

# 1. LEZIONE 1

## Scheda studente

### CARE STUDENTESSE E CARI STUDENTI,

questa Scheda riassume i concetti principali da conoscere per diventare Amici delle Persone con Demenza. Utilizzate questa Scheda durante la prima lezione, vi aiuterà a seguire meglio e a memorizzare le informazioni più importanti.

*Questa prima lezione offre una panoramica sul mondo della demenza, approfondendo in cosa consista, quali siano i sintomi, quali siano le strategie da adottare per ridurre il rischio e quali cure siano ad ora disponibili.*

### CONOSCERE LA DEMENZA:

Con il termine demenza i medici intendono un insieme di sintomi che comporta l'alterazione progressiva di alcune funzioni cerebrali (memoria, pensiero, ragionamento, linguaggio, orientamento, personalità e comportamento) di severità tale da interferire con gli atti quotidiani della vita.

- ★ La demenza può essere causata da diverse malattie: l'Alzheimer ne rappresenta il 50-60%, mentre un altro 30% è causato dai disturbi cerebrovascolari; il resto da altre malattie neurodegenerative (Demenza a Corpi di Lewy, Demenza Frontotemporale, ecc.).
- ★ Il principale fattore di rischio è l'età: la demenza colpisce principalmente le persone sopra i 65 anni ma anche soggetti più giovani possono sviluppare la demenza. Il processo degenerativo che ne scaturisce colpisce le cellule del cervello e non è dovuto al normale processo di invecchiamento.
- ★ In Italia sono circa 1.480.000 le persone affette da demenza.
- ★ Nella maggioranza dei casi la demenza non è ereditaria: avere nella propria famiglia un caso di demenza non significa avere la certezza di sviluppare tale condizione.
- ★ I sintomi più frequenti della demenza sono quelli cognitivi come perdita di memoria, difficoltà nella comunicazione, difficoltà nel pensiero e nella programmazione, disorientamento spaziale e temporale, confusione e cambi di umore. Con il progredire della compromissione possono comparire anche sintomi psichiatrici non cognitivi come deliri e allucinazioni, disturbi del sonno, dell'alimentazione e anomalie comportamentali, come aggressività e irrequietezza. Va tuttavia specificato come questi segni possano manifestarsi anche in caso di altre condizioni, come ad esempio la depressione o l'ictus: non è quindi detto che una persona che appare confusa sia necessariamente interessata da demenza.
- ★ Non ci sono segni fisici particolari che permettano di riconoscere la demenza: nel mondo, circa il 75% di persone che ne è interessata, non ha ancora ricevuto una diagnosi.
- ★ Sul versante della prevenzione esistono una serie di indicazioni per ridurre il rischio di sviluppare demenza: prendersi cura del proprio cuore, fare regolarmente attività fisica, seguire un'alimentazione sana, allenare la mente e mantenere relazioni con amici, familiari e conoscenti.
- ★ Non esiste un esame specifico per la demenza: la diagnosi viene fatta dagli specialisti (geriatra o neurologo, spesso con l'aiuto dello psicologo).
- ★ Esistono farmaci per il trattamento della demenza, ma si tratta di farmaci solo "sintomatici", che attenuano l'impatto che alcuni sintomi cognitivi possono avere sulla vita quotidiana. Si tratta, tuttavia, di trattamenti che hanno efficacia limitata: ad oggi, infatti, non si ha una cura in grado di interrompere o modificare l'andamento della degenerazione.