

VOCABOLARIO SEMPLICE

Le parole della cura spiegate alle famiglie

Quando una persona anziana inizia ad avere bisogno, una famiglia entra spesso in un mondo nuovo. Ci sono visite, documenti, servizi, richieste, sigle, parole tecniche.

RSA.

CDI.

PAI.

Caregiver.

Dimissioni protette.

Non autosufficienza.

Invalidità.

Amministratore di sostegno.

A volte le parole sembrano più complicate della situazione stessa.

E quando non capiamo bene una parola, si fa più fatica a fare domande, a prendere decisioni, a orientarsi tra i servizi.

Questo vocabolario nasce per questo: spiegare in modo semplice alcune parole che si incontrano nei percorsi di cura.

Attenzione: non sostituisce il confronto con professionisti, medici, assistenti sociali o servizi competenti. Può però aiutare le famiglie a sentirsi meno disorientate e a preparare meglio un colloquio.

Perché capire le parole è spesso il primo passo per capire cosa fare.

Un aiuto per sentirsi meno disorientati.

A

ADI (Assistenza Domiciliare Integrata)

È un servizio sanitario svolto a casa della persona.

Può comprendere interventi di infermieri, fisioterapisti, medici o altri professionisti, in base al bisogno.

Si chiama “integrata” perché può mettere insieme più figure professionali.

Serve quando una persona ha bisogno di cure sanitarie a domicilio e non solo di aiuto pratico nella vita quotidiana.

Alzheimer

È una malattia che colpisce il cervello e può causare difficoltà di memoria, orientamento, linguaggio e autonomia.

All’inizio può manifestarsi con dimenticanze frequenti o confusione.

Con il tempo può rendere più difficile svolgere le attività quotidiane.

Ogni persona vive la malattia in modo diverso.

Per questo è importante parlarne con il medico e con professionisti specializzati.

Amministratore di sostegno

È una persona nominata dal giudice per aiutare chi non riesce più a gestire da solo alcune decisioni o attività importanti.

Può occuparsi, ad esempio, di pratiche, pagamenti, documenti o scelte sanitarie, secondo quanto stabilito dal giudice.

Non significa togliere dignità alla persona ma proteggerla quando alcune decisioni diventano troppo difficili da gestire in autonomia.

Assistente familiare

È la persona che aiuta un anziano o una persona fragile nella vita quotidiana.

Spesso viene chiamata “badante”, anche se il termine più corretto è assistente familiare.

Può aiutare nella cura personale, nei pasti, nella compagnia, nella gestione della casa.

Il suo ruolo dipende dal bisogno della persona e dagli accordi con la famiglia.

Assistente sociale

È una figura professionale che aiuta persone e famiglie a orientarsi tra servizi, diritti, richieste e percorsi di sostegno.

Può lavorare nei Comuni, nelle strutture, nei servizi territoriali o in altri enti.

Per una famiglia può essere un riferimento importante, soprattutto quando la situazione è complessa o servono più interventi.

C

Caregiver

È la persona che si prende cura di un familiare fragile in modo frequente o continuativo.

Può essere un figlio, una figlia, un coniuge, un parente o una persona vicina.

Il caregiver spesso organizza visite, farmaci, documenti, spostamenti e decisioni quotidiane.

A volte non viene riconosciuto formalmente, ma sostiene una parte molto importante della cura.

Cartella clinica

È il documento che raccoglie le informazioni sanitarie di una persona durante un ricovero, una cura o un percorso assistenziale.

Può contenere diagnosi, esami, terapie, valutazioni dei medici e interventi effettuati.

È utile conservarne copia, soprattutto quando la persona è seguita da più professionisti o servizi.

CDI (Centro Diurno Integrato)

È un servizio diurno per persone anziane che vivono a casa, ma hanno bisogno di cura, assistenza, attività e relazione durante la giornata.

La persona frequenta il centro per alcune ore e poi torna a casa.

Può essere utile quando l'anziano non può restare solo tutto il giorno o quando la famiglia ha bisogno di un supporto stabile.

Continuità assistenziale

Significa che la persona viene seguita in modo ordinato nei diversi momenti del suo percorso di cura. Ad esempio: dopo un ricovero, nel passaggio dall'ospedale a casa, da casa a un centro diurno, o da un servizio a un altro.

La continuità assistenziale serve a evitare interruzioni, confusione o passaggi poco chiari.

Cure domiciliari

Sono interventi di cura e assistenza svolti a casa della persona.

Possono riguardare bisogni sanitari, assistenziali o riabilitativi.

L'obiettivo è permettere alla persona di ricevere supporto nel proprio ambiente, quando questo è possibile e sicuro.

D

Decadimento cognitivo

Indica una riduzione di alcune capacità mentali, come memoria, attenzione, linguaggio, orientamento o capacità di organizzarsi.

Può essere lieve o più importante.

Non tutte le dimenticanze sono decadimento cognitivo.

Ma quando le difficoltà aumentano e incidono sulla vita quotidiana, è importante parlarne con il medico.

Demenza

È una condizione che può compromettere memoria, ragionamento, linguaggio, orientamento e autonomia.

La persona può avere difficoltà a ricordare, riconoscere luoghi o persone, seguire una conversazione o svolgere attività abituali.

La demenza non riguarda solo la memoria. Può cambiare anche il comportamento, l'umore e il modo di relazionarsi.

Esistono diversi tipi di demenza.

Dimissioni protette

Sono percorsi organizzati per aiutare una persona a tornare a casa dopo un ricovero, quando non può rientrare senza supporto.

Possono coinvolgere ospedale, medico, servizi sociali, servizi domiciliari o strutture del territorio.

Servono a evitare che la famiglia si trovi sola nel momento del rientro.

Disabilità

Indica una condizione in cui una persona incontra difficoltà nello svolgere alcune attività o nel partecipare alla vita quotidiana, anche a causa di barriere fisiche, sociali o organizzative.

Nel caso delle persone anziane, alcune disabilità possono comparire con l'età, dopo una malattia, una caduta o un peggioramento delle condizioni di salute.

E

Équipe

È il gruppo di professionisti che lavora insieme per seguire una persona.

Può comprendere medici, infermieri, operatori socio-sanitari, fisioterapisti, educatori, psicologi, assistenti sociali e altre figure.

Lavorare in équipe significa condividere informazioni e costruire interventi più adatti alla persona.

F

Fragilità

È una condizione in cui una persona diventa più vulnerabile. Può riguardare il corpo, la memoria, l'autonomia, la sicurezza in casa o la capacità di affrontare cambiamenti.

Una persona fragile non è per forza una persona totalmente non autosufficiente.

Può avere ancora molte capacità, ma aver bisogno di più attenzione, prevenzione e supporto.

Fisiatra

È un medico specialista della riabilitazione.

Si occupa di valutare difficoltà motorie, dolore, recupero dopo traumi, problemi di movimento e percorsi riabilitativi.

Può indicare fisioterapia, ausili o altri interventi utili.

Fisioterapia

È un percorso che aiuta a mantenere, recuperare o migliorare movimento, forza, equilibrio e autonomia.

Può essere utile dopo una caduta, un intervento, un ricovero, un ictus o in presenza di difficoltà motorie.

Nelle persone anziane può aiutare anche a prevenire peggioramenti e ridurre il rischio di cadute.

G

Geriatra

È un medico specializzato nella salute delle persone anziane.

Valuta non solo una singola malattia, ma l'insieme della situazione: salute, autonomia, farmaci, memoria, fragilità, rischio di cadute e bisogni assistenziali.

Può essere una figura importante quando la situazione è complessa.

I

Invalidità civile

È un riconoscimento ufficiale dello Stato per persone che hanno una riduzione della capacità lavorativa o, in età anziana, difficoltà legate alla salute e all'autonomia.

Il riconoscimento può dare accesso a benefici, agevolazioni o prestazioni, in base alla percentuale e alla situazione della persona.

Per informazioni aggiornate è importante rivolgersi agli enti competenti, a un patronato o ai servizi sociali.

ISEE (Indicatore della Situazione Economica Equivalente)

È un documento che serve a valutare la situazione economica di una famiglia.

Può essere richiesto per accedere ad alcuni servizi, contributi o agevolazioni.

Tiene conto di redditi, patrimoni e composizione del nucleo familiare.

M

Medico di medicina generale

È il medico di famiglia.

Per molte famiglie è il primo riferimento quando una persona anziana mostra cambiamenti nella salute, nella memoria, nell'autonomia o nell'umore.

Può prescrivere esami, indicare visite specialistiche, aggiornare terapie e orientare verso altri servizi.

N

Non autosufficienza

Indica una condizione in cui una persona non riesce più a svolgere da sola alcune attività essenziali della vita quotidiana. Ad esempio lavarsi, vestirsi, mangiare, camminare, assumere farmaci o restare sola in sicurezza.

La non autosufficienza può essere parziale o totale.

Può essere temporanea, dopo una malattia o un ricovero, oppure stabile o progressiva.

Nucleo Alzheimer o Nucleo Demenze

È un'area dedicata, presente in alcune strutture, pensata per persone con Alzheimer o altre forme di demenza.

Di solito offre ambienti, attività e modalità di assistenza più adatte a persone con difficoltà cognitive e comportamentali.

Non tutte le strutture hanno un nucleo dedicato.

O

Operatore socio-sanitario

È una figura professionale che aiuta la persona nelle attività quotidiane e nell'assistenza di base.

Può occuparsi di igiene, mobilitazione, pasti, accompagnamento e supporto alla vita quotidiana.

Lavora spesso insieme a infermieri, medici, educatori e altri professionisti.

P

PAI (Piano Assistenziale Individualizzato)

È un documento che descrive bisogni, obiettivi e interventi di cura per una persona.
Serve a costruire un percorso non uguale per tutti, ma adattato alla situazione specifica.
Può essere aggiornato nel tempo, se le condizioni della persona cambiano.

Patologia cronica

È una malattia che dura nel tempo e richiede controlli, terapie o attenzioni continuative.
Esempi possono essere diabete, malattie cardiache, malattie respiratorie, Parkinson o altre condizioni.
Una patologia cronica non sempre impedisce l'autonomia, ma può richiedere una gestione costante.

Presa in carico

Significa che un servizio o un'équipe non si limita a un intervento isolato, ma segue la persona in modo più continuativo.
La presa in carico può comprendere valutazione, definizione dei bisogni, interventi, monitoraggio e aggiornamenti nel tempo.
È una parola importante, perché indica un accompagnamento, non solo una prestazione.

Progetto individuale

È un percorso costruito intorno ai bisogni di una persona.
Può riguardare salute, autonomia, assistenza, relazione, famiglia e qualità della vita.
Nel linguaggio dei servizi, significa guardare la persona nel suo insieme e non solo il singolo problema.

R

Riabilitazione

È un percorso pensato per recuperare o mantenere alcune capacità.
Può riguardare movimento, equilibrio, linguaggio, autonomia o altre funzioni.
Dopo una caduta, un intervento o un ricovero può aiutare la persona a tornare a svolgere alcune attività nel modo più sicuro possibile.

Ricovero di sollievo

È un ricovero temporaneo pensato per dare supporto alla persona fragile e, allo stesso tempo, alleggerire per un periodo il carico della famiglia o del caregiver.

Può essere utile in momenti di particolare fatica, dopo un'emergenza o quando chi si prende cura ha bisogno di recuperare energie.

Le modalità dipendono dai servizi disponibili e dalle regole del territorio.

RSA (Residenza Sanitaria Assistenziale)

È una struttura residenziale per persone anziane che hanno bisogno di assistenza continuativa e non possono vivere a casa in sicurezza.

Nella RSA lavorano diverse figure professionali: medici, infermieri, operatori socio-sanitari, fisioterapisti, educatori e altri professionisti.

La RSA non è solo un luogo di assist assistenza sanitaria.

È anche un luogo di vita quotidiana, relazione e cura.

RSA Aperta

È una misura che permette di portare alcuni interventi e supporti a casa della persona, quando sono presenti determinati requisiti.

Può essere rivolta, ad esempio, a persone con demenza o anziani non autosufficienti.

Le condizioni di accesso possono cambiare in base alle indicazioni regionali e territoriali.

Per questo è importante chiedere informazioni aggiornate ai servizi competenti.

S

SAD (Servizio di Assistenza Domiciliare)

È un servizio di assistenza alla persona svolto a domicilio.

Può aiutare nelle attività quotidiane, come igiene personale, mobilità, pasti e cura della casa, in base al progetto definito.

Di solito è collegato ai servizi sociali del Comune o ad altri enti accreditati.

Servizi sociali

Sono servizi pubblici, spesso comunali o territoriali, che aiutano persone e famiglie in situazioni di fragilità, bisogno o difficoltà. Possono orientare, valutare la situazione, attivare interventi o indirizzare verso altri servizi.

Per una famiglia che non sa da dove cominciare, possono essere un primo punto di riferimento.

Sollievo

È un aiuto temporaneo pensato per sostenere la persona fragile e alleggerire il carico di chi se ne prende cura.

Può assumere forme diverse: un servizio, un ricovero temporaneo, un supporto domiciliare o altre soluzioni disponibili sul territorio.

Il sollievo non è un lusso. A volte è ciò che permette alla cura di continuare senza spezzare chi la sostiene.

Sportello famiglie

È un servizio di orientamento e ascolto pensato per aiutare le famiglie a capire meglio la situazione e i possibili passi da fare.

Può essere utile quando non si sa quale servizio cercare, quali documenti preparare o a chi rivolgersi.

Non serve arrivare con una decisione già presa.

T

Telemedicina

È l'uso di strumenti digitali per svolgere alcune attività sanitarie a distanza.

Può servire, ad esempio, per consulti, monitoraggi, controlli o scambi di informazioni tra professionisti e pazienti.

Non sostituisce sempre la visita in presenza, ma può essere utile in alcuni percorsi di cura.

Terapia

È l'insieme dei farmaci o degli interventi indicati dal medico per curare o controllare una malattia o una condizione.

Nel linguaggio quotidiano, spesso "terapia" indica l'elenco dei farmaci da assumere.

È importante tenerla aggiornata e portarla sempre ai colloqui medici o assistenziali.

Tutore

È una persona nominata dal giudice per rappresentare legalmente chi non può provvedere ai propri interessi.

È una figura diversa dall'amministratore di sostegno e viene usata in situazioni specifiche.

Per capire quale figura sia adatta è necessario rivolgersi agli enti competenti o a professionisti qualificati.

U

UVMD (Unità di Valutazione Multidimensionale)

È un gruppo di professionisti che valuta la situazione complessiva della persona.

Può considerare salute, autonomia, bisogni assistenziali, contesto familiare e condizioni sociali.

Serve a capire quali interventi o servizi possono essere più adatti.

Il nome e le modalità possono variare in base al territorio.

V

Valutazione multidimensionale

È una valutazione che non guarda solo una malattia o un singolo problema.

Considera più aspetti della persona: salute, autonomia, memoria, movimento, casa, famiglia, relazioni e bisogni quotidiani.

È utile perché una persona anziana non è mai solo una diagnosi. È una storia, un corpo, una casa, una famiglia, una rete di relazioni.

Come usare questo vocabolario

Non devi leggerlo tutto in una volta.

Puoi usarlo quando incontri una parola che non conosci.

Puoi tenerlo a portata di mano durante un colloquio.

Puoi dividerlo con altri familiari.

Puoi segnare i termini su cui vuoi fare domande.

Capire una parola non risolve tutto.

Ma può ridurre la confusione.

E quando c'è meno confusione, è più facile scegliere il passo successivo.

Una frase da ricordare

Quando una parola non è chiara, chiedi.

Chiedere una spiegazione non è segno di impreparazione.

È un modo per proteggere meglio la persona di cui ti prendi cura.

Nella cura, le parole devono aiutare.

Non mettere distanza.

Altri strumenti utili

Questo vocabolario fa parte degli strumenti pensati per famiglie e caregiver.

Puoi consultare anche:

Guida per un caregiver

Per osservare i primi cambiamenti, raccogliere le informazioni utili e preparare un primo confronto.

Quando valutare una RSA

Per orientarsi in una delle scelte più delicate, senza affrontarla solo nell'urgenza.

Gestire le emozioni

Per riconoscere stanchezza, senso di colpa, paura e fatica di chi si prende cura.

Genesi: un punto di riferimento per le famiglie

Genesi accompagna le persone anziane e le loro famiglie con una rete di servizi integrati.

Domicilio, centri diurni, residenzialità, specialistica e orientamento lavorano dentro una stessa visione della cura: guardare la persona, ascoltare la famiglia, costruire risposte adatte al bisogno reale.

Perché anche le parole fanno parte della cura.

Quando una famiglia capisce meglio, può scegliere con più consapevolezza.