# Vent'anni della SUPSI

# Una bambola che allevia il dolore

## La serie dedicata alle sfide che attendono l'istituto continua con la presentazione di una ricerca innovativa
## Si svolge nelle case per anziani ticinesi e intende coinvolgere un totale di 128 persone affette da demenza

**L'allungamento della vita e l'invecchiamento della popolazione sono fenomeni incontestati che coinvolgono anche il Ticino. Basti pensare – dati dell'Ufficio cantonale di statistica alla mano – che alla fine del 2015 nel nostro Cantone risiedevano 76.731 persone di 65 anni e più (su un totale di 351.946). Di queste, 54.639 avevano un'età compresa tra i 65 e i 79 anni, i restanti 22.092 avevano 80 anni e oltre. I centenari erano 124. «Con 21,8 anziani di 65 anni e più ogni 100 abitanti, di cui 6,2 ultraottantenni, il Ticino vanta gli indici cantonali di anzianità e di grande anzianità più alti del Paese». Questa situazione crea tutta una serie di bisogni, aspettative e problemi a cui la società è chiamata a rispondere. E la Scuola universitaria professionale della Svizzera italiana, che quest'anno festeggia il suo 20.esimo compleanno (leggi CdT del 24 giugno), ha raccolto la sfida. Ne discutiamo (in basso) con il sociologo Stefano Cavalli, responsabile del Centro competenze anziani del Dipartimento economia aziendale, sanità e sociale della SUPSI. Mentre la psicologa Rita Pezzati, professoressa e membro del team del Centro competenze anziani, ci parla dell'«Efficacia della terapia della bambola sui disturbi del comportamento in persone affette da demenza che vivono in casa per anziani».**

ROMINA BORLA

**TENEREZZA** La bambola terapeutica (*Empathy doll*) e, nel riquadro, la professoressa della SUPSI Rita Pezzati.

Gridava in continuazione e vagabondava senza meta però si è fermata per parlare con la sua bambola, rivolgendosi a lei con la stessa dolcezza con la quale si parla ad un bambino. Mentre un'altra anziana signora, per portare l'oggetto terapeutico a passeggio, si è alzata da un letto che non lasciava mai. Un'altra ancora, la quale non riusciva a prender sonno in preda all'angoscia mascherata da aggressività, si è calmata stringendo a sé la bambola. Sono tutti piccoli miracoli resi possibili dalla *Doll therapy*, la Terapia della bambola, una terapia non farmacologica che da qualche anno viene impiegata in alcune case per anziani ticinesi grazie all'esperienza del Gruppo *Doll therapy* Ticino.
Da pochi mesi questa terapia è anche oggetto di una ricerca SUPSI – sostenuta dal Cantone e da diverse associazioni (Alzheimer Svizzera e Ticino, Pica Alferi, Fondazione per le malattie neurodegenerative nella persona adulta e nell'anziano, Rizzieri e Fidinam) – coordinata da **Rita Pezzati**: «Efficacia della Terapia della bambola sui disturbi del comportamento in persone affette da demenza residenti in casa per anziani».
Le persone affette da Alzheimer o altre forme di demenza moderata/avanzata – spiega l'esperta – spesso soffrono di disturbi del comportamento: irrequietezza, apatia, comportamenti aggressivi, resistenza alle cure, vagabondaggio. Questi impongono un elevato carico ai curanti e rappresentano una problematica rilevante in termini di costi umani e finanziari. «L'ampio uso di psicofarmaci per farvi fronte è tuttavia molto discusso. Le linee guida dell'Associazione internazionale di psicogeriatria (2012) raccomandano, in questi casi, l'utilizzo di interventi non farmacologici in combinazione a medicamenti che tengano in considerazione la storia della persona. La Terapia della bambola è in linea con tali indicazioni e i suoi effetti sono riconoscibili in due dei principi della bioetica: quello della beneficienza, promuovendo il benessere del paziente attraverso la riduzione della presenza e/o dell'intensità dei disturbi psico-comportamentali e quello dell'autonomia, attraverso la promozione della libertà di autodeterminazione nello scegliere o meno l'uso della bambola. Si rileva inoltre che la diminuzione dei comportamenti aggressivi porta ad avere un ambiente più sereno anche per gli altri residenti, i curanti e i famigliari».
Ma in che cosa consiste la *Doll therapy*? Risponde la nostra interlocutrice: in particolari momenti della giornata, i più critici, si somministra al paziente una bambola speciale (*Empathy doll*) che viene in molti casi riconosciuta come un bambino vero e quindi accudita. «Questo periodo di relazione con l'oggetto terapeutico, che può durare anche un'ora, serve alla persona affetta da demenza per ridare senso al non senso che vive lungo tutto l'arco della giornata. La bambola è fonte di emozioni positive come la gioia, la tenerezza, la sorpresa e può dare la sensazione di riappropriarsi di un ruolo avuto in passato e di elementi della propria storia di vita. Può far affiorare conflitti, oggettivare l'aggressività e diventare un contenitore delle angosce. Attraverso quest'esperienza il paziente viene incoraggiato a comunicare, allentare lo stress e gestire i disturbi comportamentali». Queste bambole che stimolano l'empatia nascono in Svezia alla fine degli anni '90, ricorda Pezzati. Un'insegnante di sostegno, Britt Marie Egedius Jakobsson, ha realizzato la prima bambola – che ha caratteristiche particolari (estrema morbidezza, volto antropomorfo, braccia e gambe flessibili per accogliere abbracci, capigliature e vestiti diversi) – per il suo bimbo autistico. Dati gli ottimi risultati ottenuti anche con altre persone (ragazzi affetti da ritardo, disabili, anziani con demenza) il suo uso si è diffuso in altri contesti nel mondo.

### Meno disturbi e stress

Lo studio della SUPSI – che finora ha coinvolto 22 pazienti residenti in 7 case anziani sparse sul territorio – intende come detto valutare l'efficacia della *Doll therapy* in persone affette da demenza di grado moderato-severo. L'obiettivo primario dell'intervento è dunque quello di ridurre i disturbi del comportamento dei pazienti e lo stress correlato nei curanti. «A questo scopo saranno confrontati due gruppi per un totale di 128 soggetti di sesso femminile», dice l'intervistata. «Al primo sarà somministrata la bambola terapeutica. Al secondo un cubo, morbido e colorato, che rappresenta uno stimolo attrattivo non antropomorfo. Così si potrà capire in che misura i benefici rilevati sono dovuti alla bambola o alla relazione col personale curante. La partecipazione dei residenti alla terapia avviene attraverso sessioni giornaliere per 30 giorni consecutivi». Obiettivo secondario della ricerca è indagare quali caratteristiche soggettive concernenti lo stile di attaccamento delle persone affette da demenza favoriscono o meno la risposta all'intervento.
L'indagine – fa notare Pezzati – presenta un protocollo di ricerca sperimentale innovativo rispetto allo stato delle conoscenze attuali sulla *Doll therapy*. Nella valutazione pre e post intervento si utilizzano infatti delle misurazioni fisiologiche dello stress nei soggetti (pressione, frequenza cardiaca e ormone dello stress salivare) e uno strumento standardizzato per il rilevamento dei disturbi del comportamento (NPI-NH). «I primi risultati saranno disponibili a fine agosto», precisa la psicologa. «Ma dalle prime rilevazioni si può vedere come tutte le scale del comportamento dei pazienti siano migliorate, come migliore è anche la loro qualità di vita e quella dei famigliari. Inoltre lo stress del personale sembra diminuito». Le prime indicazioni, insomma, vanno a sostenere con dati e misurazioni scientifiche gli sforzi compiuti dai ricercatori per ridare serenità a chi sembrava averla perduta per sempre.

**DA SAPERE**

**FRAGILITÀ E RISORSE**

Il concetto di invecchiamento della popolazione è relativo, afferma il sociologo **Michele Egloff**, uno degli autori della ricerca «Fragilità e risorse della popolazione anziana in Ticino» (2015). «L'alta proporzione delle persone anziane rispetto alla popolazione totale, infatti, non si spiega solo con la maggiore longevità e l'aumento del numero di anziani in termini assoluti ma anche con la stagnazione del numero dei giovani».
«Se si parla di fragilità si fa riferimento alla sfera della salute», specifica **Stefano Cavalli**, a sua volta autore della ricerca in questione. «Un anziano fragile è una persona che dispone di risorse fisiologiche limitate e quindi di fronte ad avvenimenti esterni – ad esempio una caduta – rischia di avere una traiettoria di salute negativa, di perdere l'indipendenza». La vulnerabilità, aggiunge l'intervistato, è un concetto più ampio che comprende diverse dimensioni: salute, aspetti economici e relazionali. «In Ticino il 20-25% dei giovani anziani (65-69 anni) è vulnerabile: si tratta di persone non povere ma in situazione di precarietà, non dipendenti ma fragili, a rischio di isolamento. Si trovano più spesso in una condizione di vulnerabilità economica le donne, chi ha svolto professioni manuali, le persone che vivono in città, quelle di nazionalità italiana e quelle non sposate. Mentre gli anziani fragili si contano con maggior frequenza tra le persone che detengono un livello d'istruzione e uno statuto professionale bassi, che non lavorano più, che sono separate o divorziate».

**L'INTERVISTA** STEFANO CAVALLI*

# «L'ambizione è quella di costituire un Osservatorio dell'invecchiamento»

**A TUTTO CAMPO** «Sondiamo la qualità percepita dei servizi, il "buon trattamento" nelle case anziani, l'efficacia degli "Aiuti diretti"».

Il Centro competenze anziani (CCA) della SUPSI – dice il responsabile **Stefano Cavalli** – è stato creato nel 2011 e si occupa di formazione, servizi e ricerca sulla realtà degli anziani in stretto legame con il territorio. Vi lavora una quindicina di persone con profili diversi: infermieri, ergoterapisti, sociologi, psicologi, specialisti in geriatria, ecc.
In particolare la ricerca del CCA si è sviluppata attorno a tre assi, spiega il nostro interlocutore. Il primo, e più consistente, riguarda gli studi applicati (spesso svolti su mandato del DSS) con lo scopo di promuovere il benessere, la qualità di vita degli anziani e offrire un supporto al lavoro dei professionisti attivi nel settore. «Esistono, ad esempio, delle importanti indagini – dirette dalla professoressa Luisa Lomazzi – per sondare la qualità percepita dei servizi (case per anziani, servizi di assistenza e cura a domicilio, centri diurni terapeutici). In pratica si raccoglie regolarmente l'esperienza e il parere di utenti, famigliari e personale di cura. L'obiettivo è quello di fornire al Cantone, e alle varie strutture sul territorio, un feedback e cercare di capire dove si possono introdurre dei miglioramenti, oltre a valutare l'impatto dei cambiamenti nel tempo». Si possono poi citare la ricerca «Art for ages», di cui vi abbiamo riferito nell'edizione del 24 giugno (pagina 2), quella sull'efficacia della *Doll therapy* citata nell'articolo sopra e il progetto sulla promozione della *bientraitance* (o buon trattamento) nelle case per anziani. «L'idea, in questo caso, è di sensibilizzare il personale curante sui gesti quotidiani che in taluni casi non rispettano pienamente l'autodeterminazione o altri diritti della persona anziana oppure, al contrario, di sottolineare le buone pratiche con lo scopo di rafforzarle e generalizzarle».
Il secondo asse di ricerca del Centro competenze anziani – che coinvolge pure istituti d'oltre Gottardo ed esteri – ha l'obiettivo di accrescere le conoscenze sulla popolazione anziana, o parte di essa, e di fornire dei dati scientificamente validi che possano servire alla politica, alle direzioni delle strutture, ecc. «L'ambizione è quella di costituire un Osservatorio dell'invecchiamento in Ticino», sottolinea Cavalli. «L'idea all'origine del progetto è che la popolazione anziana muta nel corso degli anni. Da qui la necessità di aggiornare le conoscenze per individuarne caratteristiche, fragilità, bisogni specifici. Nello stesso tempo ci interessiamo anche allo studio di gruppi distinti quali gli anziani di origine straniera, i disabili o gli ex tossicodipendenti che invecchiano, i centenari». Una delle caratteristiche della popolazione anziana – fa notare l'intervistato – è quella di essere estremamente eterogenea. Si notano delle differenze tra giovani e grandi anziani ma anche tra persone nella stessa fascia di età. Non ci sono infatti altri momenti della vita dove le disuguaglianze sono così marcate come in età avanzata (per ulteriori informazioni si rimanda a «Fragilità e risorse della popolazione anziana in Ticino», vedi box in alto). Da segnalare inoltre che il CCA, in collaborazione con il Consiglio degli anziani del Cantone, sta finalizzando un inventario di tutte le ricerche sulla popolazione di 65 anni e oltre residente in Ticino. «In tutto abbiamo raccolto delle informazioni su un centinaio di studi, realizzati tra il 1973 e il 2017».
Infine Cavalli presenta il terzo asse di ricerca, determinato da richieste puntuali provenienti dal territorio (associazioni che si occupano di anziani, case per anziani, vari servizi). «Ad esempio un'indagine in corso ha lo scopo di valutare l'efficacia della prestazione "Aiuti diretti" e si sta delineando una ricerca su anziani e nuove tecnologie nelle zone periferiche del Cantone».

* responsabile Centro competenze anziani della SUPSI