

DIA MUNDIAL DE LA MALALTIA D'ALZHEIMER

NO EM DEMANIS QUE RECUERDI

No em demanis que recordi,

No intentis fer-me entendre,

Deixa'm descansar i saber que ets amb mi,

Dona'm un petó a la galta i agafa la meva mà,

Estic més confós del que penses,

Estic trist, malalt i perdut,

Tot el que sé és que et necessito,

Que estiguis amb mi.

No perdís la teva paciència amb mi,

No em renyis, maleixis o ploris,

No puc evitar la forma en què actuo,

No puc ser diferent, encara que ho intenti,

Tan sols recorda que et necessito,

Que el millor de mi se n'ha anat,

Per favor, no em fallis i queda't amb mi,

Estima'm fins que la meva vida acabi.

Avui dia **21 de setembre** és el **Dia Mundial de l'Alzheimer**. El propòsit d'aquesta commemoració és fer visible la malaltia i divulgar informació al respecte, i sol·licitar el suport i la solidaritat de la població en general, de les institucions i dels organismes oficials per als malalts i per als seus cuidadors.

El procés evolutiu de l'Alzheimer és comparable al del desenvolupament d'un nen, però en sentit invers. Mentre que el nen va despertant la vida, el malalt d'Alzheimer se'n va acomiadant. Tota la seva vida queda reflectida en la malaltia, i mereix ser tractat amb respecte i amb afecte, ja que la part emocional és l'última que es perd si és que arriba a perdre's.

La malaltia, a mesura que evoluciona, va disminuint les capacitats i va esborrant records i vivències de forma gradual. Però al mateix temps, les persones afectades, conserven funcions i registres significatius per elles, que han de ser considerats en el tracte amb el malalt, des de l'inici de la malaltia fins al final de la seva vida.

Per això, els malalts d'Alzheimer, a causa de les característiques específiques de la seva malaltia, tenen drets que han de ser respectats, com:

- Obtenir un **diagnòstic precoç** i conèixer-lo si així ho desitgen
- **Saber el que els passa i rebre ajuda** per comprendre i compensar les seves mancances en la fase inicial de la malaltia
- **Obtenir ajuda per aconseguir les seves metes**, en lloc que els altres les realitzin per ells.
- **Conservar l'opció a escollir** en les coses que els esdevenen cada dia.
- **Ser tractats com a persones adultes** en les diferents etapes de la malaltia.

- **Rebre suport psicològic** que possibiliti l'expressió de les seves emocions, l'estimulació de les seves capacitats i la modificació de les seves alteracions de comportament.
- Que els sigui prescrit **tractament farmacoterapèutic** que millori el curs de la malaltia en cada fase, sempre que sigui possible.
- **Atorgar el seu consentiment i decidir** en la mesura que la seva capacitat d'autogovern els ho permeti sobre les mesures que pretenguin adoptar sobre la seva persona.
- La necessitat que se'ls proporcionin **un tracte digne** mentre duri la malaltia i de **rebre cures pal·liatives** al final de la seva vida.

Aquest manifest estaria incomplet si no tinguéssim en compte l'altra persona afectada: **la persona cuidadora**. La cura adequada de la persona malalta requereix, per portar a terme una tasca tan valuosa, que el cuidador o cuidadora, tingui en compte els seus propis drets com:

- **Dedicar temps i activitats a elles mateixes** sense sentiment de culpa.
- **Experimentar sentiments negatius** cap a la malaltia o per estar perdent un ésser estimat
- **Resoldre per si mateixes els meus mes** allò de què són capaços i el dret a preguntar sobre allò que no s'entén.
- **Buscar solucions** que s'ajustin raonablement a les seves necessitats i a la dels seus familiars.
- **Ser tractats amb respecte** per aquelles persones a qui demanen consell i ajuda.
- No culpabilitzar-se per **cometre** errors.
- **Ser reconeguts com a persones valuoses** i fonamentals de la família fins i tot quan els seus punts de vista siguin diferents.
- Dedicar temps a **aprendre** i a disposar del temps necessari per fer-ho
- El dret a **admetre i expressar sentiments**, tant de positius com de negatius.
- Aprendre a **"dir no"** davant de peticions excessives, inapropiades o poc realistes.
- No renunciar a **seguir la seva pròpia vida**.

Actualment, aquesta malaltia no té cura. Hi ha tractaments tant farmacològics com no farmacològics que n'alenteixen l'evolució conservant capacitats, reduint l'alteració funcional i els símptomes que acompanyen.

Des **del Grup de Treball d'Envel·liment del Consell General de la Psicologia**, donem fermament suport a la investigació, per aprofundir en les causes que produeixen la malaltia i avançar en el diagnòstic precoç, així com promovem els estils de vida saludables que en dificulten l'aparició i desenvolupament. Al mateix temps, fem una crida a les autoritats competents i a la societat en general, per aconseguir la implantació del **Pla Nacional de l'Alzheimer**, que creï estratègies equitatives per garantir una atenció sociosanitària integrada centrada en la persona, i reguli la protecció legal i ètica dels drets dels malalts, familiars cuidadors i excuidadors.

Grup de Treball d'Envel·liment
Consejo General de la Psicología de España