

Comportamenti aggressivi

Questa scheda informativa descrive i comportamenti aggressivi che sono comuni nelle persone affette da demenza. Suggerisce a familiari e caregiver i modi per far fronte alla situazione e le fonti di ulteriore supporto.

La demenza colpisce le persone in modi diversi e cambiamenti nel comportamento o nello stato emotivo di una persona affetta da demenza sono comuni.

I comportamenti aggressivi possono essere:

- verbali, tra cui parolacce, urla, grida e minacce;
- fisici, tra cui colpire, danneggiare effetti personali o la violenza fisica nei confronti di un'altra persona.

Questi possono creare turbamento per la persona affetta da demenza, per la sua famiglia, per chi la assiste e per gli amici.

Possibili cause

Le ragioni per cui i comportamenti cambiano sono molteplici. Ogni persona affetta da demenza reagisce alle circostanze a modo suo.

A volte il comportamento può essere legato a cambiamenti nel cervello. Può esserci qualcosa nell'ambiente che scatena il comportamento, come una sovrastimolazione dovuta alla folla o al rumore. Altre volte, un compito può essere troppo complesso, oppure la persona non si sente bene o prova dolore.

Comprendere le cause del comportamento può aiutare a trovare il modo di minimizzare o di rispondere ai cambiamenti del comportamento.

Alcune cause di comportamenti aggressivi in una persona affetta da demenza sono:

Salute. I comportamenti aggressivi possono essere causati da cambiamenti nella salute, tra cui:

- spossatezza;
- stanchezza dovuta a disturbi del sonno;

- disagio fisico - dolore, febbre, malattia o stitichezza;
- cambiamenti fisici nel cervello;
- effetti collaterali dei farmaci;
- compromissione della vista o dell'udito che provoca un'errata interpretazione degli stimoli esterni;
- allucinazioni.

Reazione difensiva. Sentirsi umiliati quando si riceve assistenza per l'igiene personale (ad es. con il bagno/la doccia). La persona può temere che la sua indipendenza e privacy siano minacciate.

Fallimento. Qualcuno può sentirsi sotto pressione, imbarazzato o frustrato quando non riesce più a svolgere le attività di routine.

Fraintendimento. Il declino delle capacità può portare a una mancanza di comprensione di ciò che accade, causando smarrimento e angoscia.

Paura. La persona può sentirsi spaventata perché non riconosce più alcuni luoghi o persone, oppure può aver ricordato un'esperienza di vita passata che crea spavento o disagio.

Bisogno di attenzione. Il vostro caro potrebbe cercare di far sapere a qualcuno che è annoiato, afflitto, che ha un eccesso di energia o che non si sente bene, ma non riesce a farlo a causa del declino delle sue capacità comunicative.

Suggerimenti per ridurre al minimo il comportamento aggressivo

Parlate sempre con il medico se avete dubbi sul comportamento aggressivo della persona, poiché potrebbe controllare che non vi siano altre malattie o disagi fisici e fornire raccomandazioni. Il medico può anche investigare la possibilità di una patologia psichiatrica o di eventuali effetti collaterali dei farmaci.

- Prestate attenzione ad eventuali segnali specifici di aggressione.
- Riducete o eliminate le possibili cause di stress.
- Cercate di mantenere una routine coerente e non affrettata.
- Mantenete l'ambiente invariato e riducete al minimo i cambiamenti.
- Evitate ambienti troppo stimolanti, dove ci sono molte persone o rumori di fondo.
- Comunicate in modo adeguato alle capacità di comprensione e di risposta della persona.

- Evitate il confronto. Provate a distrarre la persona affetta o a proporre un'attività diversa.
- Incoraggiate l'esercizio fisico regolare e la partecipazione ad attività piacevoli.
- Massimizzate la sensazione di comfort e sicurezza.

Nonostante i vostri sforzi, è possibile che si verifichi qualche episodio di aggressione.

Come reagire ai comportamenti aggressivi

- Mantenete la calma e parlate con voce rassicurante.
- Se possibile, affrontate l'emozione di fondo che ha scatenato l'episodio di aggressione.
- La distrazione è spesso un approccio utile. Suggeste di bere una tazza di tè, di fare una passeggiata o di guardare una rivista insieme.
- Se non vi sentite sicuri, allontanatevi dalla persona.
- Non accerchiate e non usate misure restrittive, a meno che non sia necessario. Questo può aumentare l'aggressività. Potrebbe essere necessario allontanarsi finché la persona non si è calmata.
- Condividete le strategie di risposta ai comportamenti aggressivi con le altre persone coinvolte nell'assistenza per favorire approcci coerenti.

I comportamenti aggressivi possono essere fonte di grande preoccupazione per le famiglie e i caregiver. I comportamenti sono sintomi della demenza e non hanno lo scopo di turbarvi deliberatamente. Ricordatevi di prendervi cura di voi stessi e di fare pause regolari dai compiti assistenziali.

Prendetevi cura di voi stessi

Gli episodi di aggressione possono lasciarvi scossi, insicuri, ansiosi, frustrati, depressi o scatenare altre emozioni.

- Cercate di mantenere la calma.
- Se vi sentite regolarmente frustrati o perdetevi le staffe, potreste aver bisogno di supporto supplementare. Parlate con un medico, un amico o un counselor.
- Preparate un luogo sicuro per voi. Può trattarsi di una stanza che si chiude dall'interno, preferibilmente dotata di telefono.
- Fate delle pause regolari dai compiti assistenziali.

Dove ottenere aiuto

- Discutete con il medico della persona affetta da demenza delle vostre preoccupazioni riguardo ai cambiamenti di comportamento e all'impatto che ciò ha su di voi e sulla persona di cui vi prendete cura.
- Chiamate la **National Dementia Helpline** al numero **1800 100 500** per conoscere i servizi di supporto e i programmi educativi, compresi i gruppi di sostegno per i caregiver, il counseling, i servizi e i programmi per aiutarvi a comprendere e rispondere ai cambiamenti e a mantenere la vostra salute e il vostro benessere.
- Chiamate il **Dementia Behaviour Management Advisory Service (Servizio di consulenza per la gestione dei comportamenti associati alla demenza)** al numero **1800 699 799**. Questo servizio supporta le persone affette da demenza che manifestano cambiamenti di comportamento che hanno un impatto sulla loro assistenza o sulle persone che la prestano.

Letture e risorse aggiuntive

- Schede informative di Dementia Australia:
Cambiamenti nel comportamento
Visitate: dementia.org.au/help-sheets
- Servizio bibliotecario di Dementia Australia
Visitate: dementia.org.au/library
- Supporto di Dementia Australia
Visitate: dementia.org.au/support
- Formazione offerta da Dementia Australia
Visitate: dementia.org.au/education

Ulteriori informazioni

Dementia Australia offre supporto, informazioni, educazione e counseling.

National Dementia Helpline: 1800 100 500

Per assistenza linguistica: 131 450

Visitate il nostro sito web: dementia.org.au