

# 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](https://dementia.org.au/help-sheets)
- Servizio bibliotecario di Dementia Australia  
Visitate: [dementia.org.au/library](https://dementia.org.au/library)
- Supporto di Dementia Australia  
Visitate: [dementia.org.au/support](https://dementia.org.au/support)
- Formazione offerta da Dementia Australia  
Visitate: [dementia.org.au/education](https://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](https://dementia.org.au)**