



Scuola
Permanente
sulla
Fragilità



SPeF

*Una Scuola
aperta a cuori
pensanti e liberi*



Carezze ed emozioni:
la qualità della cura dell'anziano attraverso il tocco
SABATO 5 APRILE 2025 (10.00 – 18.30)

Interventi di:

Elisa VALDAMBRINI - Lorena MARIANI - Gianluca FAVERO - Greta
MOSCARDINI - Eleonora ZANELLA - Roberto ROMAGNOLI.

Il tocco e il massaggio nella persona anziana offrono numerosi benefici, sia fisici che emotivi. Con l'avanzare dell'età, molte persone sperimentano dolori articolari e muscolari, rigidità, ridotta mobilità e isolamento sociale. Il massaggio può aiutare a migliorare la circolazione sanguigna, ridurre la tensione muscolare e alleviare il dolore cronico, promuovendo una maggiore libertà di movimento e benessere fisico.

Dal punto di vista psicologico, il tocco offre un potente senso di connessione e conforto, specialmente per gli anziani che vivono da soli o che hanno un contatto sociale limitato.

PER INFORMAZIONI

**Segreteria Associazione Spazio Etico
Rossella Aiardi – Marilena Polimeno
spazioetico@gmail.com**



Razionale – Obiettivi formativi - Metodologia Didattica - Docenti

Il tocco e il massaggio nella persona anziana offrono numerosi benefici, sia fisici che emotivi. Con l'avanzare dell'età, molte persone sperimentano dolori articolari e muscolari, rigidità, ridotta mobilità e isolamento sociale. Il massaggio può aiutare a migliorare la circolazione sanguigna, ridurre la tensione muscolare e alleviare il dolore cronico, promuovendo una maggiore libertà di movimento e benessere fisico. Dal punto di vista psicologico, il tocco offre un potente senso di connessione e conforto, specialmente per gli anziani che vivono da soli o che hanno un contatto sociale limitato. Il massaggio può ridurre lo stress, l'ansia e la depressione, migliorando la qualità del sonno e il tono dell'umore. Il tocco terapeutico può anche favorire una migliore percezione del corpo e aumentare la consapevolezza corporea, promuovendo una sensazione di sicurezza e fiducia in se stessi. "La memoria emotiva è inconsciamente contenuta nei muscoli a livello cellulare e corpo e postura non sono altro che la dislocazione nello spazio delle emozioni rievocabili al tocco" questa citazione consente di riflettere su come, in qualsiasi condizione, a qualsiasi età e situazione, il contatto possa essere strumento di recupero di frammenti di vitalità, a volte spiacevole, a volte di benessere. Far leva su questa dimensione positiva della cura può favorire il percepirsi vivo e presente di qualsiasi essere vivente anche nelle fasi avanzate del percorso su questa terra. (Galimberti, 2022)

Perché il tocco e massaggio sono considerati interventi olistici?

Il massaggio, il tocco sono strumenti che se esercitati con consapevolezza e abilità appresa, possono intervenire nella gestione del dolore da spasmo e tensione, gestione dell'ansia, del dolore.

Benefici del tocco e del massaggio per l'anziano:

- **Fisici:** migliorano la circolazione, riducono il dolore muscolare e articolare, alleviano la rigidità e promuovono la mobilità.
- **Psicologici:** riducono lo stress, l'ansia e la depressione; migliorano il sonno e l'umore generale.
- **Sociali:** offrono una maggiore connessione e conforto, contrastando l'isolamento sociale.
- **Benessere generale:** aumentano la consapevolezza corporea e la sensazione di sicurezza e serenità.

Applicabilità:

- **A domicilio:** ideale per anziani che vivono a casa, personalizzando le sessioni in base ai loro bisogni e routine quotidiana. Offre un ambiente familiare e rilassante. Offre la possibilità di addestramento per caregivers e/o familiari riconvertendoli ad una partecipazione attiva nel processo di cura.
- **In regime di ricovero:** in case di cura o ospedali, il massaggio può essere integrato nelle cure di supporto, migliorando la qualità della vita degli anziani e favorendo il rilassamento in contesti più strutturati. Restituisce una dimensione emotiva e affettiva spesso assente in luoghi estranei e istituzionalizzati, favorendo senso di accoglienza e di accudimento. Interviene come azione positiva nel contenimento di disorientamenti sazio temporali, deflessioni del tono dell'umore o come strumento di descalation.

In entrambi i casi, il massaggio può essere adattato alle condizioni fisiche dell'anziano, con tecniche delicate e specifiche per la loro fragilità.

Dal punto di vista assistenziale, a diagnosi infermieristiche elaborate secondo tassonomia NANDA, seguono determinazione di esiti (NOC) e realizzazione di interventi (NIC) quali tocco terapeutico [5465], tocco che guarisce [1390], training autogeno [5840], biofeedback mediante respirazione profonda [5860], terapia di

rilassamento [6040], digitopressione [1320], massaggi[1480], manipolazioni per la promozione del benessere psicologico. Le tassonomie sopracitate sono in implementazione in molteplici regioni del territorio italiano, a fronte di una già ampia diffusione internazionale. La letteratura riporta inoltre come spesso chi lo pratica riferisce di sentirsi più centrato, calmo e connesso, grazie all'esperienza di scambio energetico e alla connessione empatica che si crea durante la pratica. In questo modo, il massaggio e l'Healing Touch si rivelano utili non solo per chi riceve la cura, ma anche per chi la offre. L'atteggiamento, la presenza, la disponibilità all'altro partendo da una centratura energetica individuale producono equilibrio reciproco.

Perché nell'equipe multidisciplinare, soprattutto infermieri e figure di supporto

La cura col pz si realizza nel contatto tra professionista/ operatore e persona . Con – TATTO appunto. La dimensione corporea nel prendersi cura è un elemento imprescindibile e non può essere sganciata o resa imprescindibile dalla dimensione psicologia o spirituale (unità corpo – mente -spirito).

OBIETTIVI FORMATIVI

Formare gli operatori alla consapevole importanza del contatto corporeo e ai benefici fruibili in relazione alla modalità di approccio alla persona in modalità e tempistiche congruenti con la condizione clinica, posturale, emotiva e psicologica della persona.

Obiettivo 1: apprendimento e realizzazione di tecniche di contatto consapevole, passaggi e sequenze specifiche a minore o maggiore superficie di contatto

Obiettivo 2: Sperimentazione del vissuto del tocco attraverso laboratorio esperienziale

METODOLOGIA DIDATTICA

Didattica frontale:

- Il tocco e l'anziano: propriocezione, percezione, emozione
- il limite dei contesti, il timore della legge... la possibilità mancata
- evidenze e applicabilità nel processo assistenziale: dalla diagnosi infermieristica agli interventi a tassonomia internazionale
- Il tocco per me: dalla consapevolezza all'alterità

Esperienziale:

- La memoria delle emozioni rievocata nel tocco
- Dinamiche di biofeedback
- Approccio al contatto: gentilezza, presenza, modulazione
- L'esercizio della pratica del tocco : "Dove? Quando?" – "Qui ed ora!": le sequenze di tocco : apprendere, esercitare, insegnare

DOCENTI

- **Favero Gianluca:** Già Docente a Contratto di Discipline Demotnoantropologiche, Corsi di Laurea della Professioni Sanitarie (Facoltà di Medicina – UNIFI), Attualmente ricopre la carica di Presidente dell'Associazione Spazio Etico – È Coordinatore didattico Scuola Permanente sulla Fragilità – È Direttore Responsabile del periodico (pubblicato on- line) Laborcare Journal.
- **Lorena Mariani:** Infermiera - Direttrice dell'Area Infermieristico – Assistenziale della RSA Convento di S. Francesco della Confraternita di Misericordia di Borgo a Mozzano (LU).
- **Greta Moscardini:** Laurea in Scienze del Servizio Sociale (Università di Pisa) - Laurea Magistrale in Sociologia e Management dei Servizi Sociali. Lavora presso la Cooperativa Solidarietà e Sviluppo Impresa Sociale, dove ricopro il ruolo di assistente sociale nell'ambito dell'integrazione e supporto agli stranieri migranti, affrontando le sfide quotidiane legate all'accoglienza e all'inserimento sociale.

- **Elisa Valdambrini:** Filosofa Bioeticista - Comitato per l'Etica Clinica – ATC - Direttrice RSA, Cure Intermedie, C.D. «Villone Puccini». Componente del Comitato Scientifico della Fondazione Italiana di Leniterapia (FILE).
- **Romagnoli Roberto** , counselor ad orientamento corporeo funzionale, esperto in comunicazione funzionale, formatore, operatore di massaggio californiano emozionale gestaltico , tocco terapeutico.
- **Eleonora Zanella** , infermiera clinica , docente e formatore, ASST Melegnano e Martesana , tutor didattico Corso di laurea in infermieristica UniMi – sez Cernusco SN, PhD 'S Roma Tor Vergata, operatore di massaggio californiano emozionale gestaltico , tocco terapeutico.

Sede del Seminario

Convento di San Francesco

(Confraternita di Misericordia di Borgo a Mozzano - ODV)

Via S. Francesco, 3

55023 Borgo a Mozzano (Lu)

