

Uno studio qualitativo con anziani pre-fragili che vivono soli.

Katia Daniele¹, Cesarina Cattaneo¹, Maura Marcucci², Nunzio Alberto Borghese¹, Daniela Mari^{1,3}, Lucia Zannini¹

¹Università degli Studi di Milano, Milano, Italia, ²McMaster University, ON, Canada, ³Fondazione IRCCS Ca' Granda Ospedale Maggiore Policlinico, Milano, Italia

Introduzione

Il costante innalzamento dell'attesa di vita e l'aumento della popolazione anziana pongono importanti sfide ai sistemi sanitari.

Nel nostro Paese, sono molti gli anziani che vivono da soli e, generalmente, il loro desiderio è di non abbandonare la propria abitazione. Per un anziano, infatti, continuare a vivere nella propria casa significa poter mantenere le proprie abitudini e relazioni, contrastando in tal modo lo sradicamento fisico e psicologico conseguente a un'eventuale istituzionalizzazione.

Per rendere ciò possibile, è fondamentale che tali soggetti mantengano la propria indipendenza nella gestione della loro quotidianità, nonché una buona qualità di vita.

Le "tecnologie dell'informazione e della comunicazione" (ICT) potrebbero ricoprire un ruolo importante, soprattutto nella società contemporanea, in cui non sempre le famiglie delle persone anziane sono in grado di fornire loro una corretta e costante assistenza, particolarmente a soggetti non ancora fragili, ma a rischio di fragilità.

Si tratta dei cosiddetti anziani "pre-fragili", che vivono da soli al proprio domicilio, svolgendo in autonomia molte mansioni quotidiane. Ciò, però, non sempre significa essere totalmente indipendenti e comunque sentirsi appagati e soddisfatti della propria vita. È una situazione caratterizzata da elevata complessità e da equilibri instabili, che va analizzata in profondità per offrire un'assistenza sempre più personalizzata. Ascoltare i bisogni e i desideri di questi anziani pre-fragili, un target poco esplorato, attraverso la narrazione potrebbe, dunque, essere un buon punto di partenza per cercare di comprendere questa complessità.

Obiettivo

Lo scopo di questo studio è analizzare in profondità gli elementi che caratterizzano l'esistenza di un gruppo di anziani pre-fragili che vivono da soli, al fine di dare un contributo all'orientamento degli interventi a carattere sociale, sanitario, assistenziale, nonché allo sviluppo delle ICT a supporto di tali interventi.

Soggetti e metodi

- Disegno di studio: qualitativo.
- Metodologia di studio: Interpretative Phenomenological Analysis (IPA).
- Strumenti: interviste semi-strutturate individuali riguardanti caratteristiche socio-demografiche dei partecipanti, condizioni di salute, condizioni sociali e stile di vita, relazioni con parenti e amici.
- Campionamento: propositivo.
- Criteri di inclusione: persone di età ≥ 65 anni; che vivono da soli al proprio domicilio (senza assistenza o con un aiuto domestico di massimo 1 ½ h al giorno); 1 o 2 criteri Fried scale (pre-fragilità); Mini Mental State Examination (MMSE) ≥ 26 .
- Luogo: Milano, Italia.
- Periodo di svolgimento dello studio: da aprile a settembre 2017.

Partecipanti: 25 (6 M; 19 F), età media: 77.5 (D.S.: 6.6).

Risultati: 3 macro-categorie

"L'essere attiva lo ritengo una cosa molto importante [...] non piangersi troppo addosso...comunque, ecco, muoversi!"

"Tante volte ho bisogno di essere accompagnata per andare in certi posti, andare a un CAF, o andare a un patronato..."

"Nell'insieme, quasi ogni giorno, ho un rapporto esterno, quasi ogni giorno e questo decisamente, ovviamente, stempera come non mai la solitudine e - attenzione - solitudine dolorosa perché non è scelta da me..."

"Di solitudine no, non soffro, son troppo abituata..."

La rappresentazione della propria salute: tra il riconoscimento della vulnerabilità e la capacità di affrontarla

Le relazioni con gli altri e con se stessi: tra la ricerca e l'evitamento

L'esperienza della perdita e della solitudine: tra accettazione e coping

"La compagnia. E' la compagnia [la cosa più importante della vita]. Non la solitudine!"

"[...] anche se, qualche volta, starmene in casa da sola mi piace. Lo faccio molto volentieri"

"[...] sono magari in metropolitana, sento uno che c'ha qualcosa o un altro e mi scappa la battuta e mi inserisco..."

"E adesso la solitudine mi fa male..."

"Solo che i miei amici sono tutti super-accoppiati e non hanno questo problema, quindi secondo me non... [...] se uno non... non vive certe sensazioni, può intuirle, può dire sì probabilmente hai ragione ma se tu non ce le hai, non ce le hai..."

Conclusioni

L'immersione nella quotidianità di questo gruppo di anziani pre-fragili, che vivono soli, ci ha permesso di approfondire la qualità percepita della loro esistenza, intravedendo alcuni bisogni e desideri.

L'anziano tende generalmente ad affermare la propria autonomia, anche quando essa è evidentemente compromessa, spesso da limitazioni fisiche. Nonostante anche i nostri anziani tendano a ribadire con fierezza la propria autosufficienza nella gestione della quotidianità, essi sono sembrati particolarmente consapevoli dei propri limiti e, dunque, aperti a ricevere aiuto in ambiti circoscritti, pur di mantenere il proprio vivere indipendente.

Come nella maggior parte dei casi, anche dai nostri intervistati le relazioni sono vissute in maniera ambivalente, tra la ricerca dell'altro e il bisogno di tranquillità. Ciò che abbiamo potuto notare, però, è il desiderio di questi anziani di avere delle relazioni reciproche, quindi non solo basate sulla ricezione di aiuto, ma sullo scambio; un tipo di relazione, dunque, in cui il rischio di fallimento diviene maggiormente elevato e che, per questo, talvolta si traduce in evitamento.

La solitudine è, ovviamente, un'esperienza molto presente in questo gruppo di anziani che vivono soli, che in diversi casi hanno dovuto far fronte alla perdita e al lutto. Il nostro gruppo di anziani non sembra, però, volersi arrendere alla solitudine, anzi tende a riconoscerla e ad affrontarla, molto spesso impegnandosi in attività in cui ci si sente di aiuto e di supporto a parenti/amici e a persone in difficoltà.

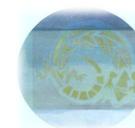
Riferimenti bibliografici

- ISTAT (2017), *Anziani: le condizioni di salute in Italia e nell'Unione Europea*, https://www.istat.it/it/files/2017/09/Condizioni_Salute_anziani_anno_2015.pdf, consultato il 3 agosto 2018.
- Mitzner TL, Chen TL, Kemp CC, Rogers WA (2014) Identifying the Potential for Robotics to Assist Older Adults in Different Living Environments. *Int J Soc Robot* 6(2): 213-227.
- Peek ST, Luijckx KG, Rijnaard MD; Nieboer ME, van der Voort CS, Aarts S, van Hoof J, Vrijhoef HJM, Wouters EJM (2016a) Older Adults' Reasons for Using Technology while Aging in Place. *Gerontology* 62(2): 226-237.
- Sabetta T, Avolio M, De Belvis AG, Falvo R, Longhi S, Maddalena F, Marino M, Silenzi A, Ricciardi W (2012), *La salute dell'anziano e l'invecchiamento in buona salute. Stato di salute, opportunità e qualità dell'assistenza nelle regioni italiane*. Milano: HPS srl, http://www.osservatoriosullasalute.it/wp-content/uploads/2016/11/r1_Salute_anziano_2012.pdf, consultato il 3 agosto 2018.

Primo autore: Dr. Katia Daniele, Assegnista, Dipartimento di Informatica Giovanni degli Antoni, Università degli Studi di Milano.

E-mail: katia.daniele@unimi.it. Indirizzo: Via G. Celoria, 18 – 20133, Milano, Dipartimento di Informatica Giovanni degli Antoni.

Lo studio è stato finanziato dal progetto Horizon MoveCare (Multiple-actOrs Virtual Empathic CAREgiver for the Elder - HORIZON 2020 n. 732158), www.movecare-project.eu, P.I.: Prof. Nunzio Alberto Borghese, Università degli Studi di Milano.



Terzo convegno biennale di Pensieri Circolari: narrazione, formazione e cura, 2018, Biella.