

# Può essere fatto nella vita di tutti i giorni, cosa è importante per voi

## Ergoterapia per anziani

L'ergoterapia si concentra sulla capacità di agire della persona. Contribuisce a migliorare la salute e la qualità della vita. L'ergoterapia consente alle persone di tutte le età di partecipare alle attività della vita quotidiana.

[Qui](#) potete scoprire cosa può offrire l'ergoterapia le persone in età avanzata.

## Contenuto

1.	<b>Ergoterapia per anziani</b>	2
2.	<b>Dove interviene l'ergoterapia?</b>	2
3.	<b>Cambiare positivamente la vita quotidiana</b>	2
4.	<b>Assistenza olistica attraverso la cooperazione attiva</b>	3
5.	<b>Ergoterapia e demenza</b>	3
6.	<b>L'ergoterapia come servizio di base negli istituti per anziani e di assistenza</b>	3
7.	<b>Ergoterapisti ambulatoriali nelle istituzioni</b>	3
8.	<b>Utilizzare le competenze</b>	4
9.	<b>Assorbimento dei costi e finanziamento</b>	4
10.	<b>L'ergoterapia: una parte integrante</b>	4
11.	<b>Informazioni sulla formazione</b>	4
12.	<b>Link alle università di scienze applicate</b>	5
13.	<b>Link per ulteriori informazioni</b>	5

## 1. Ergoterapia per anziani

L'età avanzata comporta cambiamenti fisici, mentali e sociali che influiscono sulla vita quotidiana. Ad esempio, con il tempo può diventare difficile guardare se stessi o gli altri, riordinare l'appartamento, guardare un programma televisivo, uscire di casa o prelevare denaro da un bancomat. Può insorgere ansia o la sensazione di perdere il controllo sulla propria vita. Queste difficoltà possono essere legate a una perdita di forza o di sensibilità, a disturbi visivi e cognitivi, alla solitudine, al dolore cronico o a limitazioni della mobilità. Anche l'ambiente fisico o la casa possono non corrispondere più alle proprie possibilità ed esigenze.

## 2. Dove interviene l'ergoterapia?

I ergoterapisti possiedono le competenze necessarie per collaborare con le persone malate, menomate, fragili o ferite, con il loro ambiente e con le istituzioni coinvolte, al fine di trovare soluzioni individuali che migliorino il modo in cui affrontano la vita quotidiana e riducano le difficoltà che si presentano nelle loro attività. Concentrandosi sulle esigenze individuali degli anziani, i ergoterapisti contribuiscono a migliorare la loro qualità di vita.

### L'ergoterapia offre:

- Formazione di abilità fisiche, cognitive, emotive e sociali rilevanti per la vita quotidiana.
- In collaborazione con l'ambiente di supporto (ad es. parenti, medici, assistenti, terapisti), accompagnamento ottimale della persona nella sua vita quotidiana individuale.
- Consigliare e istruire gli assistenti di sostegno nel posizionamento di persone con mobilità gravemente limitata.

### I ergoterapisti forniscono consulenza e supporto nelle seguenti aree:

- Adattamento dell'ambiente di vita
- Scelta degli strumenti
- Attività di gruppo adattate
- Misure di prevenzione (ad es. prevenzione delle cadute o del dolore)
- Attività di promozione della salute per migliorare la qualità della vita

## 3. Cambiare positivamente la vita quotidiana

Una valutazione di ergoterapia può mostrare potenzialità, possibilità e limiti. L'uso mirato dell'ergoterapia può cambiare positivamente la vita quotidiana delle persone. Se, ad esempio, vestirsi diventa un problema a causa di una malattia, la procedura abituale può essere valutata nell'ambito dell'ergoterapia e adattata se necessario. Le procedure familiari o nuove possono essere addestrate alla situazione e, se necessario, possono essere fornite istruzioni (scritte o illustrate). In questo modo l'ergoterapia consente alle persone di svolgere le attività della vita quotidiana per loro significative nel modo più indipendente possibile.

## **4. Assistenza olistica attraverso la cooperazione attiva**

Poiché il personale infermieristico svolge un ruolo importante nella vita quotidiana dei residenti in una casa di riposo, è utile una collaborazione attiva con il personale infermieristico (ad esempio nell'attuazione delle strategie). I ergoterapisti sono lieti di svolgere un ruolo attivo in questa collaborazione e possono così contribuire alla cura/trattamento olistico degli anziani con le loro conoscenze specialistiche.

## **5. Ergoterapia e demenza**

Nel 2013 è stato redatto un rapporto dettagliato sull'efficacia dell'ergoterapia per le persone affette da demenza moderata e grave. Gli autori concludono che un programma di ergoterapia individualizzato può dare un importante contributo alla riduzione dei costi e dell'assistenza medica e infermieristica necessaria. Se utilizzata correttamente, l'ergoterapia migliora la qualità della vita e lo stato d'animo delle persone interessate.

Affinché le misure terapeutiche abbiano successo, devono essere adattate alle rispettive esigenze dei pazienti. In questo modo, la ergoterapia può contribuire a ritardare il ricovero a domicilio delle persone affette da demenza fino a un anno e mezzo.

L'addestramento funzionale e delle abilità, in combinazione con altre procedure, può migliorare lo stato di salute e l'umore. La stimolazione cognitiva ritarda il declino mentale nella demenza lieve o moderata, mentre la stimolazione sensoriale favorisce il comportamento sociale, ad esempio. Secondo il rapporto, le procedure di ergoterapia hanno un effetto positivo dimostrabile su diverse aree della vita dei pazienti.

## **6. L'ergoterapia come servizio di base negli istituti per anziani e di assistenza**

L'ergoterapia viene utilizzata principalmente nei settori della riabilitazione geriatrica e/o delle cure acute e transitorie. L'inserimento della ergoterapia negli istituti per anziani e di cura non è regolamentato in modo uniforme in Svizzera e di conseguenza viene gestito in modo molto diverso. L'integrazione diretta dell'ergoterapia nei servizi di base di un istituto per anziani e di cura garantisce l'importante collaborazione interprofessionale con medici, infermieri, terapisti, servizi sociali e altri servizi mediante documentazione comune, relazioni e/o discussioni sui casi e consente un approccio coordinato.

## **7. Ergoterapisti ambulatoriali nelle istituzioni**

Poiché non tutte le case di cura dispongono di un servizio interno di ergoterapia, i ergoterapisti ambulatoriali sono spesso chiamati a fornire trattamenti di ergoterapia in loco. Questi ergoterapisti ambulatoriali hanno l'opportunità di scambiare informazioni importanti attraverso gli assistenti dei residenti o sulla base della documentazione conservata insieme alle altre parti coinvolte (medici, infermieri, ecc.). Questo scam-

bio è molto auspicabile, in quanto contribuisce in modo decisivo al raggiungimento degli obiettivi delle persone anziane e insieme a loro. Ad esempio, le importanti strategie apprese possono essere implementate nella vita quotidiana in modo coerente e sostenibile.

## 8. Utilizzare le competenze

I ergoterapisti vedono un grande bisogno di programmi di prevenzione primaria e di promozione della salute per gli anziani dai 60 anni in su, ad esempio sui temi dell'istruzione per la protezione delle articolazioni, della chiarificazione della casa/appartamento, della prevenzione delle cadute o della gestione della transizione (passaggio dalla vita alla pensione). I ergoterapisti possono offrire questi programmi come servizio ai residenti, ai parenti e al personale delle istituzioni per anziani e di assistenza. L'esperienza dei ergoterapisti può fornire un ulteriore e prezioso impulso quando si tratta di pianificare e implementare programmi di gruppo o misure strutturali. Tuttavia, questi importanti servizi non sono coperti dalla LAMal, il che significa che il finanziamento deve essere organizzato separatamente.

## 9. Assorbimento dei costi e finanziamento

La ergoterapia prescritta dal medico è finanziata dall'assicurazione sanitaria, infortuni, invalidità e militare. Per i servizi di ergoterapia aggiuntivi è necessario stipulare accordi individuali. Questo vale, ad esempio, per le aree di prevenzione e promozione della salute, in cui i ergoterapisti forniscono consulenza e accompagnano l'attuazione delle misure.

## 10. L'ergoterapia: una parte integrante

I ergoterapisti dovrebbero essere parte integrante dell'assistenza olistica negli istituti per anziani e di cura. A tal fine, è necessario un contatto attivo da parte di medici e personale infermieristico. È auspicabile una cooperazione interprofessionale ottimale tra tutti gli attori di una casa di riposo (personale infermieristico, medici di base, fisioterapisti, terapisti dell'attivazione, ecc.) per fornire ai residenti la migliore assistenza terapeutica possibile e migliorare così la loro qualità di vita.

## 11. Informazioni sulla formazione

La formazione in ergoterapia è un corso triennale a tempo pieno presso una delle tre scuole universitarie professionali ZHAW, HETSL, SUPSI (vedi sotto). Il programma di studio si conclude con un Bachelor of Science in Ergoterapia. Circa due terzi della formazione si svolgono presso la scuola, un terzo sotto forma di stage in vari campi di lavoro dell'ergoterapia.

## 12. Link alle università di scienze applicate

ZHAW - Università di Scienze Applicate di Zurigo (Winterthur)

HETSL - Haut école de travail et de la Santé (Losanna)

SUPSI - Scuola universitaria professionale della Svizzera italiana

## 13. Link per ulteriori informazioni

Associazione svizzera di ergoterapia

La ergoterapia nel campo della geriatria, Habermann, C. (Ed.). (2005), Georg Thieme Verlag

Rapporto HTA, Efficacia della ergoterapia nella demenza da moderata a grave, D. Korczak, C. Habermann, S. Braz (testo completo)

Prescrizione di ergoterapia (PDF da scaricare)

La gamma di servizi offerti dalla ergoterapia in geriatria si adatta alle rispettive esigenze. Per questo motivo, la presente brochure informativa non ha la pretesa di essere completa.

Contatto: [evs-ase@ergotherapie.ch](mailto:evs-ase@ergotherapie.ch)

### **Editore**

CURAVIVA, l'associazione di categoria di ARTISET  
Zieglerstrasse 53, 3007 Berna

### **Autore**

Associazione svizzera di ergoterapia EVS/ASE, [evs-ase@ergotherapie.ch](mailto:evs-ase@ergotherapie.ch)

### **Citazione**

CURAVIVA (2023), Essere in grado di fare ciò che è importante per voi nella vita quotidiana | Ergoterapia per gli anziani

Persone

Online: [curaviva.ch](http://curaviva.ch)

### **Informazioni**

[info@curaviva.ch](mailto:info@curaviva.ch)

© CURAVIVA, associazione di categoria di ARTISET, 2023