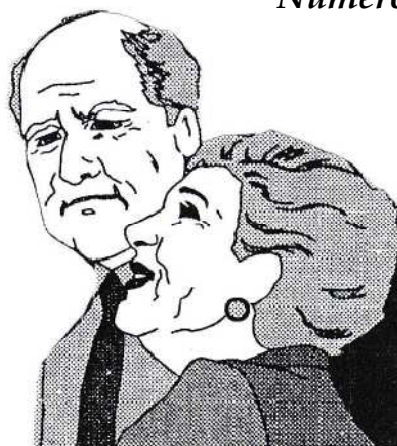


23 Luglio 2018

Numero 29

# **COME ... E PERCHÉ ASSISTERE GLI ANZIANI**



*Imparare a prendersi cura di chi prima si prendeva cura di noi, non è uno scherzo e non ci si inventa in questo ruolo, è la sfida che devono affrontare uomini e donne che sono contemporaneamente coinvolti su due difficili "fronti" come quello di assistere un anziano genitore e di accudire un figlio o più figli che stanno crescendo, non tralasciando il fatto di essere coniuge.*

*Una sfida molto spesso tutta al femminile che porta le persone a diventare genitori dei propri genitori muovendosi tra la casa, i figli, il lavoro, i medici e le pratiche burocratiche per l'accesso alle cure.*

*Come conciliare le esigenze della propria vita e della propria famiglia con i bisogni dei genitori che invecchiano e si ammalano sempre di più per poi diventare non autosufficienti?*

## **LE DIVERSE FASI DELLA VITA**

*Non sono rari i casi in cui tutto succede nello stesso momento quando mai te lo aspetti, passando da una notizia gioiosa ad una triste. A questo punto devi pensare a quale emozione far prevalere, riflettendo e considerando la situazione si sceglie sempre di condividere i momenti gioiosi con un genitore che è nell'ultima fase della sua vita.*

*Inoltre devi coinvolgerlo in tutti gli eventi familiari dandogli la possibilità di farlo sentire importante ed utile.*

*IL SENSO DI COLPA che ci assale quando consideriamo i genitori che invecchiano come un peso da portare. E' una situazione che rispecchia il conflitto che molte donne italiane vivono ogni giorno nel nostro paese, visto che l'Italia vanta il primo posto come paese più vecchio del continente; vedere il decadimento fisico, mentale di un anziano è veramente deleterio specialmente una persona cara.*

*Succede anche che la malattia di un genitore anziano subentra proprio in una fase particolare della vita di un figlio, per esempio nell'età evolutiva o durante l'adolescenza: riuscire a soddisfare i bisogni e dare le stesse attenzioni ad entrambi richiede una nuova "struttura relazionale" all'interno della famiglia.*

## IL SENSO DI COLPA VA SUPERATO

*Quando sorge la necessità di prendersi cura dei genitori pensiamo alla nostra libertà che viene compromessa (salvo poi i sensi di colpa) invece di pensare ad un genitore che ha bisogno di noi e ci soffermiamo a riflettere come poter trovare soluzioni adeguate.*

*Questo vuol dire che non abbiamo il senso di responsabilità, amore e considerazione per quello che il genitore ci ha potuto trasmettere nella nostra vita e comunque non significa nemmeno che non si possano trovare soluzioni consone al genitore per accudirlo che per rafforzare la propria relazione rendendolo sereno e ritrovarsi prima di concludersi.*

## PER LA PERSONA ANZIANA

*Non è facile accettare la vecchiaia, soprattutto se nel corso della vita è sempre stato indipendente e d'aiuto per gli altri.*

*Spesso l'anziano evidenzia due tipi di bisogni crescenti: necessità di dipendenza fisica (a seconda delle sue condizioni di salute) e bisogno di conservare un'identità adulta (bisogno di autonomia). Il conflitto tra questi due bisogni segna profondamente il significato delle relazioni tra genitori e figli.*

*I genitori anziani devono elaborare l'idea di dover dipendere dai loro figli e questi a loro volta devono pensare di farsi carico di genitori sempre meno autonomi. Questo nuovo evento mette alla prova tutto il sistema familiare. L'anziano che non è autosufficiente va a vivere con il figlio, quindi bisogna creare uno spazio per il nuovo ospite in famiglia, ridefinendo anche la struttura della casa. Questa nuova ridefinizione può creare disagi alla "nuova famiglia", bisogna quindi riuscire a mediare con tutti i membri.*

## ACCETTARE UN AIUTO ESTERNO

*L'idea di farsi aiutare da qualcuno "esterno alla famiglia" spesso non viene presa in considerazione perché vissuta come una sorta di "scarico" delle responsabilità, accettare un aiuto non vuol dire abbandonare il proprio genitore, l'aiuto è una risorsa all'interno della famiglia per combattere la vita quotidiana. Il "senso del dovere" nei confronti del proprio genitore non deve prevalere sul nostro status perché si creerebbero disagi.*

*Quanto sopra, rappresenta l'immediato travaglio a cui la persona colpita dal tragico evento è sottoposta, tuttavia il problema non può essere generalizzato tantomeno sottovalutato.*

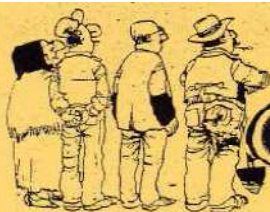
*Molte volte il fai da te non è produttivo di effetti, anzi accresce i disagi per la complessità e varietà dei casi per cui è necessario un aiuto terapeutico di specialisti idonei e non improvvisati come sovente avviene.*

*L'assistenza agli anziani è una cosa seria che non lascia tempo a speculazioni di sorta né può rappresentare un business per ottenere mediocri risultati, anche in questo caso è necessario diffidare di tutto quanto appare semplice e scontato, le cronache sono molto evidenti.*

*Oggi si pensa che consultando internet si hanno le risoluzioni dei problemi che non sono tutti uguali anzi la massificazione di essi aggrava il problema.*

*Il singolo caso va studiato ed affrontato con la convinzione e determinazione che solo in tale maniera scientifica si possono fare dei passi avanti nella cura della disabilità senile.*

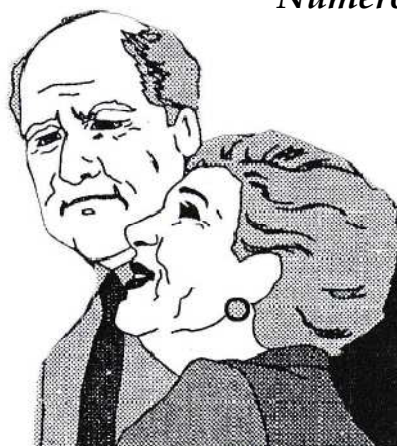
**Dott.ssa Maria Pia Malizia**  
Componente del Comitato Consultivo  
Nazionale della UGL Pensionati



23 Luglio 2018

Numero 29

# **COME ... E PERCHÉ ASSISTERE GLI ANZIANI**



*Imparare a prendersi cura di chi prima si prendeva cura di noi, non è uno scherzo e non ci si inventa in questo ruolo, è la sfida che devono affrontare uomini e donne che sono contemporaneamente coinvolti su due difficili "fronti" come quello di assistere un anziano genitore e di accudire un figlio o più figli che stanno crescendo, non tralasciando il fatto di essere coniuge.*

*Una sfida molto spesso tutta al femminile che porta le persone a diventare genitori dei propri genitori muovendosi tra la casa, i figli, il lavoro, i medici e le pratiche burocratiche per l'accesso alle cure.*

*Come conciliare le esigenze della propria vita e della propria famiglia con i bisogni dei genitori che invecchiano e si ammalano sempre di più per poi diventare non autosufficienti?*

## **LE DIVERSE FASI DELLA VITA**

*Non sono rari i casi in cui tutto succede nello stesso momento quando mai te lo aspetti, passando da una notizia gioiosa ad una triste. A questo punto devi pensare a quale emozione far prevalere, riflettendo e considerando la situazione si sceglie sempre di condividere i momenti gioiosi con un genitore che è nell'ultima fase della sua vita.*

*Inoltre devi coinvolgerlo in tutti gli eventi familiari dandogli la possibilità di farlo sentire importante ed utile.*

*IL SENSO DI COLPA che ci assale quando consideriamo i genitori che invecchiano come un peso da portare. E' una situazione che rispecchia il conflitto che molte donne italiane vivono ogni giorno nel nostro paese, visto che l'Italia vanta il primo posto come paese più vecchio del continente; vedere il decadimento fisico, mentale di un anziano è veramente deleterio specialmente una persona cara.*

*Succede anche che la malattia di un genitore anziano subentra proprio in una fase particolare della vita di un figlio, per esempio nell'età evolutiva o durante l'adolescenza: riuscire a soddisfare i bisogni e dare le stesse attenzioni ad entrambi richiede una nuova "struttura relazionale" all'interno della famiglia.*

## IL SENSO DI COLPA VA SUPERATO

*Quando sorge la necessità di prendersi cura dei genitori pensiamo alla nostra libertà che viene compromessa (salvo poi i sensi di colpa) invece di pensare ad un genitore che ha bisogno di noi e ci soffermiamo a riflettere come poter trovare soluzioni adeguate.*

*Questo vuol dire che non abbiamo il senso di responsabilità, amore e considerazione per quello che il genitore ci ha potuto trasmettere nella nostra vita e comunque non significa nemmeno che non si possano trovare soluzioni consone al genitore per accudirlo che per rafforzare la propria relazione rendendolo sereno e ritrovarsi prima di concludersi.*

## PER LA PERSONA ANZIANA

*Non è facile accettare la vecchiaia, soprattutto se nel corso della vita è sempre stato indipendente e d'aiuto per gli altri.*

*Spesso l'anziano evidenzia due tipi di bisogni crescenti: necessità di dipendenza fisica (a seconda delle sue condizioni di salute) e bisogno di conservare un'identità adulta (bisogno di autonomia). Il conflitto tra questi due bisogni segna profondamente il significato delle relazioni tra genitori e figli.*

*I genitori anziani devono elaborare l'idea di dover dipendere dai loro figli e questi a loro volta devono pensare di farsi carico di genitori sempre meno autonomi. Questo nuovo evento mette alla prova tutto il sistema familiare. L'anziano che non è autosufficiente va a vivere con il figlio, quindi bisogna creare uno spazio per il nuovo ospite in famiglia, ridefinendo anche la struttura della casa. Questa nuova ridefinizione può creare disagi alla "nuova famiglia", bisogna quindi riuscire a mediare con tutti i membri.*

## ACCETTARE UN AIUTO ESTERNO

*L'idea di farsi aiutare da qualcuno "esterno alla famiglia" spesso non viene presa in considerazione perché vissuta come una sorta di "scarico" delle responsabilità, accettare un aiuto non vuol dire abbandonare il proprio genitore, l'aiuto è una risorsa all'interno della famiglia per combattere la vita quotidiana. Il "senso del dovere" nei confronti del proprio genitore non deve prevalere sul nostro status perché si creerebbero disagi.*

*Quanto sopra, rappresenta l'immediato travaglio a cui la persona colpita dal tragico evento è sottoposta, tuttavia il problema non può essere generalizzato tantomeno sottovalutato.*

*Molte volte il fai da te non è produttivo di effetti, anzi accresce i disagi per la complessità e varietà dei casi per cui è necessario un aiuto terapeutico di specialisti idonei e non improvvisati come sovente avviene.*

*L'assistenza agli anziani è una cosa seria che non lascia tempo a speculazioni di sorta né può rappresentare un business per ottenere mediocri risultati, anche in questo caso è necessario diffidare di tutto quanto appare semplice e scontato, le cronache sono molto evidenti.*

*Oggi si pensa che consultando internet si hanno le risoluzioni dei problemi che non sono tutti uguali anzi la massificazione di essi aggrava il problema.*

*Il singolo caso va studiato ed affrontato con la convinzione e determinazione che solo in tale maniera scientifica si possono fare dei passi avanti nella cura della disabilità senile.*

**Dott.ssa Maria Pia Malizia**  
Componente del Comitato Consultivo  
Nazionale della UGL Pensionati