

Assistenza Diversi studi sottolineano i rischi cui sono esposti i «caregiver»

Chi cura un malato deve prendersi cura anche di sé

Stress

I consigli per coloro che si fanno carico di familiari che soffrono

«Sono come un pompiere: quando suona la sirena corro». Silvia sta passando un «periodo difficile». Negli ultimi 15 mesi ha alternato le vesti di moglie-madre-figlia-casalinga a quelle di «assistente» di sua cognata che, appena raggiunto il traguardo della pensione, si è ritrovata d'improvviso a doversi operare per un carcinoma del colon. Silvia si ritrova così a correre fra Milano, la Brianza e Pavia, da casa sua a quella del padre anziano a quella della cognata, passando da scuola e dal supermercato. Come lei, stando solo alle statistiche oncologiche, un italiano su tre incontra una diagnosi di tumore che lo interessa in prima persona o riguarda un parente o un amico, cui serve sostegno.

Sono circa due milioni e 200 mila i malati di tumore in Italia e oltre 400 mila i nuovi casi registrati ogni anno. La vicenda di Silvia è simile a quella di moltissime altre donne (e famiglie) "in assetto da combattimento" a causa della malattia. E in occasione della recente Giornata del malato oncologico si è parlato anche di loro, i *caregivers*.

L'aiuto di cui i malati hanno

bisogno è sì materiale (per essere accompagnati a visite e cure mediche, per gestire commissioni varie e prendersi cura della casa), ma è indispensabile anche il supporto morale. A chi sta male serve una dose quotidiana di affetto, ascolto, un'iniezione di forza utile quanto i farmaci. Stando ai dati dello studio realizzato dalla Fondazione Gigi Ghirotti, quasi la metà dei pazienti ricoverati desidera una maggiore vicinanza dei familiari. Il 42 per cento vorrebbe, per esempio, che le visite delle persone care fossero più numerose e più lunghe. D'altro canto, un terzo dei malati non vuole essere di peso ai familiari. Infine, un quarto dei quasi 24 mila intervistati preferirebbe ricevere assistenza a casa.

«Sembra una contraddizione insolubile, desiderare di stare con i parenti e nello stesso tempo non essere troppo d'intralcio — commenta Manuela Provantini, psicologa e conduttrice del gruppo di sostegno per caregivers dell'Associazione «Attive come prima» —, ma le due cose si possono conciliare. Troppo spesso chi segue un malato si annulla e così facendo sbaglia perché perde forze è perché il malato se ne accorge e ne soffre».

Chi accudisce un malato può poi sentirsi in colpa se prova disagio. Uno studio pubblicato sulla rivista *Cancer*, condotto su quasi 21 mila uomini con compagne malate di cancro al seno, ha messo in evidenza i pericoli per la salute mentale del caregiver. I ricercatori danesi hanno analizzato i dati di un milione e 163 mila maschi dai 30 anni in su, seguiti per 13 anni durante i

quali 20.538 hanno dovuto assistere la partner ammalata di un carcinoma mammario. Fra questi, 180 sono stati ricoverati per disturbi affettivi.

«I caregiver sono come spugne, — chiarisce Manuela Provantini — assorbono tensioni, sofferenze e troppo spesso non le scaricano: non si confidano e non parlano con altri familiari, con amici, colleghi. E per di più si fanno mancare una loro "area benessere" per mettere in circolo nuove energie positive da spendere nella loro faticosa attività di assistenza».

E c'è un altro aspetto da considerare. Quando la situazione si complica, spesso i familiari lavoratori di un paziente oncologico chiedono di usufruire del congedo straordinario familiare biennale retribuito. «E con crescente frequenza vengono sottoposti a mobbing, vessati dai controlli fiscali e alla fine, come purtroppo talvolta accade, licenziati» racconta dal servizio legale dell'Associazione italiana malati di cancro, che tramite il suo sito (www.aimac.it) offre sostegno psicologico e medico, oltre che giuridico, a pazienti e familiari.

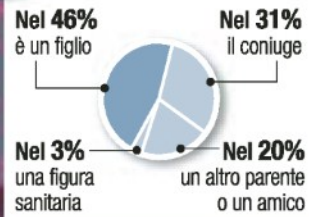
Vera Martinella

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Casi celebri

Quando Michel Douglas è guarito, si è ammalata la moglie, che lo aveva assistito





**Su un campione di 1.271
caregiver per malati di tumore**

il 35%
dichiara che la malattia ha avuto
un ingente impatto sulla vita familiare

il 24%
ha dovuto chiedere
un'astensione dal lavoro

il 44%
ha avuto molte difficoltà
nel gestire il lavoro

il 68%
ha definito abbastanza o molto
difficile la gestione delle attività
sociali e del tempo libero

Fonte: Indagine su un campione 2000 italiani
malati di tumore - Giornale Italiano di Medicina
del Lavoro ed Ergonomia 2008

D'ARCO