



## Demenze: i campanelli d'allarme

Nell'articolo "Demenze: facciamo un po' di chiarezza" abbiamo accennato ai segnali che potremmo notare in noi o in un nostro familiare che ci dovrebbero far pensare a una possibile iniziale demenza e quindi che ci dovrebbero portare a richiedere un accertamento.

### Ma quali sono questi "campanelli d'allarme"?

Quando abbiamo un familiare che ha circa dai 60 anni in su, è una buona norma rivolgersi a un neurologo se notiamo alcuni di questi aspetti:

- Non ricorda un fatto avvenuto recentemente o ciò che gli abbiamo detto il giorno prima o qualche ora prima e non se lo ricorda nemmeno dopo che gli abbiamo dato dei suggerimenti per riportarlo alla memoria
- Ci ripete più volte la stessa cosa o ci chiede più volte la stessa informazione
- Non ricorda spesso dove mette gli oggetti, perde gli oggetti (chiavi, occhiali, portafoglio)
- Dimentica spesso appuntamenti o cose da fare
- Necessita molto più frequentemente di ausili per ricordare le cose (es. post-it)
- Capita spesso che non riesca a reperire una parola (ha le parole sulla punta della lingua ma non riesce a recuperarle)
- Scambia spesso una parola per un'altra (ad esempio dice "frigorifero" invece di "forno")
- Scambia spesso le lettere delle parole (ad esempio dice "cavolo" per "tavolo")
- Ha difficoltà a pianificare la sua giornata
- Ha difficoltà a seguire i passaggi di una ricetta o a fare delle preparazioni che conosce e che ha fatto tante volte
- È capitato che si perdesse tornando a casa
- È spesso confuso rispetto alla data odierna
- È diventato particolarmente irritabile o ha cambiato alcuni aspetti della sua personalità
- Ha degli sbalzi d'umore o ha un umore depresso
- Non ha più voglia di fare le cose che prima faceva volentieri
- Non fa più le pulizie o non provvede adeguatamente alla sua cura personale

Se notiamo nel nostro familiare questi segnali, tuttavia, non pensiamo subito al peggio: essi diventano preoccupanti se si manifestano con una certa frequenza e gravità e solo il neurologo, dopo un'attenta valutazione dell'anamnesi, dei sintomi, degli esami strumentali e della valutazione neuropsicologica eseguita da uno psicologo esperto nell'ambito della neuropsicologia, potrà inserirli eventualmente all'interno di un quadro di demenza.

Ad oggi non esiste ancora una cura per le demenze, ma più precoce è la diagnosi, più si può fare per rallentare il decorso della malattia!

**Dott. ssa Giovanna Chiarion**

Psicologa

Specializzanda in psicoterapia cognitivo-comportamentale



#### **RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI**

- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)*, APA, Washington-London (trad. it. Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali, Quinta edizione, DSM-5, Raffaello Cortina Editore, 2014).
- <https://www.alz.org/>
- <https://www.centroalzheimer.org/>