



Se ho difficoltà cognitive?

Dott.ssa Stefania Borroni

22 novembre 2022

Cerebrolesione acquisita

Il Trauma cranio-encefalico TCE è tra le più frequenti cause di GCA

- **incidenti stradali**
- **cadute accidentali / incidenti domestici**

Sono persone giovani!

Fase acuta

Dal momento dell'evento fino alla conclusione delle problematiche rianimatorie

Fase post-acuta

Definitiva stabilizzazione internistica

Primi interventi riabilitativi svolti in regime di ricovero, in strutture di riabilitazione intensiva

Fase degli esiti

Riabilitazione restitutivo, compensativo ed ecologica

Reinserimento sociale, lavorativo, scolastico.

La fase degli esiti

Riabilitazione neuropsicologica per restituzione

Riportare le funzioni cognitive compromesse ad un livello di funzionamento il più possibile simile a quello premorboso.
Trattamento diretto attraverso esercizi mirati

Riabilitazione neuropsicologica per compensazione

Strategie alternative per bypassare le funzioni cognitive compromesse

Reinserimento sociale, lavorativo e scolastico

Riattivazione di una rete territoriale e sociale intorno alla persona

Riabilitazione ecologica

Riconquista della propria autonomia in semplici attività quotidiane

Metodi compensativi

Strategie alternative per bypassare la funzione cognitiva compromessa



Metodi cognitivi

utilizzano le funzioni cognitive preservate

Metodi comportamentali

utilizzano ausili che riducono la necessita di utilizzare la funzione cognitiva compromessa

Entrambi possono essere gestiti direttamente dal paziente o dai familiari di riferimento

Come posso aiutare una persona che ha difficoltà attentive?

Evitare distrazioni
(televisione mentre si mangia, parlargli mentre sta facendo
qualche attività...)



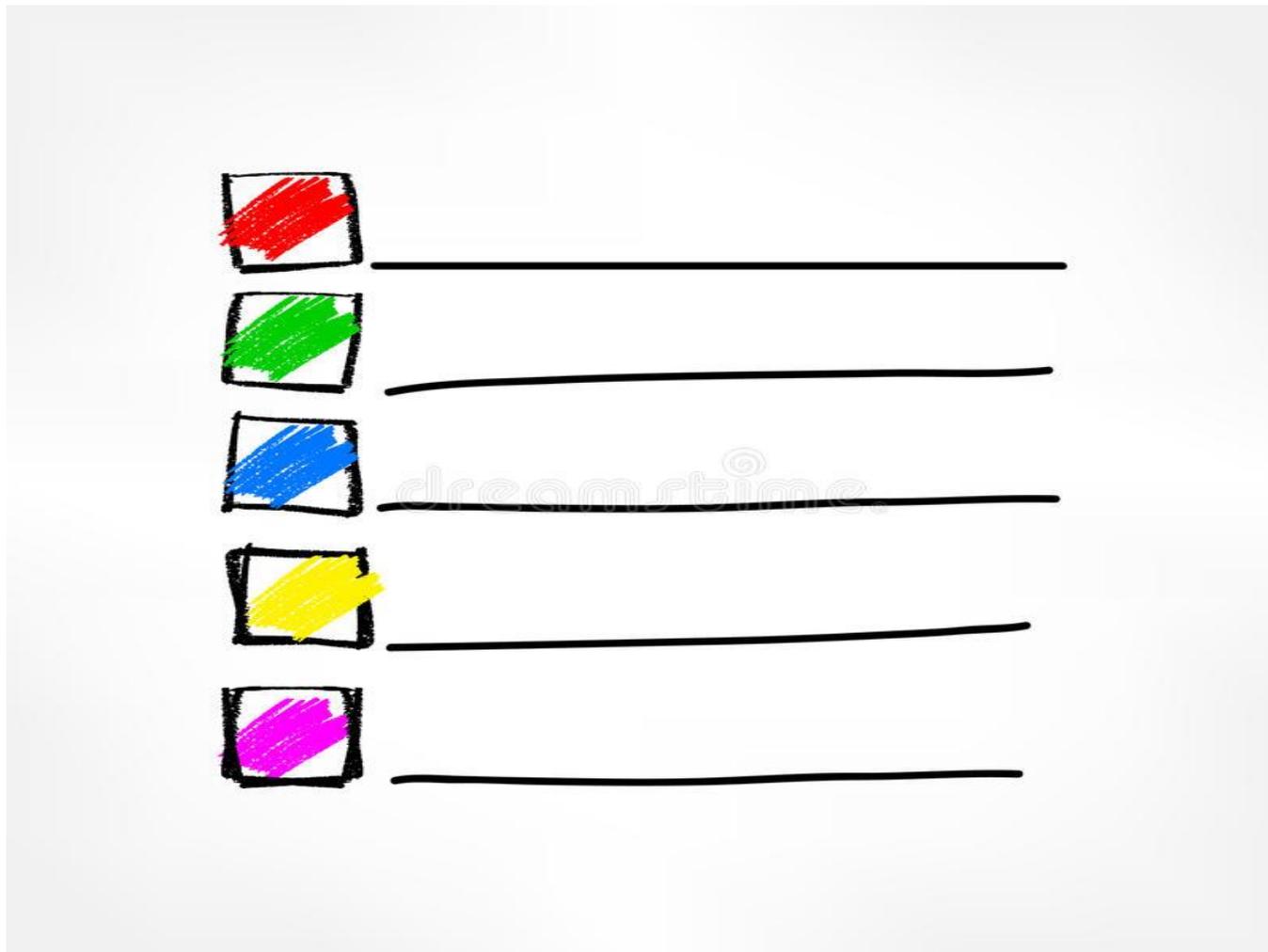
Fare in modo che l'ambiente sia tranquillo, privo di confusione, con pochi oggetti in giro (evitare spazi di lavoro condivisi)



Mantenere ordine evitare di mettere oggetti diversi insieme, nella vita di tutti i giorni così come durante le attività



Spezzettare i compiti individuando i vari passaggi
e obiettivi

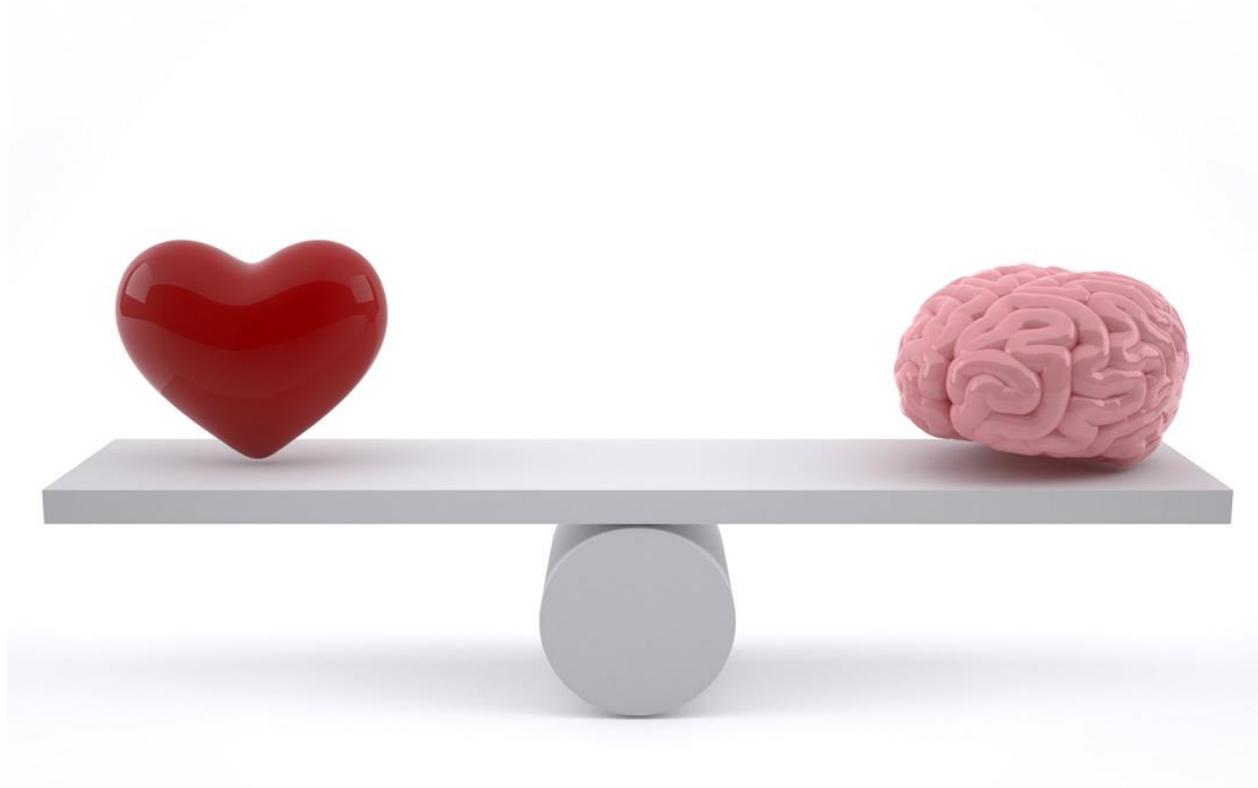


Seguire i cambiamenti della persona,
richiedere impegno maggiore o minore a seconda della
giornata



Evitare distrazioni emotive

Prima di iniziare un'attività liberare la mente da pensieri, problemi, preoccupazioni per riuscire a concentrarsi meglio



Praticare meditazione
rafforza i circuiti che permettono di togliere la nostra
concentrazione da una cosa, spostarla su un'altra e
concentrarsi su di essa.



Come posso aiutare una persona che ha difficoltà di memoria?

Metodi compensativi

	METODI COGNITIVI (utilizzano le funzioni cognitive preservate)	METODI COMPORTAMENTALI (riducono la necessità di utilizzare la memoria)
METODI ATTIVI (utilizzati e gestiti direttamente dal paziente)	Mnemotecniche	Agenda Calendario Registratori Svegli Suonerie particolari
METODI PASSIVI (gestiti da altre persone)	Memoria implicita	Calendari Orologi Mappe Etichette verbali

Strategie comportamentali

Ausili mnemonici «passivi» perché vengono gestiti da altre persone

Agenda

Calendari

Svegli

Orologi

Mappe

Etichette verbali

Strategie comportamentali

Ausili mnemonici «attivi» perché è il paziente che deve ricordarsi di usarli

Agenda

Calendario

Registratori

Svegli

Suonerie

Ausili passivi

Ausili attivi



	LUNEDI 10 OTTOBRE 2016	MARTEDI 11 OTTOBRE 2016	MERCOLEDI 12 OTTOBRE 2016	GIOVEDI 13 OTTOBRE 2016	VENERDI 14 OTTOBRE 2016	SABATO 15 OTTOBRE 2016	DOMENICA 16 OTTOBRE 2016
8.00/9.00							
9.00/10.00			<i>Vado a fare la spesa con mia moglie</i>		<i>Colazione al bar con Simona</i>		
10.00/11.00	<i>Logopedia</i>			<i>Logopedia</i>			
11.00/12.00							
12.00/13.00							
13.00/14.00							
14.00/15.00		<i>Riabilitazione neuropsicologica</i>			<i>Riabilitazione neuropsicologica</i>		
15.00/16.00	<i>Viene a trovarmi il mio amico Luigi con sua moglie Anna.</i>		<i>Fisioterapia</i>				
16.00/17.00							
17.00/18.00				<i>Dentista</i>			

Mi chiamo Luigi.

Sono nato il 7 febbraio 1978 e ho 44 anni.

Sono nato e cresciuto a Roma. Ho vissuto con i miei genitori e mia sorella in un appartamento in via D'annunzio.

Quando ero piccolo giocavo a calcio, avevo una divisa gialla e il numero 10.

Ero un bambino molto attivo. Mi piaceva giocare all'aperto. Anche da ragazzino passavo molto tempo al parco con i miei amici.

Il mio migliore amico era Gianni e insieme abbiamo fatto la nostra prima vacanza da soli a 18 anni.

Ho frequentato le scuole a Roma. Le mie materie preferite erano matematica e scienze.

Dopo il liceo infatti mi sono iscritto all'università di Roma e mi sono laureato in biologia nel 2004, a 26 anni.

Subito dopo la laurea ho iniziato a lavorare in una ditta farmaceutica.

Nel 2002 ho conosciuto Lara e siamo stati fidanzati per 8 anni. Ci siamo sposati il 20 giugno 2010.

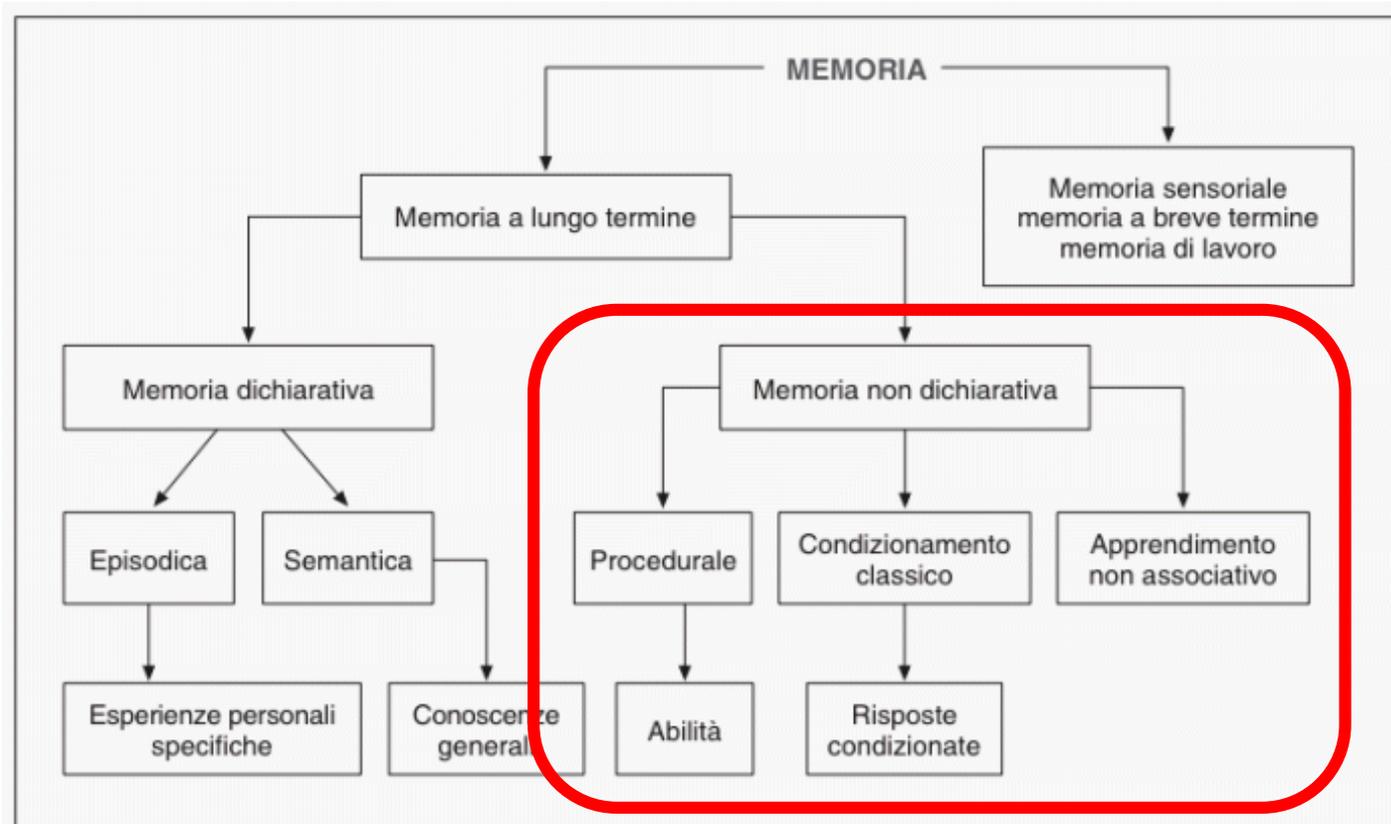
Nel 2012 è nato nostro figlio Mattia.

*Il 5 agosto 2019 ho avuto un incidente in moto mentre andavo a lavoro.
Sono caduto e ho picchiato la testa.
Sono stato ricoverato in ospedale per quasi due mesi e poi sono stato
trasferito in un centro riabilitativo.*

*Ora sono tornato a casa con mia moglie e mio figlio.
A causa dell'incidente ora ho delle difficoltà di attenzione e di
memoria.*

Metodi cognitivi passivi

Strategie cognitive che vengono messe in pratica dai familiari di riferimento che si basano sull'utilizzo della memoria implicita



Metodi cognitivi passivi

Errorless learning o apprendimento senza errori

Favorire l'apprendimento promuovendo condizioni che riducano al minimo la possibilità di commettere errori

Vanishing cues

Fornire al paziente suggerimenti con l'obiettivo di diminuirli gradualmente

Spaced retrieval

Rievocare informazioni apprese ad intervalli di tempo crescenti

Metodi cognitivi attivi

Mnemonotecniche

associazione di materiale da apprendere a materiale già conosciuto dal soggetto

Metodo delle iniziali

MA → MARITTIME

CON → COZIE

GRAN → GRAIE

PENA → PENNINE

LE → LEPONTINE

RE-CA → RETICHE E CARNICHE

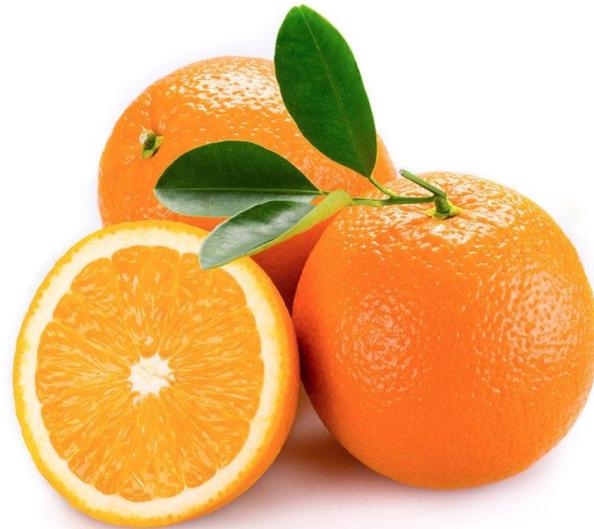
GIÙ → GIULIE

Metodi cognitivi attivi

Mnemotecniche

associazione di materiale da apprendere a materiale già conosciuto dal soggetto

Metodo delle immagini mentali



Metodi cognitivi attivi

Mnemotecniche

associazione di materiale da apprendere a materiale già conosciuto dal soggetto

Metodo dei loci



Come posso aiutare una persona che mostra
inconsapevolezza delle proprie difficoltà?

Obiettivo → ripristinare l'esame di realtà

- ▶ Parlare apertamente delle difficoltà cognitive/motorie
- ▶ Evitare «scuse» o «giustificazioni», a favore di spiegazioni reali: le situazioni concrete e quotidiane sono ottime occasioni per aiutare il paziente a prendere consapevolezza
- ▶ Far sperimentare al paziente i suoi limiti con supervisione

*Il 5 agosto 2019 ho avuto un incidente in moto mentre andavo a lavoro.
Sono caduto e ho picchiato la testa.
Sono stato ricoverato in ospedale per quasi due mesi e poi sono stato
trasferito in un centro riabilitativo.*

*Ora sono tornato a casa con mia moglie e mio figlio.
A causa dell'incidente ora ho delle difficoltà di attenzione e di
memoria.*



Gianni

Questo sono io. Sono in carrozzina perché il 5 agosto 2019 ho avuto un incidente in moto mentre andavo a lavoro

Data	A	B	C
<i>7/10/2022</i>	<i>Serviva il pane per il pranzo</i>	<i>Sono andato da solo (ero convinto di ricordare la strada)</i>	<i>Mi sono perso. Ho difficoltà di memoria e orientamento.</i>
<i>1/08/2022</i>	<i>Dovevo preparare la valigia per andare al mare</i>	<i>L'ho preparata con la radio accesa (ero convinto di riuscirci)</i>	<i>Ho dimenticato di mettere i costumi. Ho difficoltà di attenzione e non riesco a fare due cose insieme.</i>

Come posso aiutare una persona con
agitazione psico-motoria?

Non colpevolizzare

Il paziente non è consapevole delle proprie azioni, nè delle loro conseguenze

Non c'è intenzionalità: è la malattia!

Di solito i comportamenti aggressivi nascono come difesa davanti a pericoli o frustrazione. Tuttavia talvolta noi non possiamo capire quale sia il motivo. Spesso hanno interpretazioni errate della realtà

Parlarne con il medico di riferimento per valutare la possibilità di una terapia farmacologica

Prevenire

Evitare «sorprese» ed evitare che il paziente debba «riempire dei buchi»

Programmare le attività:

- data e luogo
- spiegarne le motivazioni
- spiegare cosa succederà e quali persone si incontreranno

Spiegare ed esplicitare

le nostre intenzioni su ogni cosa per diventare per lui riferimenti stabili (sicurezza)

Non dare limitazioni:

lasciare che possa muoversi sempre sotto supervisione

Contenere

Uso strategico delle distrazioni

Se la persona inizia ad arrabbiarsi, cambiare attività

Mantenere un atteggiamento calmo e rassicurante

Non sgridare o alzare la voce, ma piuttosto rassicurare e spiegare quello che sta succedendo con tono calmo ma fermo

In caso di confabulazioni...

Non assecondare il paziente, ma nemmeno rimproverarlo o sottolineare l'assurdità di quanto dice

Mettere in evidenza la realtà delle cose con tono calmo

Confutare i falsi ricordi utilizzando prove (fotografie, scritti, calendari, giornali...)

Come posso aiutare una persona apatica?

Incentivare

Coinvolgerla in attività che gli piacevano prima dell'evento cerebrale

Coinvolgerla in attività della vita quotidiana

Incoraggiare

Spezzettare i compiti per raggiungere più facilmente gli obiettivi

Gratificare gli obiettivi raggiunti

Per informazioni o approfondimenti:

Dott.ssa Stefania Borroni stefania.borroni@gruppoim.org