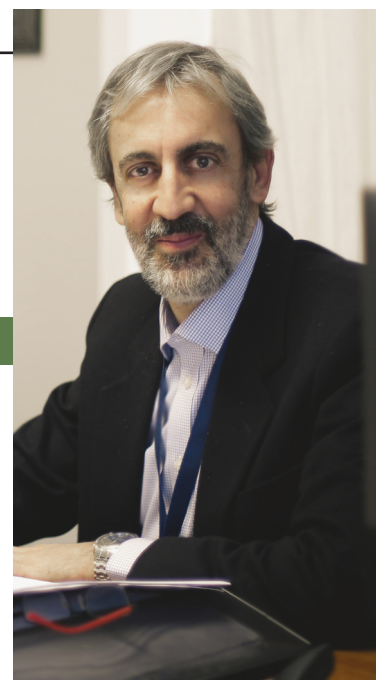


panorama HOSPICE



prossimo
appuntamento
venerdì 10 aprile



DIRETTORE - Luca Moroni

Moroni sul Covid19: cinque aspetti in cui le cure palliative aiutano

Il 15 marzo del 2010 veniva approvata la Legge quadro n° 38/2010 relativa allo sviluppo e l'implementazione delle cure palliative sul territorio italiano. Oggi che le cure palliative festeggiano il loro decimo compleanno, abbiamo chiesto a Luca Moroni, direttore dell'Hospice di Abbiategrasso e coordinatore regionale di FCP (Federazione Cure Palliative), se e in quale modo queste cure possono supportare il sistema sanitario nazionale e regionale nella delicata gestione legata alla diffusione del virus COVID-19.

Le cure palliative possono aiutare a contrastare l'espansione del contagio da Coronavirus?

Siamo in un momento di straordinaria emergenza e ogni settore della società può e deve portare il suo contributo concreto e culturale. Per sintetizzare elencherò cinque aspetti per i quali vedo delle similitudini tra le Cure Palliative e l'emergenza di questi giorni.

La medicina non è onnipotente

L'emergenza sanitaria in corso ci dimostra che la medicina non è una scienza onnipotente, ma che presenta limiti tecnici e connessi con la naturale fragilità dell'organismo uma-

no. Anche in situazioni di normalità, tendiamo ad attribuire alla medicina funzioni e obiettivi cui non può rispondere trascurando così i malati inguaribili. Questa situazione ci insegna, con drammatica chiarezza, quanto l'uomo sia per natura soggetto a malattie difficili da controllare.

E' fondamentale l'appropriatezza delle cure

In regimi di emergenza diventa fondamentale utilizzare le risorse professionali, diagnostiche, assistenziali e terapeutiche al meglio. Si tratta di un concetto semplice che oggi appare scontato, ma è un aspetto che tendiamo a dimenticare nella normalità. I malati inguaribili sono spesso sottoposti a trattamenti sproporzionati, inutili e talvolta dannosi a scapito di cure che tutelano la qualità della vita. Le cure palliative in questi anni hanno contribuito alla pianificazione condivisa delle terapie tra medici e pazienti, tenendo conto delle diverse fasi della malattia e dell'importanza di assicurare alle persone che ne hanno bisogno la cura dei sintomi, la presa in carico degli aspetti relazionali e psicologici.

Ci auguriamo che quando sarà passata questa emergenza, perché passerà, resti forte la capacità di sce-

gliere le cure più appropriate per i diversi malati.

Supporto agli ospedali

Anche i nostri servizi sono in prima linea nella guerra al coronavirus e potremmo fare ancora di più nelle prossime settimane. Il sistema socio-sanitario lombardo è in una fase di rapida e urgente riorganizzazione finalizzata a fare fronte all'emergenza. I posti letto ospedalieri che possono essere riconvertiti sono finalizzati alla cura per pazienti affetti da COVID-19. Questo determina un forte incremento di pazienti complessi che devono essere assistiti a domicilio. Occorre pertanto gestire sempre più malati fuori dagli ospedali. I nostri medici e infermieri hanno competenze importanti e solide nella gestione a domicilio di sintomatologie e quadri clinici complessi. Possono contribuire alla gestione dei pazienti a domicilio e offrire consulenze agli ospedali e alle residenze sanitarie per anziani.

Imparare a selezionare le informazioni

In questo momento stiamo assistendo a uno stillicidio di informazioni più o meno drammatiche. Non è facile orientarsi ma le persone stanno im-

parando ad affidarsi ai consigli degli esperti e a diffidare di opinionisti e commentatori privi di competenze. Anche sulle cure palliative, sulla morfina, sulle questioni che riguardano il fine vita, abbiamo dovuto scontare forme di disinformazione molto gravi. Anche in questo speriamo che l'insegnamento resti, che le persone imparino a ricercare le informazioni attendibili e a diffidare dei ciarlatani. Sarebbe una conquista straordinaria.

Sfruttare l'abbondanza di caregiver ed educarli correttamente

Riprendendo in parte il punto precedente, se oggi abbiamo bisogno di liberare gli ospedali e curare alcune persone a casa è altrettanto vero che, mai come in questo momento, nelle abitazioni sono presenti familiari e caregiver che possono essere formati, addestrati e sostenuti. Le cure palliative domiciliari necessitano della presenza costante di una persona al domicilio del malato e di una continua educazione sanitaria a questa figura da parte del personale dell'Hospice. Un insegnamento che noi siamo in grado di fornire e po-

tremmo mettere al servizio di quelle persone che si trovano ad assistere una persona malata in questo momento. Questo porterebbe a dei benefici nell'immediato e potrebbe anche garantire una migliore gestione del sistema in futuro.

Detto questo mi sento di rivolgere un segnale di solidarietà nei confronti delle istituzioni nazionali e regionali e di mandare un messaggio di gratitudine agli operatori sanitari che fuori e dentro agli ospedali stanno facendo del loro meglio per affrontare l'emergenza.

È assolutamente indispensabile che tutti i cittadini si adeguino rigorosamente alle disposizioni delle autorità e che evitino i contatti non indispensabili. L'esperienza delle cure palliative si basa sul coinvolgimento dei volontari e dei cittadini nella cura dei malati. Analogamente oggi dobbiamo tutti sentirci coinvolti e agire con grande responsabilità.

PEDAGOGISTA CLINICO • Emergenza coronavirus, analisi e suggerimenti di Alba Passarella /1

Dire la verità ed evitare la sovrapposizione mediatica

E' importante mantenere contatti quotidiani regolari

Stiamo vivendo un periodo veramente pesante dal punto di vista emotivo, soprattutto perché non abbiamo idea certa della sua fine. Le nostre consuetudini sono completamente sconvolte e le giornate hanno ritmi e impegni assolutamente nuovi: non è semplice adattarsi a tanti cambiamenti in breve tempo, con la paura del contagio a fare da sottofondo. Come pedagogista clinico mi sento in dovere di diffondere alcune informazioni utili a ridurre l'impatto traumatico che questa situazione potrebbe lasciare.

È scientificamente provato che l'esposizione a stimoli che generano stress per un tempo prolungato possa produrre nel nostro cervello dei cambiamenti di tipo traumatico, modificando nei soggetti più fragili e sensibili il modo di funzionare anche a livello cognitivo:

questo nel migliore delle ipotesi.

Se ci fermiamo ad analizzare le situazioni di pesante stress a cui sono sottoposti i soccorritori, gli operatori sanitari, le forze dell'ordine ad esempio, o chi si trova ad essere in quarantena obbligatoria o ha perso un caro senza neppure essergli stato accanto, si capisce bene quanto la situazione possa generare sintomi importanti sin da ora, che potrebbero peggiorare se non sostenuti da subito.

In particolare oggi intendo affrontare la situazione che i genitori e i docenti si trovano a vivere, a tutela dei più giovani. Premesso che avere paura è umano e lecito, soprattutto in questo periodo e che una dose adeguata di paura ci tutela dall'esorci ai pericoli, l'eccesso di questa emozione può creare problemi, quindi attiviamoci

per promuovere comportamenti a tutela nostra e di chi è accanto a noi.

La prima cosa da tenere a mente è che i bambini hanno bisogno della verità. Far finta che non stia succedendo nulla, o peggio mentire, andrebbe ad erodere la fiducia che il bambino pone nell'adulto, senza la quale non possiamo infondere sicurezza, lasciando i più piccoli emotivamente soli con le loro paure. La verità quindi, espressa in modo rassicurante, con un linguaggio adeguato all'età e l'esplicita disponibilità a rispondere a domande che possano venire loro in mente.

Potrebbe accadere che si riceva una brutta notizia, che ci faccia piangere ad esempio e i bambini ci vedranno, capiranno che qualcosa non va: prendetevi il tempo di calmarvi e spiegate che avete ricevuto una notizia triste,

se si è tristi si piange e raccontate in modo adeguato la verità. Siamo tutti bloccati nelle stesse stanze, mentire non aiuta nessuno.

Secondo, ma forse più importante e a tutela di tutti noi, evitate la sovraesposizione mediatica: no a tv e radio costantemente accese su notizie riguardanti il Covid-19.

Reiterare tutto il giorno lo stato d'allerta che il nostro cervello attiva, ogni volta che riceve immagini e informazioni in merito, acuisce lo stress in modo cumulativo, con conseguenze sulla qualità del sonno e dell'abbassamento delle nostre difese immunitarie nel breve periodo, mentre sul lungo periodo offre il fianco all'insorgere di problematiche ancor più serie.

Scegliere in modo attivo e consapevole un paio di aggiornamenti quotidiani sul-

l'andamento della pandemia risulta essere un ottimo aiuto. Non lasciate i bambini e i ragazzi soli di fronte ai programmi tv, condividete la visione e commentatela insieme.

Terza utile indicazione riguarda la routine, la cui importanza è ben nota ai docenti, soprattutto degli alunni in tenera età. Essa alimenta la sicurezza e riduce lo stress perché "so cosa mi aspetta" e in un momento in cui in realtà nessuno ha grandi certezze rappresenta una vera ancora di salvezza. Allora come docenti si comprende l'importanza ancora più pressante di contatti quotidiani regolari, la necessità di alimentare relazioni a distanza in cui si possa vedere oltre che sentire, il bisogno di ricevere indicazioni didattiche a fine formativo certo, ma non solo. Mantenere la routine significa con-



tribuire a strutturare quel senso di sicurezza indispensabile per ridurre al minimo l'impatto traumatico che questo periodo lascerà a tutti noi, perché nessuno ne è escluso. La didattica a distanza, in ultima analisi, è utile agli alunni, alle famiglie ma anche agli stessi docenti: uniti possiamo farcela.

Alba Passarella
Pedagogista Clinico
ANPEC N.4278
333 666 98 05

www.studiometalogo.com