

Acchiapparicordi: la poesia per contrastare l'Alzheimer

Scritto da Daniela Morabito e Luisanna Cavestri

Pubblicazione: [Numero 010](#)

26 Luglio 2024



Un corso che insegna il valore della poesia, non solo come espressione di sentimenti e di abile uso della lingua ma anche come strada per entrare nella profondità delle persone affette da demenza e fare emergere emozioni, ricordi, pensieri che non scompaiono quando le capacità comunicative sono alterate, migliorando il benessere del malato ed anche del caregiver.

La via gentile delle emozioni: così avevamo intitolato una piccola performance, con letture e riflessioni accompagnate dal suono magico dell'arpa celtica, nata sulle suggestioni di un libro, un albo illustrato che raccontava del papà di Patrizia Giannelli, malato di Alzheimer. Oltre all'autrice, c'erano un amico lettore, un medico geriatra, una volontaria dell'Associazione familiari Alzheimer, tutti legati all'esperienza condivisa presso il "Caffè della Memoria", Caffè Alzheimer di Verbania. Eravamo all'Alzheimer Fest di Firenze nel settembre 2022 per presentarla. E lì, in un bellissimo Chiostro dell'Ospedale degli Innocenti, lungo questa "via gentile", ci siamo incrociati con Dome Bulfaro, esperto di Poesiaterapia e con il suo laboratorio "Acchiapparicordi".

Ci siamo incontrati per caso e quasi "per forza" perché luogo ed orario dei nostri incontri si erano sovrapposti e, attraverso la partecipazione, condivisione reciproca e "gentile" delle esperienze che presentavamo, ci siamo conosciuti. Un'occasione che ha fatto nascere il desiderio di approfondire ulteriormente lo studio su come la poesia, che avevamo ritrovato come elemento comune nelle nostre proposte, potesse essere d'aiuto per le persone affette da disturbi neurocognitivi e per i loro familiari. Si è aperto il cammino su una "via" che ha condotto la dottoressa Daniela Morabito, geriatra dell'Asl VCO e collaboratrice di alcuni Caffè Alzheimer del territorio, e Luisanna Cavestri, assistente sociale e responsabile del Promemoria Caffè del Cusio, a Monza per visitare PoesiaPresente, la Scuola di Poesia di Dome Bulfaro ed incontrare Paola Perfetti, drammaterapeuta che aveva introdotto la poesia tra le attività che svolgeva insieme alle persone ospiti de Il Paese Ritrovato, primo villaggio Alzheimer italiano.

In un momento ancora difficile per tutti i servizi dedicati all'Alzheimer che, dopo la pandemia stavano facendo ancora fatica a riprendersi, sia per il sempre maggiore problema della mancanza di personale nelle strutture sanitarie e assistenziali, sia per il persistere di paure e incertezze che condizionavano l'organizzazione ad evitare occasioni d'incontro e socializzazione in particolar modo per i più fragili, abbiamo sentito la necessità di fare qualcosa per riportare l'attenzione sulla qualità della vita delle persone con demenza, sia quelle che vivevano al loro domicilio sia quelle ospiti nelle strutture per anziani: la Poesiaterapia, che tanto ci aveva colpito e di cui avevamo potuto osservare i risultati positivi nell'esperienza di PoesiaPresente, Scuola di Poesiaterapia di Monza, e nella visione della letteratura scientifica^[1], ci è sembrata una possibile strada da cui ripartire.

La collaborazione con l'ASL VCO, il CISS Cusio, gli altri sostenitori del Promemoria Caffè di Omegna e con il sostegno economico della Fondazione Vita Vitalis, ha permesso di realizzare una giornata formativa con gli esperti che avevamo conosciuto: Dome Bulfaro e Paola Perfetti. E il 25 marzo 2023 sono venuti loro sulle sponde del lago d'Orta ad Omegna (VB), città natale di Gianni Rodari, per condurre un laboratorio di Poesiaterapia dal titolo: "Acchiapparicordi: La poesia per contrastare l'Alzheimer".

Per potere favorire l'interazione e la partecipazione dei discenti si è scelto di limitare la proposta ad un piccolo gruppo, rappresentativo di figure diverse, che potessero poi, nei luoghi di lavoro o di azione, portare quanto appreso e sperimentato per coinvolgere altri.

Hanno partecipato alla giornata diciannove persone tra cui: psicologi, animatori, volontari dell'associazione Familiari Alzheimer, operatori nei Caffè o RSA/nucleo Alzheimer, medici, assistenti sociali, insegnanti.

L'obiettivo era far conoscere le tecniche di Poesiaterapia che possono essere proposte a persone con malattia di Alzheimer o con altre demenze al fine di contrastare i processi degenerativi attraverso la sollecitazione poetica dei ricordi.

I due relatori conduttori hanno guidato il gruppo nella conoscenza della Poesiaterapia che prevede l'uso intenzionale della poesia per migliorare il benessere e può essere utilizzata anche per le persone con demenza. Hanno mostrato come con l'utilizzo della poesia si può realizzare una sorta di nuovo "ponte", un'occasione di relazione empatica con la persona malata, ostacolata dai disturbi di memoria e del linguaggio per le vie consuete, permettendole di esprimere e comunicare sentimenti, emozioni, stimolare ricordi, migliorare il tono dell'umore.

Molte sono le esperienze in questo campo fatte all'estero con programmi come "Mind's Eye Poetry" di Molly Middleton o "Alzheimer's Poetry Project" di Gary Glanzer negli USA. Particolarmente interessante, è stato il racconto del laboratorio condotto con gli ospiti de Il Paese Ritrovato di Monza. Questo è un vero e proprio villaggio dove sessantaquattro persone con malattia di Alzheimer o altre demenze, vivono in appartamenti e possono in libertà e in sicurezza recarsi nei negozi, in chiesa, dal parrucchiere, al bar ed anche al teatro, gestiti dai loro assistenti e volontari. Ed è qui, con Paola Perfetti, che si realizza la magia delle arti performative: persone con demenza diventano attori ma anche poeti. Nel laboratorio di Poesiaterapia persone con compromissioni cognitive già significative, si confrontano e si esprimono su tematiche profonde legate ai grandi temi della vita: la malattia, l'amore, la sofferenza, la morte. Ci ha detto Paola che nei temi che scelgono sembrano privilegiare proprio quelli che riguardano la ricerca del senso della vita e dalle loro osservazioni. Da frasi, parole nascono poesie bellissime e profonde, raccolte in un libretto^[2] e lette, dagli stessi autori, con grande emozione e plauso di tutti, davanti ad altri ospiti, familiari e al sindaco della città di Monza e, il 23 settembre del 2023, anche all'Alzheimer Fest di Cologno al Seri (Bg).

Dome e Paola hanno mostrato le tecniche che aiutano a coinvolgere, come permettere alle persone che soffrono di demenza di esprimersi e come arrivare a comporre poesie, facendoci sperimentare direttamente tutti questi nuovi saperi e processi. Ci siamo esercitati sul setting, sull'uso della voce, sulla lettura e su alcune tecniche che si possono utilizzare. E se l'*antifonia* ci ha richiamato alcuni nostri ricordi (la memoria ecoica non era forse usata dai Queen nei loro concerti?), parlare dei *paratesti* è diventata una lezione sulla comunicazione che ci sarà utile in ogni occasione in cui vorremo entrare in relazione con altri, non solo con le persone con demenza.

Il facilitatore del gruppo di Poesiaterapia in un laboratorio con malati di Alzheimer, ha anche il compito di raccogliere le parole e le frasi dette dai partecipanti che, trascritte, danno forma alle poesie. Ne abbiamo lette alcune insieme e siamo rimasti commossi e colti da meraviglia. Mai più i partecipanti a questo laboratorio potranno pensare che la demenza cancelli tutto e che le persone con questa malattia non abbiano più niente da dire. Questo, sicuramente, il primo importante risultato della giornata che tutti porteranno dentro.

E dopo...

Il seme era stato gettato: avere provato l'esperienza della poesia come evocatrice di ricordi, come strumento per esprimere sentimenti, creare relazioni ed empatia e poi avere ascoltato i racconti di chi questa esperienza la vive, attraverso il suo lavoro quotidiano con persone affette da demenza, ci ha fatto sentire che questa "bellezza" va condivisa e, quanto ricevuto, coltivato per diffondere questa pratica che va portata al maggior numero di pazienti e familiari come supporto nella loro faticosa esperienza.

Dopo la giornata di formazione i partecipanti sono rimasti in contatto attraverso un gruppo mail per scambiarsi materiale informativo/formativo sul tema, condividere risonanze ed eventuali successive esperienze.

E queste si sono man mano manifestate.

Nella, l'animatrice del Parco della Fantasia di Omegna e guida presso il Museo Gianni Rodari della città, ha fatto tesoro delle tecniche ascoltate per migliorare l'approccio relazionale e utilizzare nuove tecniche nell'uso della poesia e delle filastrocche in un progetto, intitolato "Fantastica memoria" già in corso, in cui era conduttrice insieme alle sue colleghe Elisa e Valentina. In questo progetto, realizzato in collaborazione tra il Museo Rodari e il Promemoria Caffè di Omegna, includeva laboratori con persone con demenza e loro familiari, in cui già si impiegavano tecniche di stimolazione della creatività e della felicità in persone con demenza, specifiche della metodologia della "Grammatica della Fantasia" di Gianni Rodari.

Simonetta, direttrice di una RSA a Montescheno, paese della Val d'Ossola, ha stimolato nella sua struttura iniziative di narrazione terapeutica con uso anche di poesie e filastrocche rivolte ad anziani (anche con demenza) e ai loro familiari, rilevando come da queste partano ricordi e condivisione.

Clara, psicologa che, nell'ambito del Progetto finanziato dal Piano Demenze, collabora con la Geriatria dell'ASL VCO, ha utilizzato alcuni aspetti della Poesiaterapia nei corsi di stimolazione cognitiva che prevedevano alcune parti dedicate alla creatività o all'attualità, ottenendo risultati di maggiore partecipazione, espressione più libera e soddisfazione per la poesia prodotta nelle persone con maggiore compromissione cognitiva.

La prof.ssa Marina, insegnante d'Italiano presso la scuola superiore ad indirizzo socio-sanitario dell'Istituto Dalla Chiesa di Omegna, che da diverso tempo collabora con i suoi studenti al "Promemoria Caffè" di Omegna, per questo nuovo anno, con la sua collega Silvia, ha proposto un laboratorio rivolto ai partecipanti del "Caffè" intitolato *Suoni e versi: giochiamo con la poesia*. Il primo incontro si è svolto l'8 novembre 2023. La poesia *Lavandare* di Giovanni Pascoli ha permesso di lavorare con i suoni delle parole, le rime, il richiamo delle stagioni. Ed insieme, sono stati stimolati la lettura, l'attenzione, i ricordi, senza mancare di far divertire e sentire tutti protagonisti e coinvolti.

Un'esperienza nell'esperienza quella per gli studenti che, partecipando al Caffè Alzheimer con questo laboratorio, non solo faranno un tirocinio ma impareranno come la lingua italiana possa essere bella e ricca. Chissà cosa avranno provato quel pomeriggio, sentendo ripetere o leggendo la stessa poesia tante volte come *Lavandare*. Noi abbiamo già visto che stanno affinando le loro capacità di relazione e di attenzione all'altro: competenze importanti per il proprio percorso di studi, orientato a professioni legate al prendersi cura.

E per il futuro?

Continueremo a condividere le esperienze, a cercare di rafforzare l'entusiasmo e la voglia di sperimentare modi nuovi ma sempre pieni di passione per cercare di fare vivere momenti belli e stimolanti alle persone che se hanno perso la memoria non hanno perso la capacità di provare emozioni e di percepire *la cura* che si ha per loro. E speriamo possa essere sempre *una via gentile* in cui poesia e persone sensibili e competenti, come quelle incontrate in questo tratto di strada, possano esserci compagne.

^[1] Swinnen A. (2014) *A study of poetry intervention* in "Dementia care Dementia 0(0)" 1-28

Swinnen A. De Medeiros K. (2018) "*Play*" and people living with dementia: a humanities-based inquiry of *TimeSplits* and the Alzheimer's Poetry Project", *The Gerontologist*, Vol 58 N. 2, 261-269

^[2] Qui ci si riferisce al libretto *Il Massimo del Minimo*, edito da Il Paese Ritrovato di Monza nel 2023.

Daniela Morabito, Dirigente Medico di Geriatria presso l'ASL VCO con particolare interesse in Psicogeriatria. Nell'ambito del suo lavoro collabora con i Caffè Alzheimer della città di Verbania e di Omegna nell'organizzazione delle attività per le persone con demenza e come relatrice di corsi di formazione per i caregiver. È vicepresidente della "Prosenectute" di Omegna, associazione che promuove l'invecchiamento attivo.

Luisanna Cavestri, Assistente Sociale del Ciss Cusio Omegna, Consorzio Intercomunale Servizi Socio Assistenziali, responsabile dell'area Anziani, si occupa di organizzare i servizi di assistenza domiciliare e di coordinare equipe multidisciplinari in questo ambito. Responsabile del Caffè Alzheimer del Cusio, è attiva nella formazione e informazione dei caregiver. È impegnata su alcuni progetti per la promozione dell'invecchiamento attivo.