



Ministero del Lavoro  
e delle Politiche Sociali

Programma Operativo Sicurezza nel Mezzogiorno d'Italia



Unione Europea  
Fondo Sociale Europeo



Ministero dell'Interno  
Programma Operativo Sicurezza  
nel Mezzogiorno d'Italia



 *Italia lavoro*

# ABC dell'assistente familiare

ABC  
dell'assistente familiare

# Indice

- 4 **Introduzione**
- 5 **Normativa**
  - CCNL
  - Maternità
- 7 **Malattia**
- 8 **INAIL ed infortuni sul lavoro**
- 10 **Contributi INPS / Assegni familiari**
  - Tasse
- 12 **Sicurezza e prevenzione, infortuni sul lavoro ed incidenti domestici**
  - Ustioni
- 13 **Folgorazioni**
  - Prevenzioni
- 14 **Avvelenamenti ed intossicazioni**
- 15 **Cadute ed inciampi**
- 16 **Principali compiti dell'Assistente familiare**
- 17 **Igiene e pulizia della persona accudita**
- 18 **L'incontinenza**
- 20 **Un pizzico di psicologia**
- 21 **Cura e medicine**
- 22 **Un pizzico di psicologia**
- 23 **Somministrazione dei medicinali**
- 25 **Casa, ambiente ed igiene**
- 27 **Vita di casa**
- 28 **Vita sociale dell'Assistito**
- 29 **Un pizzico di psicologia**
- 30 **Attività culturale dell'Assistito**
- 31 **Rapporti con i familiari**

## **Appendice:**

Specchietto riassuntivo delle attività

## Introduzione

L'assistente familiare è una figura professionale nuova, ma che riguarda un lavoro antico fatto di solidarietà e di amore nei confronti degli anziani e dei malati.

Nasce dal bisogno di una popolazione matura, che negli ultimi trenta anni ha innalzato i limiti dell'età, e dal progressivo mutamento della struttura familiare da nucleo allargato a nuclei con due componenti o con un singolo componente. In definitiva, sono sempre più gli anziani in discreta salute che vivono soli ed a cui i familiari non possono portare le cure adeguate perché occupati e spesso distanti dalle abitazioni dell'anziano.

In questo contesto il Welfare, cioè il sistema di assistenza e di servizi sociali, stenta a fornire un sistema di servizi a carattere continuativo, spesso limitando il proprio intervento a caratteri d'emergenza o su fasce di popolazione più a rischio.

L'Assistente familiare assume attualmente una importanza enorme per il sostegno e l'assistenza di persone con età avanzata, sofferenti di malattie

L'Assistente familiare perciò si colloca, per ora, nell'ambito dei servizi domestici in quanto il datore di lavoro e l'Assistito stesso ed il luogo di lavoro è in genere l'abitazione dell'Assistito.

## NORMATIVA

Il CCNL Contratto collettivo di riferimento a cui ricorrere per le condizioni di trattamento e per la normativa del rapporto di lavoro è quindi quello riguardante il lavoro domestico.

### Cosa è il Contratto Nazionale di Lavoro

È un accordo tra parti sociali, cioè tra le Associazioni dei datori di lavoro e le Associazioni dei lavoratori (Sindacati).

Il CCNL va rinnovato ogni quattro anni, ha valenza di legge, cioè il Magistrato del Lavoro riconosce i diritti ed i doveri che sono sottoscritti nel contratto.

I datori di lavoro ed i lavoratori sono tenuti ad attenersi alle disposizioni del CCNL tenendo in considerazione anche eventuali condizioni integrative stabilite localmente (Accordi territoriali)

Si rimanda il quadro generale della normativa alla lettura del CCNL, reperibile presso Librerie specializzate, uffici delle Organizzazioni Sindacali e su diversi siti Internet.

In questa dispensa si è preferito offrire delle informazioni su alcuni argomenti specifici che hanno relazione con altre leggi e che possono

essere materie meno conosciute.

### Maternità

Ci sono delle notevoli tutele riguardo le lavoratrici madri a cominciare dal primo periodo di gestazione:


#### Divieto di licenziamento

La donna lavoratrice ha diritto alla conservazione del posto dall'inizio della gravidanza, purché intervenuta nel corso del rapporto di lavoro e fino al compimento di un anno di vita del bambino tranne che in caso di colpa grave da parte della lavoratrice, di cessazione di attività dell'azienda, di risoluzione del rapporto di lavoro per la scadenza del termine, di esito negativo della prova. Il licenziamento, intimato alla lavoratrice in violazione dell'articolo 54 del Decreto Legislativo, è nullo.

#### Tutela della salute

Durante il periodo della gestazione e fino a 7 mesi dopo il parto la donna non può essere adibita a lavori pericolosi, faticosi e insalubri, e al lavoro notturno (n. 1204/71).

Il recente decreto legge n. 645 del 25/11/96 precisa meglio i lavori faticosi e insalubri e prevede misure per attuare forme di prevenzione



e protezione, nonché il diritto a permessi retribuiti per esami prenatali e accertamenti clinici in gravidanza.

La lavoratrice può anche chiedere di spostare di un mese il periodo di astensione obbligatoria con il certificato del medico specialista (ginecologo).

Il mese sarà goduto quindi nel periodo posteriore il parto.

#### Astensione obbligatoria

Nel periodo che va dai due mesi precedenti la data presunta del parto ai tre mesi successivi ad esso, la legge vieta assolutamente che la donna lavori.

Se la gravidanza è a rischio o l'ambiente di lavoro può risultare nocivo per la salute della madre e del bimbo, si può chiedere l'anticipo di tale periodo, dietro presentazione di certificazione medica all'Ispettorato del lavoro.

In ogni caso, i mesi di astensione obbligatoria sono considerati come "lavorati" ai fini del calcolo per la pensione e per la liquidazione, del diritto alle ferie e alla tredicesima.

L'Inps durante il periodo di astensione obbligatoria erogherà una indennità pari all'80% della retribuzione convenzionale. Tale indennità sarà erogata anche nel

caso in cui la lavoratrice abbia anticipato l'astensione obbligatoria con richiesta all'Ispettorato del lavoro

### Riposi giornalieri e permessi

Nel primo anno di vita del bambino, la lavoratrice madre ha diritto a due riposi giornalieri retribuiti di un'ora l'uno per l'allattamento, riposi che si possono cumulare in un unico periodo di due ore; con orario di lavoro inferiore alle sei ore, il riposo è uno di un'ora. Anche il padre lavoratore dipendente può usufruire dei riposi giornalieri in alternativa alla madre (Corte costituzionale, sentenza n. 179 del 21/4/1993).

Fino al compimento del terzo anno di vita del bambino, i genitori lavoratori dipendenti (o l'uno o l'altro) hanno il diritto di assentarsi dal lavoro in caso di malattia del piccolo, presentando un certificato medico.

Le disposizioni previste dalla legge sui congedi parentali non si applicano alle lavoratrici a domicilio ed alle lavoratrici domestiche

### Malattia

In caso di **malattia** il lavoratore è tenuto, qualora non convivente, a trasmettere entro 3 giorni il certificato medico al datore di lavoro.

L'indennità di malattia è a carico del datore di lavoro in questa misura:

- fino al terzo giorno di malattia il 50% della retribuzione,
- dal quarto giorno di malattia il 100% della retribuzione

Il trattamento è il seguente:

- per lavoratori con anzianità fino a 6 mesi, 10 giorni di conservazione del posto e 8 giorni retribuiti;
- per anzianità di più di 6 mesi 45 giorni di conservazione del posto e 10 giorni retribuiti;
- per anzianità oltre i 2 anni., 180 giorni di conservazione del posto e 15 giorni retribuiti.

Nota: Per anzianità si intende il tempo di durata del rapporto di lavoro al momento della malattia.

Esempio: lavoratore con 8 mesi di servizio non potrà essere licenziato nel periodo di malattia purché non duri più di 45 giorni e sarà retribuito solo per i primi dieci giorni di malattia. La retribuzione dei primi tre giorni sarà del 50%, quella dei rimanenti sette giorni del 100%.

### Assicurazione INAIL

Il datore di lavoro deve avvisare l'INAIL del rapporto di lavoro in atto sin dal primo giorno di assunzione. E' sufficiente telefonare al n° **803888**.

I contributi INAIL sono inglobati nei contributi INPS.

### Infortunio sul lavoro

Si riporta di seguito la prassi che deve essere seguita in caso di infortunio su lavoro in ambiente domestico.

Il datore di lavoro deve denunciare tutti gli infortuni nei seguenti termini (artt. 53 e 54, D.P.R. n. 1124 del 1965):

- Denuncia su apposito modulo in distribuzione presso l'INAIL e corredata da certificato medico:
  - per quelli mortali o presunti tali, entro le 24 ore e telegraficamente;
  - per quelli prognosticati non guaribili entro 3 giorni, entro 2 giorni dall'accertamento;
  - per quelli prognosticati guaribili entro 3 giorni ma non guariti, entro 2 giorni a partire dal quarto.
- Denuncia entro 2 giorni dall'evento all'autorità di Pubblica Sicurezza.

Si riportano le condizioni di tutela del lavoratore sotto infortunio.

Conservazione del posto di lavoro  
In caso di infortunio, al lavoratore, convivente o non convivente, spetterà la conservazione del posto come segue:

- per anzianità fino a sei mesi, superato il periodo di prova, 10 giorni di calendario per anzianità di lavoro;
- per anzianità di lavoro da più di sei mesi a due anni, 45 giorni di calendario;
- per anzianità di lavoro oltre i due anni, 180 giorni di calendario.

I periodi relativi alla conservazione del posto di lavoro sono da calcolarsi nell'anno solare.

L'infortunio in periodo di prova e/o di preavviso sospende la decorrenza dello stesso.

Prestazioni erogate dall'INAIL in caso di infortunio

- Una indennità giornaliera per l'inabilità temporanea;
- una rendita per l'inabilità permanente;
- un assegno per l'assistenza personale continuativa;
- una rendita ai superstiti ed un assegno una volta tanto in caso di morte;
- le cure mediche e chirurgiche, compresi gli accertamenti clinici;

### Contributi INPS

(Dall'art. 36 del D.P.R. n. 1124 del 1965): Contributi INPS sono quei contributi che devono essere versati in gran parte dal datore di lavoro, in minima parte dal lavoratore:

- per garantire la Pensione al lavoratore;
- per contribuire al Servizio Sanitario Nazionale.

Nel caso di lavoratori domestici il versamento è di competenza del datore di lavoro tranne una piccola quota (CUAF) per gli assegni familiari di competenza del lavoratore; consiste nel pagamento di un bollettino trimestrale che sarà recapitato al datore di lavoro a cura dell'INPS stessa.

### Assegni familiari

Gli assegni familiari sono concessi dall'INPS per il coniuge ed i figli minori residenti in Italia.

Gli assegni familiari non sono concessi per familiari residenti all'Estero a meno che tra l'Italia ed il Paese di provenienza del lavoratore non ci sia una Convenzione Internazionale in materia di sicurezza sociale che preveda questa possibilità.

In caso di ricongiungimento familiare gli assegni familiari verranno corrisposti dal momento della presenza in Italia.

### Tasse

Spesso si confondono i contributi INPS con il pagamento delle imposte.

Le imposte sono il contributo che la Persona fisica deve versare allo Stato ogni anno in base al reddito percepito.

Generalmente per il lavoratore dipendente le tasse vengono trattenute dal datore di lavoro che poi provvede a versarle. Questo spiega il fatto che nella busta paga c'è uno stipendio lordo ed uno netto, al netto cioè delle trattenute per i contributi INPS e per le tasse.

Nel lavoro domestico il datore di lavoro NON è soggetto ritenitore di imposte, quindi non trattiene né la parte di contributi INPS spettanti al lavoratore né le imposte. Deve però rilasciare al lavoratore una dichiarazione relativa alle retribuzioni percepite durante l'anno, che evidenzia l'importo trattenuto quale contribuzione all'assicurazione generale obbligatoria. (Quota CUAF). Questo contributo riguarda gli Assegni familiari ed è a carico del lavoratore.

Per questo motivo le tasse devono essere prima determinate nella entità mediante la compilazione del Modello Unico e poi versate

secondo le regole vigenti.

Essendo la compilazione un esercizio complicato si consiglia di rivolgersi ai CAAF (Centri di assistenza fiscale) autorizzati dal Ministero delle Finanze che provvederanno alla compilazione del Modulo ed a fornire tutte le spiegazioni necessarie.

E' importante ricordare che il pagamento delle imposte è l'unico modo certo per certificare il reddito percepito.

La certificazione del reddito è necessaria per molte richieste quali:

- Richiesta di cittadinanza;
- Richiesta di carta di soggiorno;
- Richiesta di ricongiungimento familiare.

### SICUREZZA E PREVENZIONE, infortuni sul lavoro ed incidenti domestici

L'ambiente domestico può essere un luogo dove possono maturare numerosi infortuni ed incidenti sia per l'Assistente sia per l'Assistito. L'unico rimedio veramente valido contro questi infortuni è fare in modo che non accadano, adottando tutte le misure possibili di prevenzione e le attenzioni necessarie. Di seguito si elencano situazioni e strumenti causa dei più comuni infortuni in ambito domestico e si propongono gli accorgimenti e le misure necessarie.

#### Ustioni

##### La cucina

I manici delle casseruole non devono essere posizionati verso l'esterno dei fornelli, in quanto facilmente suscettibili di urti accidentali transitando distrattamente in prossimità della cucina

##### Uso corretto della Pentola a pressione

Bisogna porre particolare attenzione nel togliere il coperchio della pentola a pressione, accertandosi dell'avvenuto sfogo del vapore attraverso l'apposita valvola ed azionando il meccanismo del cop-

erchio con la dovuta prudenza, avendo l'accortezza di mantenere il viso a distanza ed in posizione defilata rispetto alla direzione di uscita del vapore. Il coperchio deve essere sollevato con gradualità.

## Il forno

Le teglie riposte nel forno devono essere impugnate solo dopo aver provveduto a proteggere adeguatamente le mani contro l'azione del calore.

Prima di manipolare recipienti contenenti liquidi bollenti, accertarsi dell'agibilità in maniera di non incontrare ostacoli, come ad esempio le ante aperte dei pensili.

## Ferro da stiro

Usare uno spazio sgombro per l'utilizzo dell'asse da stiro e le operazioni di stiratura e comunque tenere lontane altre persone, specialmente l'Assistito.

Evitare di lasciare anche per pochi istanti il ferro acceso sul piano di lavoro.

Per evitare pericoli di inciampo porre il filo di collegamento elettrico del ferro su un lato che normalmente non è percorso comune (ad esempio per la finestra o davanti alla porta).

Evitare di toccare con qualsiasi parte del corpo il ferro da stiro nella parte calda.

## Folgorazioni

I pericoli maggiori derivano principalmente da:

- Prese di corrente multiple o linee non a terra;
- Elettrodomestici non isolati o usati in luoghi non sicuri.

## Prevenzione

E' necessario ricordare di non lasciare mai cavi svolti e prese multiple inserite.

Il collegamento a terra non deve essere mai effettuato utilizzando le tubazioni dell'acqua o del gas o con altri sistemi improvvisati.

E' pericoloso sottoporre a tensione il cavo elettrico tirandolo con la mano per togliere la spina dalla presa.

Evitare l'utilizzo dell'asciugacapelli a ridosso di contenitori d'acqua o sotto la doccia. Indossare pantofole con suola isolante.

Assolutamente evitare l'utilizzo della coperta elettrica per Assistiti con incontinenza notturna.

## Avvelenamenti ed intossicazioni

### Da cibo guasto

In Italia sono sempre minori gli avvelenamenti da cibo guasto tuttavia è bene tenere conto di queste accortezze:

- Controllare la data di scadenza degli alimenti;
- Porre attenzione all'atto di apertura di cibi in scatola per

eventuali uscite di gas dovuti alla fermentazione del prodotto non adeguatamente trattato per la conservazione;

- Ricordarsi che un cibo congelato può essere scongelato una sola volta;
- Porre la massima attenzione allo stato di freschezza di pesce, frutti di mare e crostacei.

### Da medicinali

I farmaci devono essere sistemati in appositi armadietti, in modo ordinato per tipo e per indicazione, onde evitare il rischio di scambio nell'uso, specialmente in caso di medicine diverse all'apparenza simili.

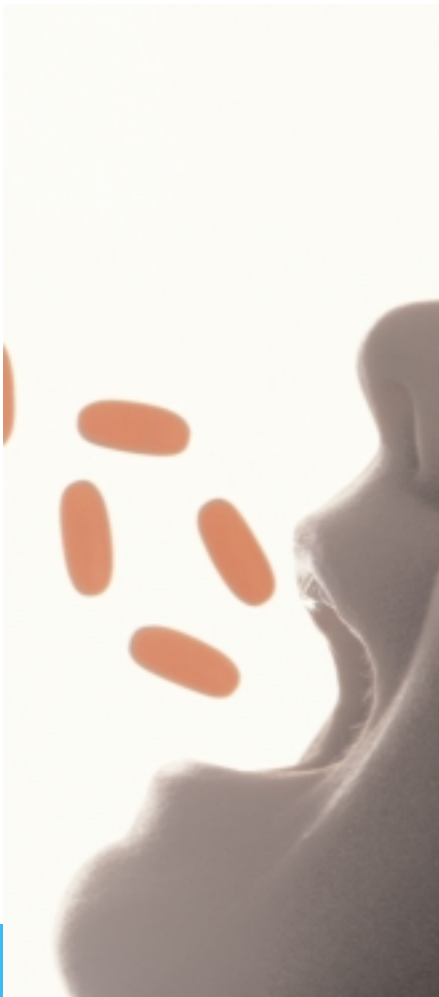
Tenere i medicinali fuori dalla portata dell'Assistito e degli estranei.

### Da detersivi e solventi

Usare i guanti quando si usano detersivi e prodotti per la pulizia della casa.

Evitare di miscelare candeggina ed ammoniaca allo stato puro, perché ne scaturiscono vapori tossici che provocano seri problemi con la semplice inalazione.

Quando si diluiscono prodotti come candeggina o ammoniaca si deve prima versare l'acqua necessaria per la diluizione nel recipiente e dopo versare il prodotto.



### Cadute ed inciampi

Gran parte degli incidenti dovuti a cadute sono attribuibili a due cause:

- La non adeguata sistemazione di mobili.
  - Il non perfetto ancoraggio di mobili alti e con base stretta come le librerie che possono ribaltarsi qualora siano sottoposti a trazioni o si usino per appigli per raggiungere piani superiori.
  - la sistemazione di suppellettili pesanti su piani non particolarmente resistenti.
- La trascuratezza nelle operazioni di pulizia nell'usare semplici ma adeguate precauzioni.
  - Usare sempre un supporto adeguato per raggiungere luoghi alti. come scala a libretto di lunghezza adeguata e fornita di protezione anteriore alla pedana.
  - Utilizzare i supporti in maniera adeguata, scendendo e risalendo tutte le volte necessarie evitando di sporgersi.

In generale, l'unica prevenzione contro gli inciampi consiste nel mantenere il percorso sgombro da oggetti collocati sul pavimento.

Ricordare bene, inoltre che le ante di finestre e pensili ad altezza uomo possono risultare pericolose se lasciate aperte in maniera incauta.

Per quanto riguarda l'Assistito autosufficiente il maggiore pericolo di cadute deriva da movimenti, quali la discesa dal letto o la deambulazione soprattutto nelle ore notturne.



## PRINCIPALI COMPITI DELL'ASSISTENTE FAMILIARE

Una breve avvertenza

La redazione di questa dispensa è stata realizzata tenendo conto delle diverse necessità e dei diversi bisogni in quanto non è possibile proporre una figura unica di Assistito. SI è cercato quindi di trattare diverse situazioni ed i problemi più comuni tenendo conto del massimo di cura, di attenzione e di tempo disponibile.

Evidentemente è necessario riportare il livello di attività al tempo di lavoro contrattato.

Mentre i livelli di attenzione e di cura devono rimanere identici, occorre distinguere il metodo di approccio ed il tipo di assistenza nei confronti dell'Assistito in considerazione delle sue condizioni.



## Igiene e pulizia della persona accudita

L'igiene della persona deve essere una delle maggiori cure dell'Assistente.

- Deve essere monitorata costantemente.
- Deve essere mantenuta allo stato ottimale.

Attraverso la cura dell'igiene con gli accorgimenti e le operazioni giuste si avvia/mantiene un processo di incremento dell'autostima dell'Assistito con conseguente miglioramento dello stato generale.

### In caso di autosufficienza

- Proposta di saponi non aggressivi (ph 5.5), di creme e prodotti contro l'arrossamento e l'irritazione della pelle.
- La pelle deve essere mantenuta asciutta e pulita.
- I prodotti devono essere concordati con il medico di famiglia ed i fami-



gliari.

- Stimolo quotidiano alle operazioni di pulizia approfondita. (Bagno, doccia, shampoo, parti intime).
- Stimolo all'igiene orale.
- Nel caso di persone anziane è molto frequente l'uso di protesi dentarie. La trascuratezza dell'igiene delle protesi comporta delle infiammazioni della bocca con conseguenti difficoltà per la masticazione e spesso il rifiuto all'utilizzo della protesi.

- La buona masticazione, anche per le persone anziane, continua ad essere una buona preparazione per la digestione. Quindi è buona prassi accertarsi della pulizia dei denti e delle protesi.

- Cambio quotidiano della biancheria intima o più volte al giorno quando necessario.

In caso di non autosufficienza

- Va effettuata una valutazione complessiva dello stato dell'Assistito insieme ai familiari, in modo di avere indicate le proprie funzioni in aggiunta al personale specialistico.
- Ad ogni modo le operazioni di cambio delle lenzuola devono essere compiute con l'ausilio di personale specializzato che sollevi l'Assistito.
- Vanno effettuate le operazioni di pulizia e di igiene con tutta la sollecitudine necessaria, specialmente dopo l'espletamento delle funzioni corporali; quando l'Assistito non possa raggiungere il bagno, usare spugnature con acqua tiepida, lavare e asciugare accuratamente in modo da non provocare arrossamenti della pelle.
- Pulire e riporre gli attrezzi usati per le funzioni corporali dall'Assistito.
- Fornire i pasti all'Assistito, eventualmente aiutandolo nel compito, imboccandolo.
- Provvedere alla pulizia dell'Assistito dopo il pasto, rigovernare e riporre le stoviglie usate.

L'incontinenza

L'incontinenza è un problema reale che colpisce le persone a tutte le età.

I disturbi si possono dividere in due tipologie

Fisici

Per questa tipologia oltre a diete appropriate ci sono terapie anche farmacologiche che possono aiutare a governare il problema.

Il problema dell'incontinenza è però un problema devastante per chi ne soffre che può perdere completamente il rispetto per se stesso. Per questo va affrontato con molto tatto e con la partecipazione di familiari e del medico. Avviare un percorso di ricerche e di cure senza dubbio aiuta l'Assistito a recuperare l'autostima ed a convivere con il problema.

Comportamentali

Ci si riferisce soprattutto ai malati di morbo di Alzheimer, a portatori di disagio psichico,

In questo caso occorre adottare sia delle misure preventive sia di riduzione del danno portare l'Assistito al gabinetto ad intervalli regolari ogni due/tre ore e/o monitorando gli stati di irrequietezza ed i segnali da parte dell'Assistito.

Predisporre il gabinetto come

ambiente comodo, ben riscaldato, libero da ingombri ed agevole eliminando per quanto possibile mobili ingombranti, porte difficili da aprire. Il senso di questi accorgimenti consiste nel fare in modo che l'Assistito non esca prima del necessario

Qualora l'Assistito sia confuso occorre incoraggiarlo con tatto. Può essere una buona pratica predisporre segnali per il percorso verso il gabinetto.

### Incontinenza diurna non controllabile con l'uso del bagno:

- Proporre l'uso del pannolone e l'adozione di mutande e pantaloni appropriati.

### Incontinenza notturna

- Riduzione dell'assunzione dei liquidi da alcune ore prima dell'attività di riposo notturna. Tale misura deve essere compensata con una adeguata assunzione di liquidi durante il resto della giornata.
- Uso del bagno prima di coricarsi.



Altre misure di “riduzione del danno” contro “incidenti spiacevoli”:

- Proteggere il materasso con un telo impermeabile. In questo caso evitare assolutamente il contatto della plastica con la pelle dell'Assistito che ne può risultare piagata.
- Utilizzare assorbenti speciali da porre sotto le lenzuola
- Utilizzare teli da letto riutilizzabili.
- Nel caso l'Assistito abbia il pannolone:  
donne con camicia apribile da dietro;

uomini senza pantaloni del pigiama.

### Importante

L'assistito non deve assolutamente rimanere con abiti sporchi e bagnati perché tale condizione sviluppa irritazione della pelle e piaghe.

E' necessario lavare l'Assistito delicatamente con acqua e sapone ed asciugarlo accuratamente.

Rivestire l'Assistito con abiti puliti ed asciutti.

### Un pizzico di psicologia

L'Assistito può segnalare i propri bisogni marcando una regressione che si manifesta con giri di parole o modi di fare propri dell'infanzia. Occorre costruire con l'Assistito un modello di comunicazione basato anche sulla comunicazione non verbale, con l'obiettivo di interpretare i segnali e fornendo le risposte adatte.

Questo modello è valido per tutte le persone accudite. Segnali di inquietezza, ad esempio, possono essere la spia di un disagio latente, di un fastidio, di una situazione in cui non si è a proprio agio. La risposta può essere semplicemente lo spostamento dell'attenzione su una semplice attività, il cambio di argomento della conversazione.

Spesso l'Assistito è consapevole della propria incapacità a governare i processi e si vergogna, sia per l'accaduto sia per le operazioni che l'Assistente deve compiere. Occorre affrontare questa situazione con semplicità e gentilezza. In nessun caso si deve far notare la pesantezza delle incombenze dell'Assistente né ricorrere a rimproveri che privino ulteriormente la dignità dell'Assistito, in considerazione che non si tratta di bambini ma di adulti in uno stato di cui non sono responsabili. La pazienza

dell'Assistente in questi casi è messa a dura prova ma occorre ricorrere a tutto lo spirito di servizio perché sono operazioni necessarie all'Assistito.

E' molto importante valorizzare con l'Assistito i risultati ottenuti con le operazioni volte alla all'igiene, fargli notare il senso di freschezza ad esempio, od il profumo di pulito della camicia pulita, allo scopo di reiterare il bisogno di pulizia e contemporaneamente farlo rilassare con una nuova sensazione di benessere.

I vestiti giocano una parte molto importante nel rafforzamento dell'autostima.

In genere l'Assistito tende ad usare sempre gli stessi comodi vestiti per casa. Mantenerli puliti e ben stirati, assicurando un cambio adeguato, ripropone all'Assistito un modello di comportamento corretto. Anche per quanto riguarda i vestiti per uscire occorre porre una grande attenzione al gradimento dell'Assistito.

### Cura e medicine

L'Assistente familiare deve conoscere la situazione clinica dell'Assistito, al fine di operare al meglio. Per questo, con molto tatto, è necessario avviare un dialogo con i famigliari sulle terapie necessarie ed ove possibile instaurare un rapporto di collaborazione con il medico curante.

Le cure da parte dell'Assistente sono:

- Preparazione dei pasti in base alla dieta prescritta da parte del medico.

In particolare occorre porre molta attenzione alle patologie derivanti da assunzioni non corrette di alimenti.

Si citano casi dove la dieta è parte integrante della terapia:

- diabete,
- ulcera,
- gastrite,
- colecistite.

Oltre alla già citata incontinenza, si citano casi dove la dieta può aiutare a ridurre i fattori scatenanti di patologie quali:

- tromboflebite,
- ictus,
- infarti,

o contenere i fattori di rischio per valori quali:

- colesterolo,
- ipertensione,

- transaminasi,
- trigliceridi,
- azotemia,
- glicemia.



### Un pizzico di psicologia

L'alimentazione gioca un ruolo molto importante per il buono stato psico fisico della persona accudita. Occorre quindi porre molta attenzione alle indicazioni sia sulla quantità sia sulle tipologie di alimenti prescritti, con la consapevolezza che eseguire le regole può diventare un motivo di contrasto con l'Assistito, che generalmente proviene da regimi alimentari non corretti.

In questo caso può giovare la sostituzione di condimenti con spezie, e/o aromi. Ugualmente ci si potrà avvalere di metodologie di cottura diverse, come al vapore od alla piastra, per la riduzione del condimento.

Consumare il pasto è anche un'occasione sociale. Per questo motivo, occorre fare in modo che l'Assistito consumi il pasto a tavola ad orari definiti, se possibile con i familiari oppure con la compagnia dell'Assistente.

L'Assistente ha il compito di fare in modo che, anche nei casi con forti difficoltà, il pasto non sia la semplice soddisfazione di un bisogno primario, da consumarsi in fretta, ma un momento importante della vita quotidiana dell'Assistito.

### Somministrazione dei medicinali

I farmaci via orale (pasticche, gocce, sciroppi) di regola sono assunti direttamente dall'Assistito.

Tuttavia è compito dell'Assistente:

- Ricordare all'Assistito il tipo di medicinale, la quantità e l'orario dell'assunzione;
- Accertarsi che il medicinale sia assunto;
- Tenere il conto dei tempi della terapia prescritta.

Questi accorgimenti sono tanto più essenziali nelle terapie a base di antibiotici o di altri medicinali in cui è essenziale la cadenza oraria.

Inoltre è buona regola tenere i medicinali in luoghi non accessibili a bambini, ad estranei, e non ultimo agli Assistiti che possono, in particolari stati di confusione, non ricordarsi di aver assunto o meno il medicinale.

Altri tipi di somministrazione di medicinali.

L'Assistente familiare non è abilitato alla somministrazione di medicinali in genere.

Quindi per ogni tipo di terapia che include altri tipi di somministrazione quali iniezioni intramuscolari o endovena, flebo, bendaggi complessi e medicazioni di piaghe, massaggi di tipo specialistico da



fisioterapia o shiatsu, si deve ricorrere al giudizio dei familiari che stabiliranno gli interventi da parte di personale specifico.

#### Altri tipi di cure

Nel caso di flebiti o di varici croniche la terapia consiste in un mix di medicinali e l'uso di bendaggi elastopressori (calze elastiche). L'uso di questi elementi è essenziale nella terapia in quanto generano il contenimento dei vasi sanguigni esterni forzando la circolazione nelle vene interne dove si è verificato il problema e dove è necessario che arrivi l'azione del medicinale.

L'uso degli elastocompressori può essere realmente scomodo per l'Assistito, specialmente se ha movimenti ridotti.

L'Assistente ha il compito di verificare la condizione di questi particolari indumenti e aiutare l'Assistito nell'operazione di vestizione.

#### Postura

Nel caso di Assistiti con ridotta capacità di movimenti l'Assistente ha il compito di aiutare il cambio della postura sia nel letto (di fianco a sinistra, a destra, supino) sia da seduto favorendo una posizione comoda ma corretta per la respirazione.

#### In generale

E' bene che l'Assistente chieda al medico i consigli appropriati in base alle patologie dell'Assistito.

Ad esempio in caso di Assistito cardiopatico può chiedere approfondimenti sui farmaci salvavita prescritti, pasticca sublinguale, cerotti con rilascio di medicinale a tempo, sui sintomi che denunciano una crisi, sul modo di comportarsi in presenza di crisi.

L'Assistente sarà così in grado di fronteggiare situazioni di emergenza possibili con capacità e professionalità, riducendo i rischi per l'Assistito.



### Casa, ambiente ed igiene

In genere i compiti dell'Assistente familiare riguardante la pulizia della casa sono in correlazione alle condizioni di salute e quindi ai tempi dedicati all'attenzione dell'Assistito.

Ciononostante deve essere cura dell'Assistente permettere all'Assistito di vivere in un ambiente pulito, ed in condizioni igieniche adeguate.

Nel caso l'Assistito viva solo o con il coniuge la pulizia della casa diventa un compito essenziale per la vita degli abitanti.

#### Pulizia dell'appartamento

La pulizia dei pavimenti e la spolveratura di mobili e suppellettili deve essere quotidiana, quella di lampadari, vetri delle finestre e porte periodica.

Il cambio dei tendaggi deve essere effettuato periodicamente, stabilendo i tempi con i familiari.

#### Pulizia dei pavimenti

E' preferibile l'uso dell'aspirapolvere. Utilizzo di detersivi non aggressivi per la pulizia quotidiana del pavimento. Evitare l'uso di cere lucidanti che possono rendere il pavimento scivoloso per l'Assistito.



### Pulizia dei mobili

La spolveratura dei mobili deve essere quotidiana. Portare particolare attenzione agli elettrodomestici come televisore, radio, stereo, che non devono mai essere trattati con panni bagnati.

### Pulizia dei panni

Lavatura quotidiana:

- Assicurarsi che gli indumenti intimi siano ben sciacquati dopo le operazioni di lavaggio in modo da non rappresentare rischio di arrossamenti ed irritazione.
- E' bene stendere i panni in luoghi che non rappresentino pericolo di ingombro per l'Assistito ( bagno) e preferibilmente sempre all'aperto.
- Riporre i panni appena asciutti e stirarli appena possibile.
- Riporre lo stendino dopo l'uso perché può rappresentare un ingombro.



### Ambiente sano e pulito

Per un ambiente sano il ricambio dell'aria è necessario, ed occorre porre attenzione alla correlazione tra la temperatura interna all'appartamento con quella esterna, soprattutto in casi di riscaldamento centralizzato, quando nelle ore diurne i termosifoni sono spenti. Nel caso di temperature esterne fredde procedere al ricambio stanza per stanza avendo cura di riscaldare la stanza appena areata.

In ogni caso si deve provvedere al ricambio frequente dell'aria con dei piccoli accorgimenti:

- Evitare che in cucina ristagni l'odore del cucinato. E' bene che quindi l'Assistito consumi i pasti in altro locale che non sia la camera da letto.

Per la camera da letto il ricambio d'aria è essenziale.

- Se è possibile l'Assistito deve soggiornare in altro locale ben riscaldato.

- Qualora l'Assistito non abbia possibilità di deambulazione occorre procedere opportunamente, mantenendolo al caldo e mettendolo a

riparo delle correnti.

- Provvedere a riporre i medicinali ed i disinfettanti dopo l'uso, eliminare immediatamente gli scarti delle medicazioni, ovatta, garza e bende.
- Evitare la sovrapposizione di odori soprattutto quelli derivanti dai cosiddetti "deodoranti per ambiente" che possono appesantire oltremodo la qualità dell'aria.
- Evitare di fumare negli ambienti in cui è presente l'Assistito, sconsigliare di fumare a familiari ed estranei in presenza dell'Assistito. Sostituire e lavare immediatamente i portacenere usati.

### Vita di casa

Qualora l'Assistito sia solo o con il coniuge è buona cosa occuparsi dei piccoli problemi di manutenzione della casa (Sostituzione lampadina fulminata). Per i problemi derivanti da guasti più impegnativi è bene segnalare tempestivamente ai familiari l'accaduto, chiedendo consiglio per il personale di fiducia.

Può capitare inoltre di dover svolgere piccoli compiti amministrativi. Può essere necessario ricordare la scadenza di pagamenti quali telefono, energia elettrica, gas.

In mancanza dell'utilizzo della Domiciliazione Bancaria da parte





dell'Assistito, e dietro espresso consenso dei familiari, l'Assistente dovrà assumersi l'impegno di recarsi presso gli uffici deputati per i versamenti del caso da solo o accompagnando l'Assistito in Banca o presso gli Uffici Postali per il ritiro di liquidi o della Pensione.

### Vita sociale dell'Assistito

La vita sociale è una componente essenziale per la buona salute dell'Assistito al pari delle terapie. E' necessario, quindi, favorire il mantenimento e la ripresa di contatti con familiari e persone amiche. la frequenza ad associazioni e circoli, il rapporto con la Chiesa, qualora l'assistito sia religioso e praticante.

Queste attività devono essere svolte compatibilmente allo stato di salute psico fisico dell'assistito e dietro eventuale consenso dei famigliari.

L'Assistente in questo caso ha il compito di:

- Ricordare all'Assistito di sentire al telefono i famigliari mantenendo le abitudini consolidate.
- Preparare il necessario per un incontro a casa facendo in modo che sia l'Assistito sia gli invitati siano a loro agio.
- Accompagnare l'Assistito ai luoghi di ritrovo frequentati

abituamente.

- Accompagnare l'Assistito nelle passeggiate quotidiane, o nelle uscite verso luoghi specifici quali il mercato, o la visita medica.

L'Assistente deve ricordare, infine che per l'Assistito è molto importante avere un quadro certo della vita quotidiana, fatto di impegni regolari e di abitudini, che forniscono il senso dello scorrimento del tempo

Occorre quindi organizzare le attività della giornata dell'Assistito con impegni quali pulizia personale, pasti, riposo, attività sociali, svago, ad orari fissi.

Per quanto riguarda gli impegni non quotidiani occorre rammentarli per tempo all'Assistito, rassicurandolo e dimostrando piena tranquillità in modo da non generare né alimentare eventuali ansie.

### **Un pizzico di psicologia**

E' bene ricordare che spesso l'Assistito ha una facoltà di movimenti limitati. Accompagnarlo significa sorreggerlo quando necessario, aiutarlo in passaggi difficili quali la salita o la discesa da gradini , soprattutto adeguarsi al passo. Evitare di mettere fretta, accertarsi se insorgono problemi dovuti alla stanchezza.



L'Assistente è tenuto però a dimostrare inflessibilità per il rispetto degli orari e per il rispetto delle precauzioni necessarie alla salute dell'Assistito. Evitare di instaurare un rapporto con l'Assistito basato sulla contrattazione continua da parte di quest'ultimo su orari di rientro o sulle merci da comprare. L'Assistente deve evitare soprattutto di innervosirsi e di rivolgersi all'Assistito con minacce di tipo "Lo dico a vostro figlio o se continua così non usciamo più". Molto meglio fare i patti chiari all'inizio, stabilire il programma rendendo chiaro che è inderogabile perché per il suo bene. In questo caso spesso è sufficiente un richiamo al senso di responsabilità.

### Attività culturale dell'Assistito

Stimolare l'attività culturale

In genere le persone anziane tendono a dimenticare i fatti accaduti recentemente. Inoltre la vita passata generalmente a casa non offre molti spunti di riflessione.

In genere è la televisione che si occupa di tenere compagnia 24 ore su 24, generando in alcuni casi problemi di transfert.

L'Assistente può intervenire su situazioni come quelle sopra descritte con alcuni accorgimenti:

- Proporre la realizzazione di Cruciverba ed esercizi di enigmistica. Questa pratica ha inoltre lo scopo di esercitare i centri della memoria.

- Informarsi sui gusti musicali, e culturali dell'Assistito.

- Proporre ascolto di musica alla radio od allo stereo. La musica deve essere conosciuta e gradita. (Ad esempio arie di opere o concerti sinfonici, musica popolare degli anni passati).

- Concordare gli orari di fruizione della televisione in funzione degli orari stabiliti della giornata e degli impegni quotidiani.

Qualora l'Assistito abbia l'abilità necessaria proporre la ripresa di arti od hobby praticati in precedenza: maglia, uncinetto modellismo

### In conclusione

L'Assistente deve considerare l'Assistito in funzione della complessità espressa da un essere umano, in genere anziano, spesso malato, limitato nei movimenti, ma con un portato di esperienze di vita enorme e con una intelligenza viva che va valorizzata. Soltanto con questa concezione unitaria è possibile operare serenamente e con successo.

### RAPPORTI CON I FAMILIARI

SI è visto precedentemente come i rapporti con i familiari dell'Assistito siano fondamentali per stabilire i livelli di intervento e di responsabilità.

Poiché spesso i familiari hanno poco tempo da dedicare, occorre definire molti dei punti in questione nel momento immediatamente successivo all'inizio delle attività.

In generale occorre evitare di dare l'immagine di essere apprensivi o trascurati definendo gli impegni in funzione degli orari di lavoro concordati.

E' bene chiedere con molto tatto se non ci si è dimenticati nulla rispetto allo stato dell'Assistito.

Inoltre è bene definire le modalità di comunicazione, ad esempio se occorre fare un rapporto ad intervalli regolari, quotidiani, settimanali, o se è preferibile che sia il familiare a chiamare.

Rammentarsi di concordare le procedure in caso di imprevisti nella casa (riparazione guasti) o delle eventuali piccole attività di Amministrazione

Qualora non sia stato espresso in precedenza richiedere un colloquio con il medico curante.

In generale l'Assistente deve man-

tenere un rapporto con l'Assistito e con i familiari basato sulla professionalità, evitando di inserirsi in qualsiasi dinamica familiare.

Un ringraziamento particolare a:

Maurizio Monticelli, medico angiologo e cardiologo,  
per i consigli sul trattamento delle patologie più comuni degli anziani

Olga, Svitlana ed Anna Maria, Assistenti familiari da molti anni, provenienti dal Perù , dall'Ucraina e da Capo Verde

Grazie al loro aiuto ho potuto capire quale sia il livello di dedizione richiesto nell'esercizio di questo lavoro  
Le loro conoscenze sono state indispensabili per la realizzazione della dispensa.

Alfredo Zolla  
Roma 29 ottobre 2004

Lo specchio riassume i compiti generali dell'Assistente familiare. Mentre i compiti riguardanti la cura dell'assistito sono inderogabili, gli altri devono essere concordati con il Datore di Lavoro sulla base delle ore impiegate, delle necessità e dello stato di salute dell'assistito stesso.

### AGENDA DELL'ASSISTENTE FAMILIARE

PERIODICA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ATTENDERE AL CAMBIO DI STAGIONE DEL VESTIARIO DELL'ASSISTITO</li> <li>- CAMBIO DELLE TENDE E DELLE TENDINE</li> <li>- PULIZIA DELLE FINESTRE E DEI SOFFITTI</li> <li>- CAMBIO DELLE LENZUOLA</li> </ul>		
QUOTIDIANA	CURA	CASA	SOCIALE
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Attendere alla pulizia ed all'igiene personale dell'assistito</li> <li>- Assicurare il programma stabilito dal medico della somministrazione delle medicine</li> <li>- Assicurare il programma di dieta stabilito dal medico</li> <li>- Assicurare gli orari di riposo e di attività dell'assistito, anche in base al parere del medico.</li> <li>- Attendere al consumo dei pasti da parte dell'assistito</li> </ul>	<p>Attendere alla pulizia quotidiana della casa.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pulizia pavimenti</li> <li>- Pulizia mobili</li> <li>- Rifacimento letti</li> <li>- Cambio lenzuola ove necessario fuori dal piano stabilito</li> <li>- Lavaggio e stiratura dei panni</li> <li>- Preparazione dei pasti</li> <li>- Cura e pulizia di eventuali animali domestici</li> </ul>	<p>Favorire la vita sociale</p> <p>Favorire il mantenimento dell'attenzione e della capacità di concentrazione dell'assistito</p>