

SINDROME DI STANCHEZZA O BURN-OUT

E' una sindrome che interessa frequentemente lavoratori di ogni ordine e grado. Tanto più può interessare le persone che assistono un ammalato di Alzheimer ed è caratterizzata da numerosi sintomi o aspetti, quali:

1. *Suscettibilità emozionale*
 - la persona possiede sentimenti vulnerabili, vede le cose in bianco e nero, non riesce a parlare con obiettività;
2. *Diminuzione dell'umanità*
 - si sente estranea, irreali; è dura, fredda verso il prossimo;
3. *Crisi esistenziale*
 - la persona si chiede chi sono, dove vado, perché sono qua, perché vivo?
4. *Efficienza mentale indebolita*
 - è stanca, ha scarsa capacità di concentrazione, impiega più tempo per finire un lavoro;
5. *Motivazione diminuita*
 - è depressa, cerca incarichi meno gravosi, evita problemi e responsabilità; è passiva e dipendente;
6. *Impegno emotivo forte*
 - impegnata troppo ai problemi; i bisogni degli altri importano più dei propri;
7. *Contagiosità*
 - anche gli altri cominciano a stancarsi; compaiono competizione, sfiducia, in-

soddisfazione, ognuno prende cura solo di sé stesso;

8. *Perdita dell'indipendenza*
 - sensazione che siano gli altri a condurre la vita della persona stanca;
9. *Perdita del piacere di lavorare*
 - niente gioia di vita, niente soddisfazione in ciò che si fa;
10. *Perdita dell'affetto*
 - la persona costruisce un muro intorno a sé stessa, si isola anche nel tempo libero;
11. *Cambiamento nell'atteggiamento verso sé stessa*
 - si sente incapace e stupida, la stima di sé stessa cala;
12. *Eccessi di pianto*
 - scatti impetuosi di emozione, dopo un lungo controllo; accuse verso gli altri;
13. *Disturbi del sonno*
 - si sveglia di notte e non riesce a riaddormentarsi: la persona prova a risolvere i problemi nel sonno, poiché non riesce quando sta sveglia;
14. *Depressione*
 - la depressione è in relazione con i sentimenti di colpa; la stanchezza, invece, con l'odio; è triste, apatica, negativa, indecisa; si sente brutta; la vita ha perso importanza.

NOTIZIE DAL MONDO SCIENTIFICO

Ricercatori dell'Università di Queensland (USA) hanno messo a punto un sistema che consente di visionare con scansioni di immagini di Risonanza magnetica, la progressiva atrofia cerebrale di un malato di Alzheimer.

Nell'encefalo di questi malati si verifica una perdita di sostanza grigia che, nelle fasi terminali, rimane risparmiata solo in piccolissime aree del cervello, sede del controllo della vista

La ricerca è sulla buona strada per definire un *marker biologico* dell'Alzheimer, che consentirà di diagnosticare la malattia quando non si è ancora manifestata clinicamente, oppure quando è presente un deterioramento cognitivo lieve in modo da

consentire interventi terapeutici tempestivi

Uno studio americano ha messo in relazione inversa le capacità di un bambino con quelle di un malato di Alzheimer: tanto più la malattia avanza tanto più il cervello del malato ripercorre, all'indietro, le fasi di sviluppo della mente umana

stadio di latenza: capacità di un adulto

“ iniziale: capacità 21 – 18 anni

“ lieve : “ 14 – 8 “

“ medio: “ 7 – 5 “

“ grave: “ 5 anni – 24 mesi

“ finale: “ 15 mesi – 4 settimane

(dal Notiziario N.18 della Fondazione Manuli)