

La depressione nell'anziano provoca maggiore fragilità

L'impegno contro il dolore dell'anima del vecchio non è un atto marginale, al quale dedicare tempo di cura solo dopo avere risolto altri problemi, ma è la prima attenzione verso chi si vuole aiutare

di Marco Trabucchi

Gruppo di ricerca geriatrica

Il dolore dell'anima, in termini clinici chiamato depressione, condizione frequente della persona che invecchia, è troppo spesso vissuto in silenzio, senza chiedere aiuto a nessuno, per la naturale ritrosia a dichiarare i propri sentimenti.

Recentemente, mi è capitato di ascoltare da un'alta autorità morale della nostra città una favola di Gianni Rodari, intitolata "Giannino" che capirà il significato rispetto al tema di questo articolo. Giannino è un bambino così distratto che nelle varie azioni che compie nella giornata, quando esce di casa, spesso dimentica anche pezzi del proprio corpo: gioca a calcio e perde una gamba, gesticola e perde un braccio, guarda una vetrina e lascia il naso attaccato al vetro. Nel paese dove abita tutti conoscono la distrazione di Giannino, che continua sereno le sue passeggiate, incurante dei "pezzi" perduti. Alla sera ritorna a casa dalla mamma e le chiede approvazione per quanto ha fatto durante il giorno. Lui è felice e la mamma non lo rimprovera per avere dimenticato qua e là una gamba o il naso: lo abbraccia con forza ed in quell'atto rimette, ciascuno al suo posto, i vari pezzi, che nel frattempo gli abitanti del paese le avevano riportato. L'amore della mamma - senza parole e senza atti impositivi - ridona il senso alle cose, permette a Giannino il distratto di continuare a vivere con gioia.

Perché ho riportato questa favola così tenera in un articolo sulla salute della persona anziana? Perché l'amore degli altri ha una forza le-

nitrice della sofferenza e del dolore. A tutte le età, l'amore concorre a ricostruire, a mettere assieme: il vecchio non ha più l'amore della mamma che a tutto dà ordine e significato. Però, l'amore ricevuto e donato resta il principale legame con la vita: la possibilità nella giornata di costruire storie d'amore sono moltissime, anche se le trascuriamo, spesso nemmeno le vediamo.

Dobbiamo apprendere la lezione della favola, valida sia per chi accompagna la vita del vicino, sia per chi ha responsabilità professionali di cura. Soprattutto se il sofferente è un anziano, al quale la depressione provoca un aggravarsi delle fragilità: l'impegno contro il dolore dell'anima del vecchio non è un atto marginale, al quale dedicare tempo di cura solo dopo avere risolto ogni altro problema, ma è la prima attenzione verso chi si voglia sottrarre ad una condizione che autoproduce dolore e quindi, progressivamente, una sempre più grave fragilità. La cura migliore, oltre ad un uso mirato dei farmaci, è l'accompagnamento, il richiamo al tempo presente ed al senso della vita. Questo approccio è più facile con chi possiede il dono della fede (Cristo ha vissuto il dolore nella propria carne ed incontra il sofferente parlandogli della vita eterna, ponendosi lui stesso come realtà, come vita che non muore e, quindi, come riferimento che dà spiegazione anche all'inspiegabile), ma per tutti l'amore degli altri è costruzione di un legame forte, un antidoto alla perdita di speranza. Quante volte abbiamo incontrato nella pratica clinica o nella vita di tutti i giorni persone che hanno perso il senso dell'esistenza, con il passato



coperto di grigio ed un futuro che fa paura. È necessario l'ascolto, prima di tutto, per capire il loro dolore, da dove viene, se è legato a qualche specifico evento o è il segnale di un'esistenza in crisi. L'ascolto è la premessa per un dialogo, fatto anche di silenzi, mai di considerazioni moralistiche o banali ("vinciti", "fatti forza"). Così si può costruire un semplice, ma efficace atto di cura, perché la depressione non può essere la compagna severa di molti anni, né la consigliera triste che induce a sperare nella fine della vita. Quando ci dovesse capitare, comportiamoci come la mamma di Giannino, silenziosamente capace di un affetto che guarisce.

(da: www.grg-bs.it)

PENSIONATI - a cura dell'Esecutivo Nazionale FABIPensionati

Gestione credito e attività sociali Inpdap

Dal 1° novembre 2007, i lavoratori e i pensionati della Pubblica Amministrazione potranno accedere ai servizi offerti dalla Gestione autonoma delle prestazioni creditizie e sociali dell'INPDAP.

La Gestione del credito INPDAP è il fondo con cui l'Istituto finanzia tutte le iniziative sociali che non sono strettamente legate alla previdenza: piccoli prestiti, prestiti pluriennali e mutui ipotecari edilizi.

Oltre alle aperture di linee creditizie sono previste anche prestazioni pensate per:

- i giovani, figli degli iscritti alla Gestione: borse di studio, master universitari e dottorati di ricerca, ammissione nei convitti e iniziative di vacanze di studio;
- per gli anziani: soggiorni presso hotel convenzionati, ammissione nelle case albergo dell'INPDAP, assistenza a pensionati affetti

dal morbo di Alzheimer e ai loro familiari.

L'adesione alla Gestione comporta detrazione mensile del:

- 0,35% della retribuzione lorda per i lavoratori;
- 0,15% dell'assegno lordo di pensione per i pensionati.

L'iscrizione alla Gestione partirà automaticamente a partire dal 1° novembre 2007.

Chi non intende aderire alla Gestione deve comunicare la sua volontà per iscritto con raccomandata A/R all'amministrazione di appartenenza o all'ente provinciale che eroga la pensione, entro il 31 ottobre 2007. In ogni caso, entro sei mesi dalla prima trattenuta, lavoratori e pensionati potranno recedere dall'iscrizione con le stesse modalità previste per la non iscrizione (raccomandata A/R).