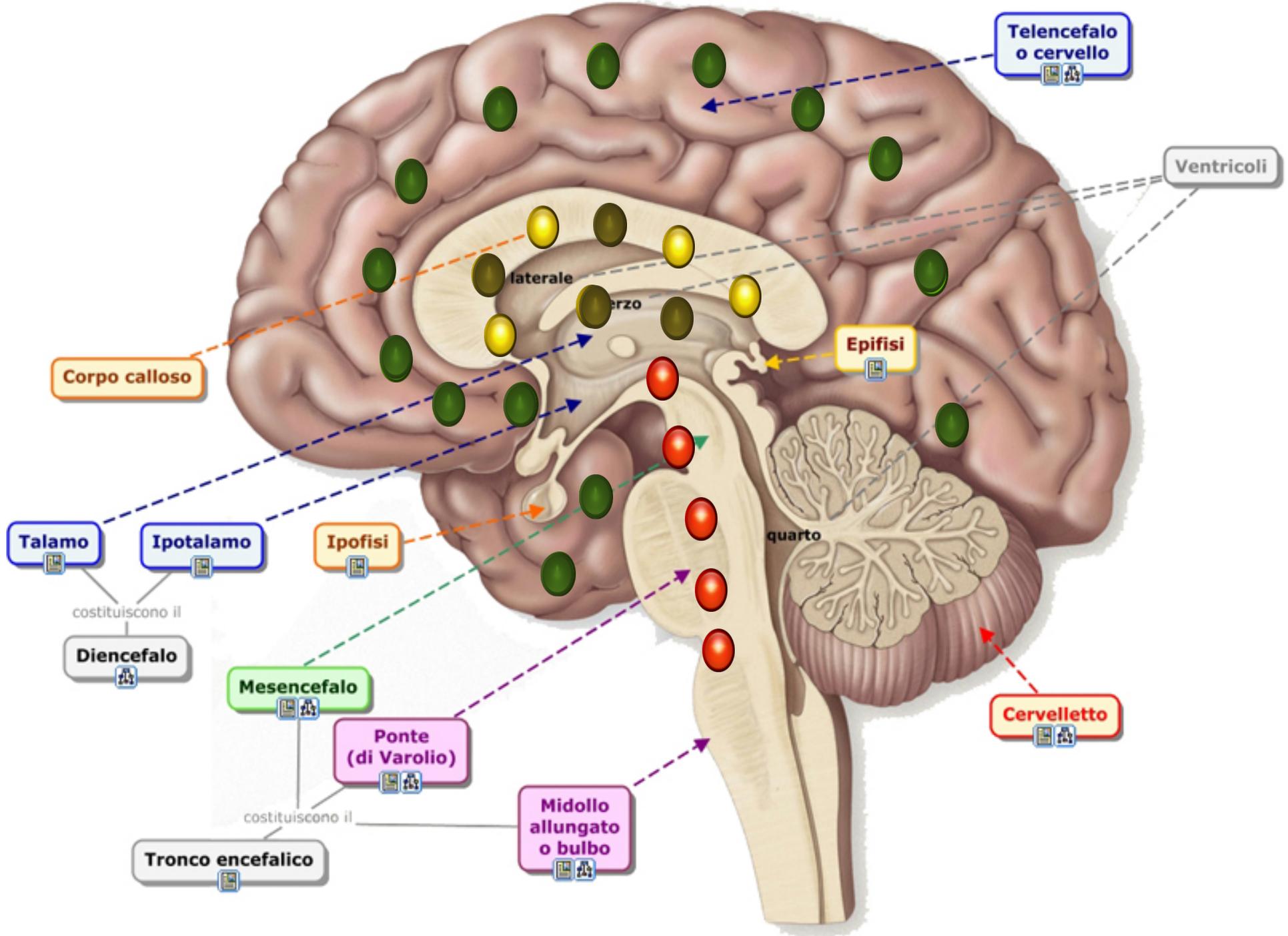


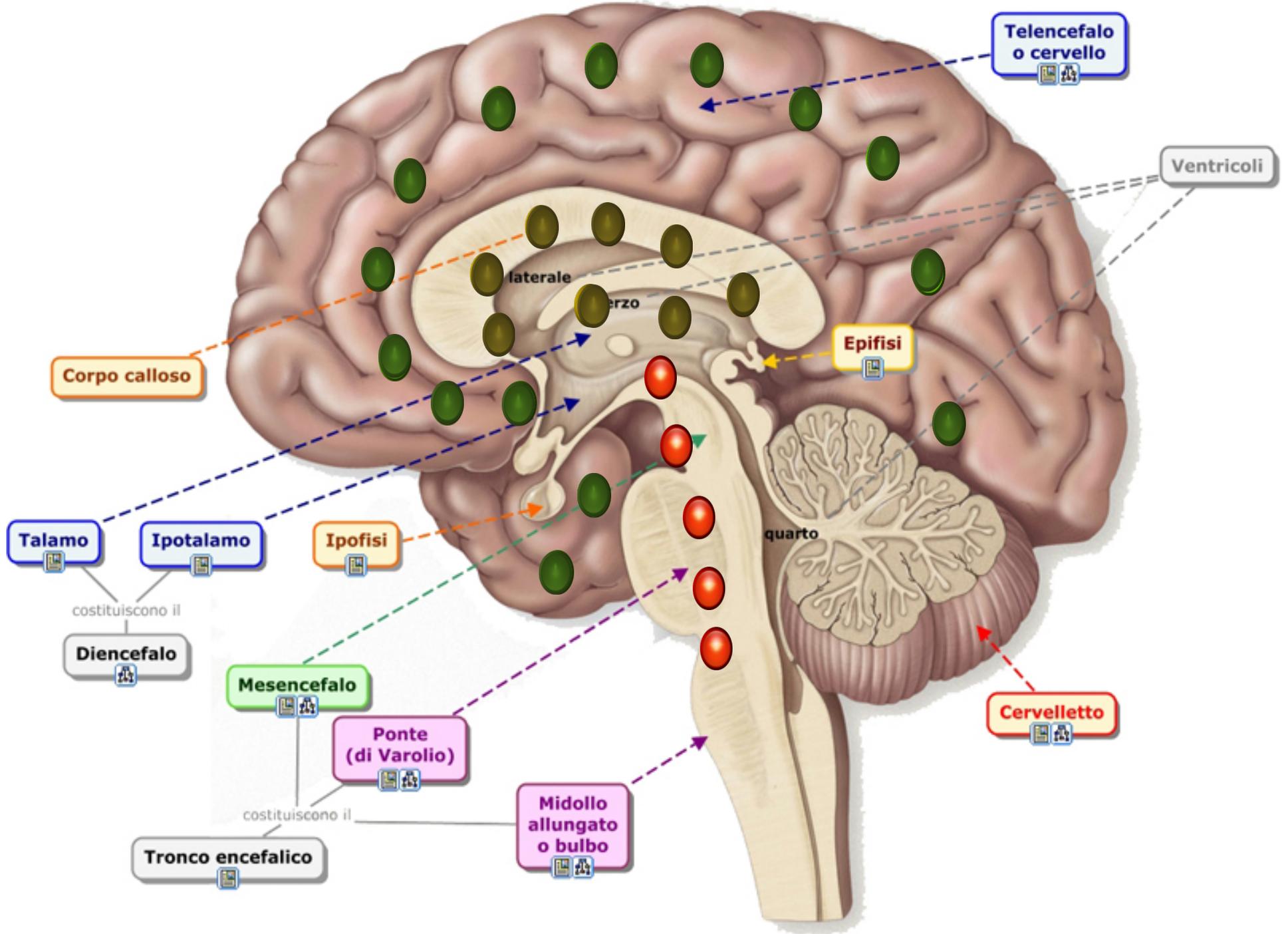
Cosa succede al cervello quando la malattia di Alzheimer progredisce

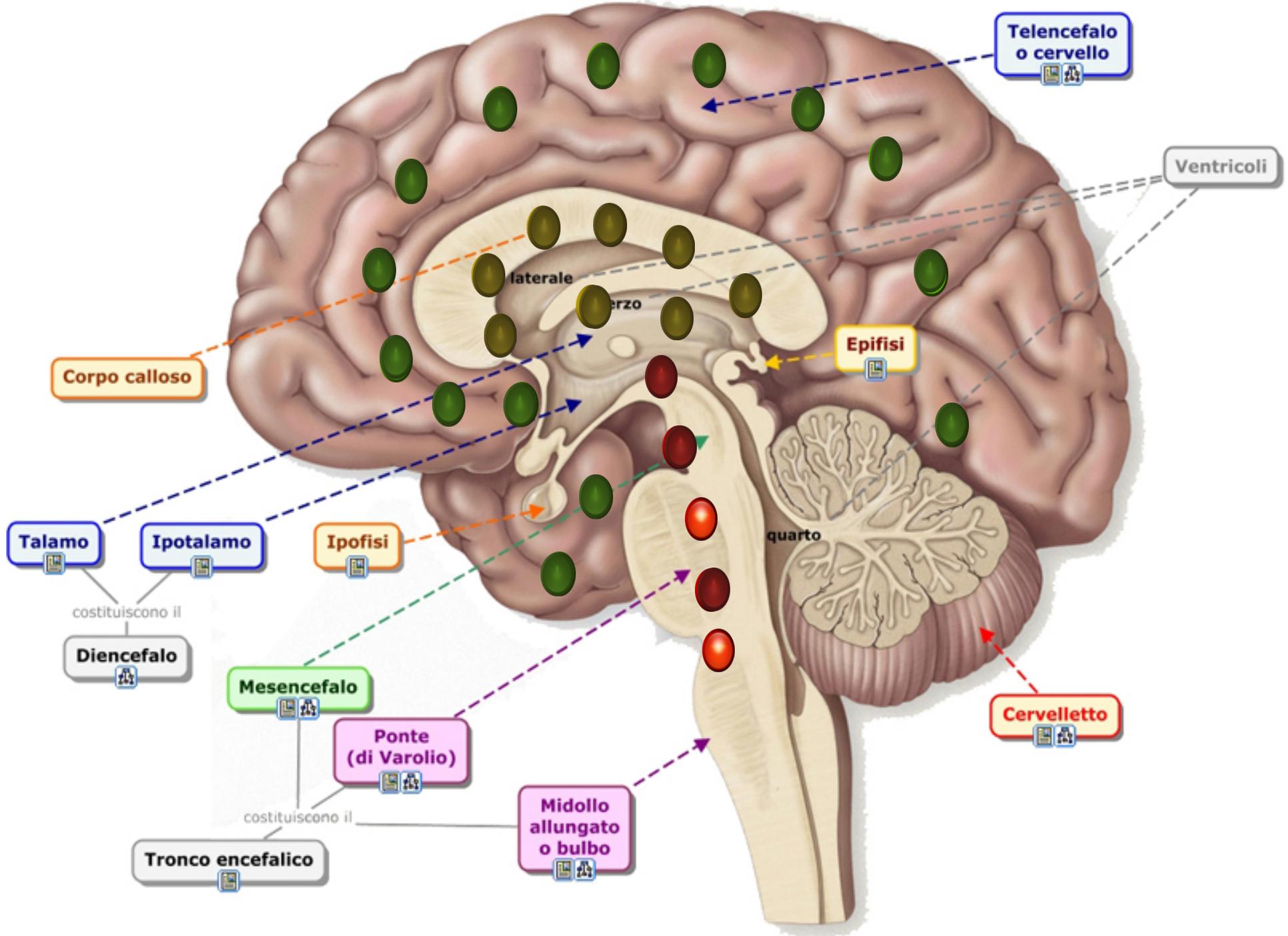














Differenza tra senilità e demenza di Alzheimer

Una persona con sintomi di AD

Dimentica completamente le esperienze

Raramente se ne ricorda in un secondo momento

Diventa gradualmente incapace di seguire istruzioni scritte/orali

Diventa gradualmente incapace di utilizzare appunti per ricordare le cose

La perdita della memoria interferisce con le attività quotidiane

Diventa progressivamente incapace di aver cura della propria persona

Una persona con normali alterazioni della memoria dovute all'età

Dimentica parti di un'esperienza

Spesso se ne ricorda in un secondo momento

Solitamente è in grado di seguire istruzioni scritte/orali

Solitamente è in grado di utilizzare appunti per ricordare le cose

Nessuna compromissione significativa delle attività quotidiane

Solitamente è in grado di curare la propria persona



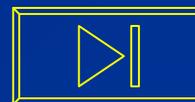
10 sintomi e segnali della malattia di Alzheimer

- ❖ **La perdita di memoria che sconvolge la vita quotidiana non rappresenta una caratteristica normale dell'invecchiamento, bensì può essere un sintomo della malattia di Alzheimer oppure di un altro tipo di demenza.**
- ❖ **La malattia di Alzheimer è una patologia del cervello che provoca un lento declino delle capacità di memoria, del pensare e di ragionamento.**



I 10 sintomi premonitori

1. Vuoti di memoria che compromettono la funzionalità di ogni giorno
2. Difficoltà a pianificare le cose o a risolvere i problemi
3. Problemi nello svolgere attività quotidiane
4. Disorientamento nel tempo e nello spazio
5. Difficoltà visive e nel riconoscimento delle relazioni spaziali tra le cose
6. Difficoltà nel pensiero astratto (numeri, parole)
7. Problemi con l'ordine (la cosa giusta al posto giusto)
8. Diminuita capacità di giudizio (**difficoltà nelle decisioni**)
9. Cambiamenti nel tono dell'umore e nella personalità
10. Ritiro dalla vita sociale





La perdita di memoria che sconvolge la vita quotidiana

- ❖ Uno dei segnali più comuni della malattia di Alzheimer è la perdita di memoria, **soprattutto il dimenticare informazioni apprese di recente.**
- ❖ Altri segnali sono il dimenticare date o eventi importanti, **chiedere le stesse informazioni più volte**, un sempre maggiore bisogno di contare su membri della famiglia per cose che si era soliti gestire in proprio.

Qual è un tipico cambiamento legato all'età?

A volte, il dimenticare i nomi o gli appuntamenti, ma ricordarli più tardi.





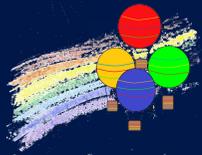
Sfide nella programmazione o nella soluzione dei problemi

- ❖ Alcune persone possono sperimentare cambiamenti nella loro capacità di sviluppare e **seguire un programma o lavorare con i numeri o per gestire un budget al lavoro**
- ❖ Possono avere problemi a ricordare una ricetta che era loro familiare o a tenere traccia delle bollette mensili.
- ❖ **Esse possono avere difficoltà a concentrarsi, e impiegano molto più tempo di prima per fare le cose.**

Qual è un tipico cambiamento legato all'età?

Fare errori occasionali quando si cerca di far quadrare dei conti, un certo rallentamento fisico è fisiologico.





Difficoltà nel completare gli impegni familiari a casa, al lavoro o nel tempo libero

- ❖ **Le persone che soffrono della malattia di Alzheimer hanno spesso difficoltà a completare le attività quotidiane.**
- ❖ **A volte, possono avere problemi per guidare l'auto verso un luogo familiare, ricordare le regole di un gioco preferito.**

Qual è un tipico cambiamento legato all'età?

Occasionalmente avere bisogno di aiuto per utilizzare le impostazioni di un forno a microonde o per registrare un programma televisivo.





Confusione con tempi o luoghi

- ❖ **Le persone che soffrono della malattia di Alzheimer possono perdere il senso delle date, delle stagioni e del passare del tempo.**
- ❖ **Possono avere difficoltà a capire qualcosa se non avviene immediatamente.**
- ❖ **A volte, possono dimenticarsi dove si trovano o come sono arrivati lì.**

Qual è un tipico cambiamento legato all'età?

Confondersi circa il giorno della settimana, ma comprenderlo in seguito.





Difficoltà a capire le immagini visive e i rapporti spaziali

- ❖ Per alcuni, avere problemi visivi è un segnale della malattia di Alzheimer.
- ❖ **Tali individui possono avere difficoltà a leggere, a giudicare la distanza e a stabilire il colore o il contrasto.**
- ❖ In termini di percezione, essi possono passare davanti a uno specchio, e pensare che qualcun altro sia nella stanza.
- ❖ Potrebbero non capire di essere loro la persona nello specchio.

Qual è un tipico cambiamento legato all'età?

Disturbi visivi legati alle cataratte o malattie degli occhi.





Nuovi problemi con le parole nel parlare o nello scrivere

- ❖ Chi soffre della malattia di Alzheimer può avere **difficoltà a seguire o a partecipare a una conversazione.**
- ❖ Questi individui **possono fermarsi nel bel mezzo di una conversazione e non avere alcuna idea di come continuare,** oppure può accadere che si ripetano.
- ❖ Potrebbero lottare con il vocabolario, **avere problemi a trovare la parola giusta o chiamare le cose con il nome sbagliato** (ad esempio, chiamare "orologio a mano" un "orologio da polso").

Qual è un tipico cambiamento legato all'età?

A volte, avere problemi a trovare la parola giusta.





Non trovare le cose e perdere la capacità di ripercorrere i propri passi

- ❖ Le persone che soffrono della malattia di Alzheimer possono **lasciare gli oggetti in luoghi insoliti.**
- ❖ Possono perdere le cose e **non essere in grado di tornare sui propri passi per trovarle di nuovo.**
- ❖ A volte, esse possono accusare gli altri di averli rubati.
- ❖ **Con il passare del tempo, ciò può verificarsi più frequentemente.**

Qual è un tipico cambiamento legato all'età?

Perdere le cose di tanto in tanto e ripercorrere i propri passi per trovarle o in un momento successivo ricordarsi dove erano state ritirate.





Ridotta o scarsa capacità di giudizio

- ❖ **Chi soffre della malattia di Alzheimer può sperimentare cambiamenti nel giudizio o nel processo decisionale. Ad esempio, queste persone possono dare prova di scarsa capacità di giudizio nel maneggiare il denaro.**
- ❖ **Possono prestare meno attenzione alla cura della propria persona o a tenersi puliti.**

Qual è un tipico cambiamento legato all'età?

Prendere una decisione sbagliata di tanto in tanto..





Ritiro dal lavoro o dalle attività sociali

- ❖ **Le persone che soffrono della malattia di Alzheimer possono iniziare a rinunciare a hobby, attività sociali, progetti di lavoro o attività sportive.**
- ❖ **Possono avere problemi nell'aggiornarsi sulla squadra sportiva preferita o nel ricordare come completare un hobby favorito.**
- ❖ **Esse possono anche evitare di socializzare a causa dei cambiamenti che hanno vissuto.**

Qual è un tipico cambiamento legato all'età?

A volte sentirsi stanco degli obblighi di lavoro, familiari e sociali.





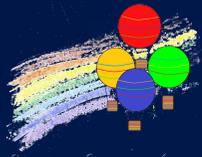
Cambiamenti di umore e di personalità

- ❖ L'umore e la personalità delle persone che soffrono della malattia di Alzheimer possono cambiare.
- ❖ **Essi possono diventare confusi, sospettosi, depressi, spaventati o ansiosi.**
- ❖ Possono essere facilmente suscettibili a casa, al lavoro, con gli amici o nei luoghi nei quali sono al di fuori della loro zona di comfort.

Qual è un tipico cambiamento legato all'età?

Sviluppare modi molto specifici di fare le cose ed irritarsi quando una routine viene interrotta.





10 consigli per mantenersi giovani...e con buona memoria

1. Esercita la mente
2. Pratica attività fisica
3. Mangia e bevi in modo salutare
4. Sviluppa un sistema di suggerimenti
5. Concediti tempo per ricordare le cose



10 consigli per mantenersi giovani...e con buona memoria

6. Impara tecniche di rilassamento
7. Pensa positivo
8. Parlane con il tuo medico
9. Controlla periodicamente gli esami ematochimici e la pressione arteriosa
10. Affronta il problema con saggezza



Sono fattori protettivi nei confronti del rischio di demenza

Partecipare a giochi da tavolo e di società

Leggere

Suonare strumenti musicali

Fare parole crociate

Scrivere

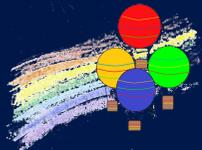
Ballare

Dedicarsi alla cura della casa

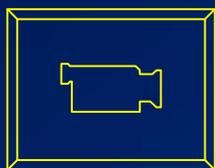
Praticare ginnastica di gruppo

Dedicarsi alla cura dei bambini (fare il nonno o la nonna !!)

Nuotare



Approfondimenti





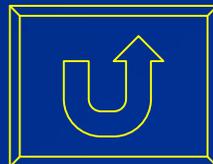
È vero che la malattia di Alzheimer è ereditaria?

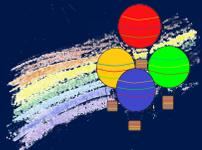
- ❖ Dai propri genitori spesso si eredita non la malattia ma la predisposizione ad ammalarsi di **certe malattie**, cioè ci si può ammalare di quella determinata patologia più frequentemente degli altri soggetti.
- ❖ La genetica è però complicata dal fatto che non tutte le diverse situazioni sono determinate da un unico gene, e dal fatto che non tutti i geni hanno la stessa forza, per cui per determinare una caratteristica ne può essere necessaria la presenza contemporanea di più geni.



È vero che la malattia di Alzheimer è ereditaria?

- ❖ In un numero estremamente limitato di famiglie (alcune decine in tutto il mondo), la malattia di Alzheimer si presenta col carattere di malattia genetica dominante. I membri di tali famiglie possono ereditare da uno dei genitori la parte di DNA (struttura genetica) che causa la malattia. Mediamente, la metà dei figli di un genitore malato erediterà la malattia, che in questo caso avrà un esordio relativamente precoce: tra i 35 e i 60 anni.





Esiste una terapia per la malattia di Alzheimer?

- ❖ A tutt'oggi, non esiste alcun farmaco in grado di prevenire o guarire la malattia di Alzheimer.
- ❖ Esistono dei farmaci che possono aiutare ad alleviare certi sintomi quali l'agitazione, l'ansia, la depressione, le allucinazioni, la confusione e l'insonnia.
- ❖ Si sono riscontrati nei malati di Alzheimer livelli ridotti di acetilcolina, un neurotrasmettitore (sostanza chimica responsabile della trasmissione di messaggi da una cellula all'altra) che gioca un ruolo nei processi di memoria. Sono stati recentemente introdotti dei farmaci che possono inibire l'enzima responsabile della distruzione dell'acetilcolina. Si è osservato, inoltre, che essi hanno la capacità di rallentare temporaneamente la progressione dei sintomi. Sono farmaci che curano i sintomi, ma non curano la malattia.





Sono pulito

Chi ha rubato
le mie cose

Uffa che noia

Non lasciarmi
più sola

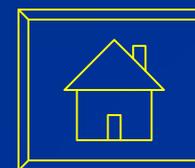
Voglio tornare
a casa mia

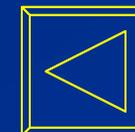
Perché nessuno
mi aiuta?

Con un po'
di zucchero
la cena va
giù

Cosa gli
dici per
farlo
sorridere?

Non è mai
notte





**IL MENO
POSSIBILE**



Guardare la TV,
Usare il PC,
Utilizzare i videogiochi,
Stare seduti più di 30 minuti

**2-3 VOLTE
LA SETTIMANA**



ATTIVITÀ SPORTIVA
Golf, Caccia, Nordic Walking
**ESERCIZI DI FORZA,
FLESSIBILITÀ ED EQUILIBRIO**
Esercizi con i pesi, Stretching,
Esercizi propriocettivi



**3-5 VOLTE
LA SETTIMANA**



ESERCIZI AEROBICI
Bicicletta, Nuoto, Corsa,
Cardio Fitness, Training

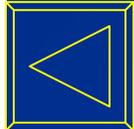


ATTIVITÀ SPORTIVA
Calcio, Tennis, Basket, Volley

TUTTI I GIORNI



PASSEGGIARE, FARE LE SCALE
**ANDARE AL LAVORO
A PIEDI OPPURE IN BICICLETTA**





Quali strumenti per identificare precocemente la malattia o per tranquillizzarmi?



Progressione gerarchica della sintomatologia nella malattia di Alzheimer

DEMENZA LIEVE

❖ *Sintomi cognitivi*

- Minimo disorientamento temporale
- Perdita memoria modesta
- Difficoltà a trovare le parole
- Aprassia costruttiva per disegni tridimensionali
- **Difficoltà nell'esecuzione di problemi complessi**

❖ *Sintomi non cognitivi*

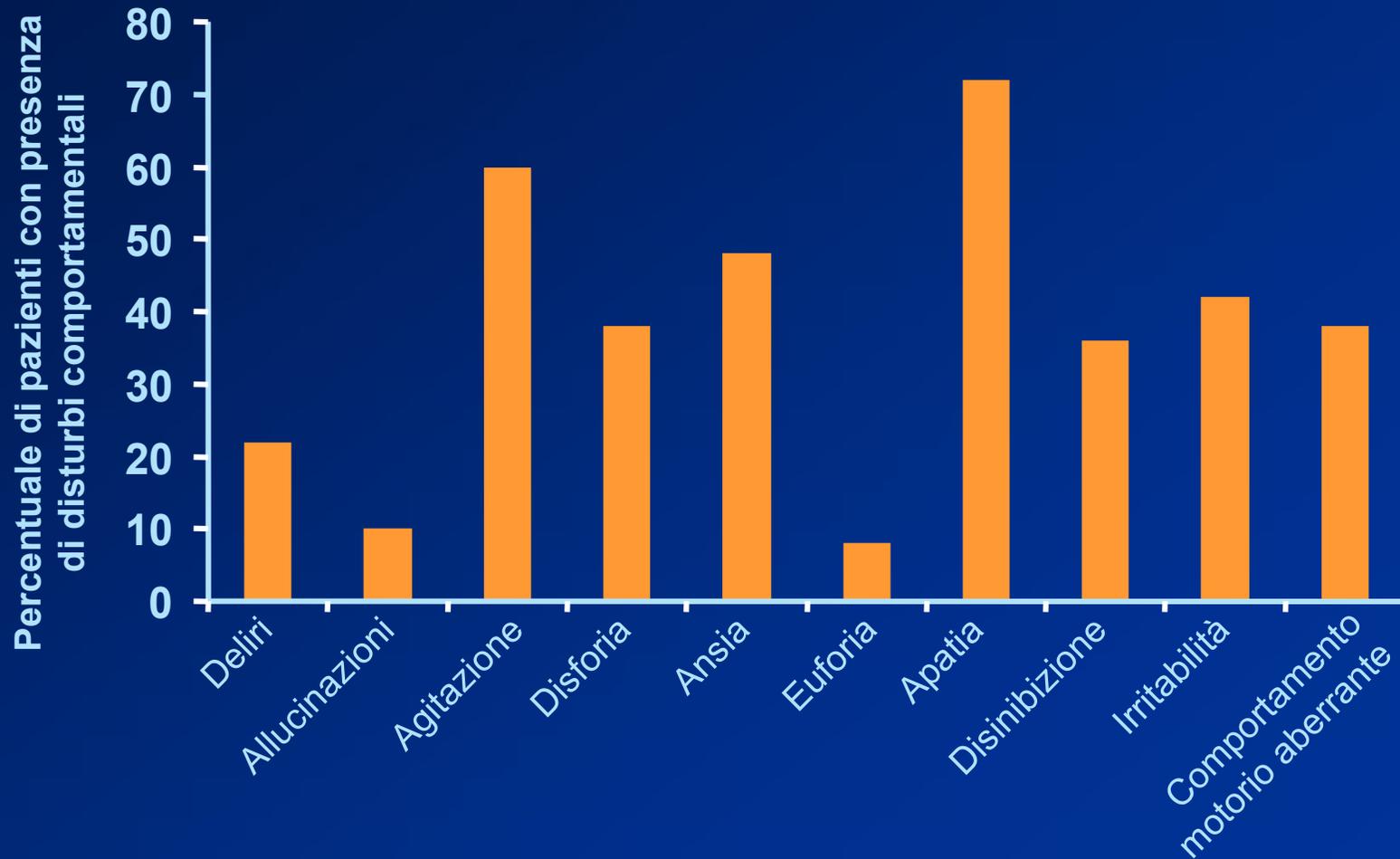
- Spesso presenti ansia, depressione,
- Talora presenti alterazioni della personalità (apatia, irritabilità)

❖ *Stato funzionale*

- Incapace di compiere indipendentemente le attività lavorative
- Lieve ma sensibile compromissione nelle attività della vita domestica
- Può richiedere supervisione
- Assenza di alterazioni nelle funzioni motorie



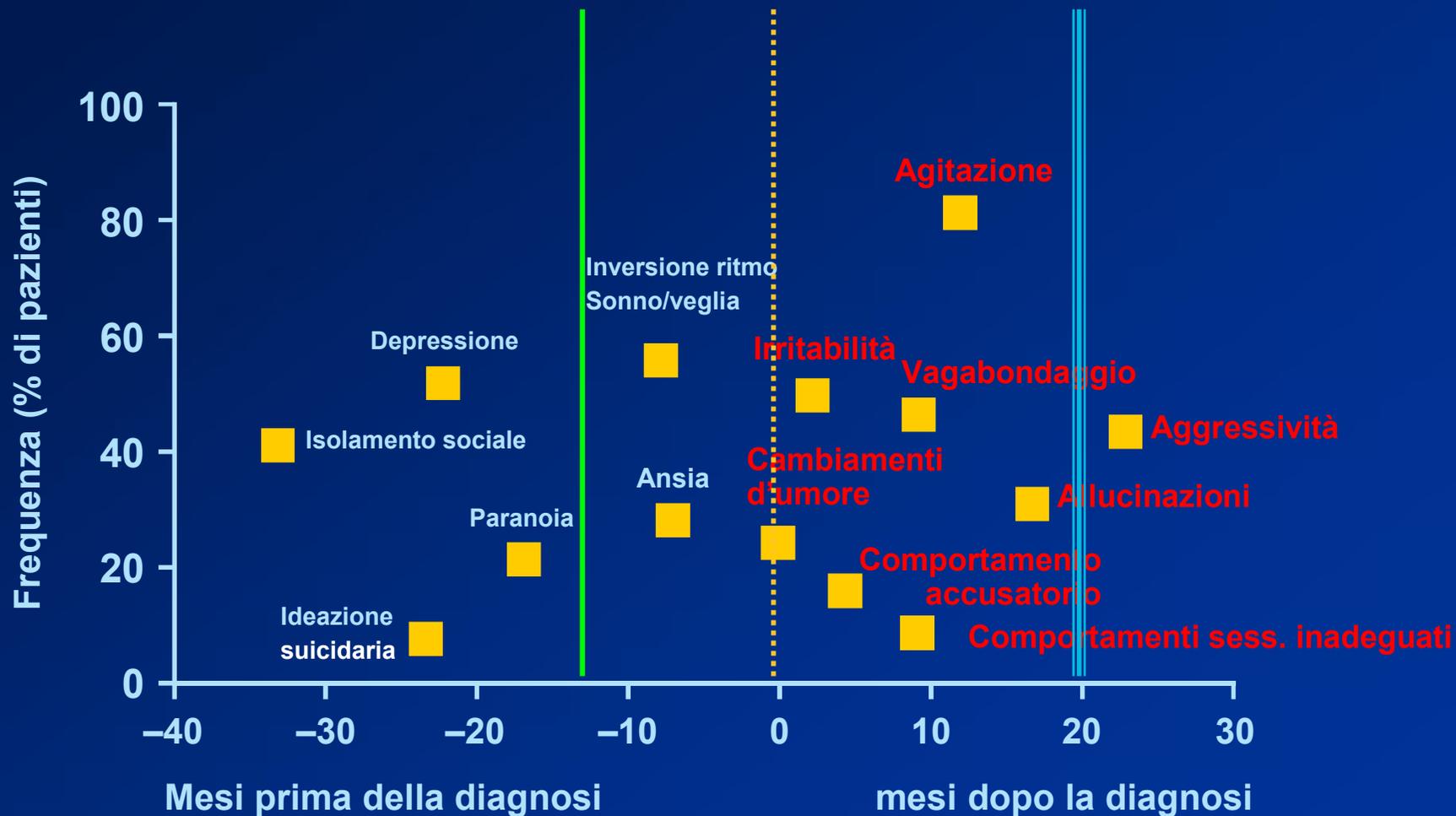
Frequenza dei disturbi comportamentali nella AD



Adattato da Mega et al, 1996



Sintomi comportamentali e progressione della malattia





Terapia Non Farmacologica

- ❖ **Qualsiasi intervento non chimico, mirato e replicabile, basato su una teoria, condotto con il paziente o il caregiver, potenzialmente in grado di fornire qualche beneficio rilevante.**



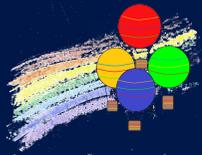
Terapia Farmacologica

Allo stato attuale per la terapia farmacologica della malattia di Alzheimer **non si dispone di un trattamento causale**, cioè consistente nella rimozione della causa della malattia, **ma soltanto di farmaci “sintomatici”**, cioè finalizzati all’attenuazione dei sintomi della malattia.

Fase della
“STIMOLAZIONE”



Fase della
“SEDAZIONE”



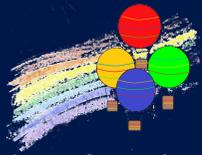
SAGE test

- ❖ È il Sage test, esame gerocognitivo autosomministrabile, ideato dai ricercatori dell'Università dell'Ohio coordinati dal docente **Douglas Scharre**.
- ❖ Il test è stato sperimentato su un campione di **oltre 1000 persone con più di 50 anni** e si è rivelato uno strumento utile per determinare il declino cognitivo degli individui.



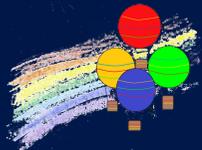
SAGE test

- ❖ Il punteggio massimo che si può raggiungere è di **22 punti**, per una memoria di ferro, ma già da 17 punti le capacità cognitive e la memoria sono definite in salute. Il **punteggio medio** ottenuto dai partecipanti alla sperimentazione è stato infatti di **17,8 punti**.



SAGE test

- ❖ Il Test SAGE comprende differenti sezioni:
- ❖ orientamento temporale,
- ❖ linguaggio,
- ❖ ragionamento e calcolo,
- ❖ visualizzazione spaziale,
- ❖ capacità esecutive,
- ❖ memoria.



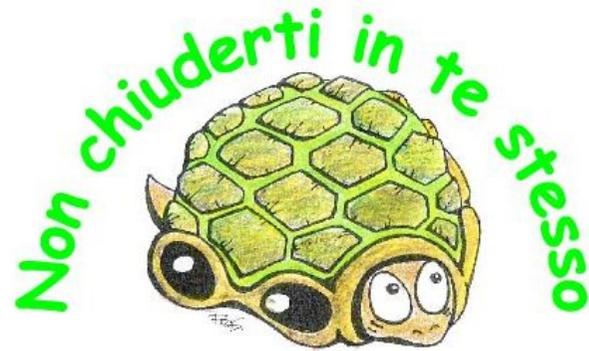
SAGE test

- ❖ Il Test SAGE permette di ottenere una **linea di base della funzione cognitiva**, così da poter seguire l'evolversi di questi problemi nel tempo.
- ❖ il test può essere eseguito periodicamente per notare eventuali cambiamenti nelle capacità cognitive, e intervenire molto più precocemente.



Cosa fare se il test è minore di 17?

Se la memoria di un tuo caro si smarrisce



Chiama la linea Amica.

Un servizio innovativo e gratuito dell'ASL TO4 per l'ascolto e l'informazione sui disturbi della memoria.



A.S.L. TO4

Azienda Sanitaria Locale
di Ciriè, Chivasso e Ivrea



Gentile cittadino,
il "Punto di Ascolto" nasce come servizio di supporto per i familiari di persone affette da disturbi della memoria/demenze; questa nuova attività si colloca nella Rete dei Servizi per le persone anziane ed ha come obiettivo accogliere, informare ed indirizzare i parenti ad un accesso facilitato ai Servizi.

Si potrà usufruire del Punto di Ascolto telefonando al numero **0125 253849**

lunedì dalle **ore 10:00 alle 12:00 e 14:00 - 15:00**

mercoledì dalle **ore 10:00 alle ore 12:00.**

E' prevista la possibilità di un primo colloquio telefonico con un infermiere a cui potrà seguire un appuntamento presso una sede ASL.

La lunga evoluzione di queste malattie richiede un adattamento dei comportamenti e dell'accesso ai servizi che può essere realizzato con un continuo affiancamento esperto.

Nel caso si evidenziasse la necessità di una valutazione del domicilio per rendere maggiormente confortevole e sicuro l'ambiente casa, si concorderà in quella sede, l'intervento.