

# Tecniche riabilitative psicologiche



- Fino a poco tempo fa l'approccio riabilitativo alla demenza aveva basi teoriche molto povere e venivano utilizzate tecniche di stimolazione globale (teoria del “use it or lose it”, ossia una funzione è mantenuta solo se si utilizza)



Attualmente i programmi di riabilitazione psicologica hanno lo scopo di sostenere ed attivare quelle funzioni mentali non completamente deteriorate, intervenendo sulle potenzialità residue mirando a:

- Coinvolgere attivamente la persona curata;
- Valutare le potenzialità residue
- Migliorare la qualità della vita del paziente potenziando le risorse residue e le prestazioni cognitive, il tono dell'umore e il comportamento



- La promozione di una migliore qualità di vita per i pazienti ed i caregivers può essere ottenuta tramite:

Tecniche specifiche (rivolte alla persona)  
Ottimizzazione delle caratteristiche ambientali

# Tecniche di intervento riabilitativo

- Mnemotecniche, stimolazione della memoria procedurale e terapia di riorientamento alla realtà (fasi iniziali della malattia)
- Terapia della reminiscenza e della rimotivazione (fasi iniziali ed intermedie)
- La terapia di Validazione (fasi intermedie ed avanzate)

# Terapia di riorientamento alla realtà (ROT)

- La ROT è finalizzata a riorientare il paziente rispetto a sé, alla propria storia e all'ambiente circostante. Si pone l'obiettivo di modificare i comportamenti maladattivi migliorando il livello di autostima. Tramite ripetitive stimolazioni verbali, visive scritte, musicali si prefigge di rafforzare le informazioni di base del paziente rispetto le coordinate spazio temporali ed alla storia personale. La Rot può essere:
- Informale: prevede un processo di stimolazione a cui partecipano tutti gli operatori sanitari e i familiari, i quali durante i contatti col paziente forniscono informazioni al paziente
- Formale: Sedute giornaliere di 45 minuti tenute da un operatore .

# Stimolazione memoria procedurale

- Nelle fasi iniziali della demenza di Alzheimer la memoria procedurale risulta risparmiata, per questo sono state recentemente proposte tecniche di stimolazione finalizzate a stimolare l'apprendimento motorio, sensoriale e cognitivo. I risultati degli studi sulla stimolazione della memoria procedurale confermano da un lato che il paziente con AD è in grado di acquisire nuove informazioni, dall'altra che il sistema neuronale alla base dell'apprendimento procedurale utilizza supporti neuroanatomici separati rispetto a quelli della memoria dichiarativa.

# Mnemotecniche

- La tecnica è caratterizzata dal recupero di una stessa informazione ad intervalli di tempo crescente. Interventi riabilitativi che adottano questa tecnica si sono dimostrati efficaci nell'identificazione di oggetti, nell'associazione nome-faccia, nella collocazione spaziale degli oggetti e nella programmazione di attività quotidiane



# Terapia della reminiscenza

- Gli eventi remoti rappresentano lo spunto per stimolare le risorse mnesiche residue e per recuperare esperienze emotivamente piacevoli. Praticamente si fonda sulla naturale tendenza dell'anziano a rievocare il proprio passato, difatti il ricorso e la nostalgia possono essere fonte di idealizzazione e soddisfazione. La Reminiscenza è indicata come terapia finalizzata ad aiutare l'anziano a superare conflitti irrisolti, gestire perdite precedenti, riconoscere ed apprezzare le proprie risorse interiori e trovare significati nelle precedenti esperienze che possano adattarsi all'ambiente

# Terapia della validazione

- Il terapeuta tramite l'ascolto cerca di conoscere la visione della realtà del paziente al fine di creare contatti emotivi significativi. Il principale obiettivo non consiste nel ricondurre il paziente nella realtà attuale, ma entrare nel suo mondo per capirne comportamenti, sentimenti ed emozioni. Può essere applicata sia individualmente sia in gruppi che si incontrano regolarmente. Tramite la verbalizzazione dei propri sentimenti il paziente può recuperare l'autostima accanto alla percezione di essere accettato come soggetto capace di espletare relazioni significative.

# Rimotivazione

- Tecnica cognitivo-comportamentale il cui scopo consiste nella rivitalizzazione degli interessi per stimoli esterni. Si cerca di stimolare gli anziani a relazionarsi con gli altri e ad affrontare e discutere argomenti contingenti della realtà circostante; è particolarmente indicata per pazienti con sintomi depressivi non gravi e deficit cognitivo lieve in grado di seguire una conversazione, anche se istituzionalizzati. Viene applicata individualmente o in gruppi e l'obiettivo principale consiste nel limitare e nel contrastare la tendenza all'isolamento del paziente demente e depresso.