

Istruzioni per la somministrazione del CRIq

Il questionario CRIq stima la riserva cognitiva di un individuo per mezzo di una raccolta di informazioni relative alla sua intera vita adulta. Il CRIq è stato pensato e realizzato sulla base del costrutto di riserva cognitiva proposta da Yackob Stern (2009). Per ogni altra informazione si faccia riferimento a: Nucci, M., Mapelli, D., & Mondini, S. (2012) The cognitive Reserve Questionnaire (CRIq): a new instrument for measuring the cognitive reserve. *Aging clinical and experimental research*, 24, 218-26.

Le principali istruzioni per la somministrazione del CRI sono riassunte all'interno del protocollo, all'inizio di ogni sezione. In questo documento saranno spiegate con maggiori particolari le regole di somministrazione e verranno affrontati e chiariti i più frequenti dubbi di classificazione di una risposta, a favore di una siglatura più possibile omogenea fra i diversi somministratori.

L'intervista

La compilazione del CRIq richiede la capacità di condurre un'intervista semi-strutturata. Chi somministra il CRIq deve possedere gli strumenti per guidare e gestire attivamente una conversazione finalizzata. Come per ogni colloquio neuropsicologico, è necessario che il professionista abbia un atteggiamento di rispetto, di condivisione, di comprensione e di empatia per ciò che l'intervistato riferisce e sia in grado di facilitare il corretto recupero delle informazioni. D'altra parte, è importante riuscire contenere l'abbondante verbalizzazione e l'eventuale carica emotiva che il recupero di molti ricordi spesso produce.

La somministrazione in ambito clinico del CRIq richiede che l'intervistato sia cognitivamente integro. Nel caso in cui l'intervistato abbia dei deficit cognitivi di memoria o di attenzione (anche solo sospetti) è preferibile che le domande vengano poste ad un familiare. Ovviamente è necessario che quest'ultimo sia sufficientemente informato sulle abitudini di vita passate e presenti del paziente. Un figlio, ad esempio, potrebbe non conoscere la frequenza di certe attività che il genitore svolgeva da giovane e la stessa

cosa potrebbe valere per una seconda moglie. È lecito verificare informazioni sospette o integrare quanto dice il paziente con altre fonti. In ogni caso alla fine del questionario si riporterà se la raccolta di informazioni è stata fatta intervistando l'interessato o un familiare.

Il questionario

La prima parte del questionario consiste nella semplice registrazione di alcuni dati anagrafici relativi all'interessato. Il questionario si suddivide in 3 sezioni: CRI-Scuola, CRI-Lavoro, CRI-TempoLibero.

CRI-Scuola: questa sezione registra il grado di scolarità raggiunto da un individuo durante la sua vita. Devono essere conteggiati con 1 punto tutti gli anni di scuola superati, inoltre vengono attribuiti 0.5 punti per gli anni in cui si è stati respinti.

Ad esempio, ad una persona con la quinta elementare che abbia frequentato anche la prima e la seconda media si segnerà 7 anni. Per una persona con un diploma di maturità che abbia frequentato per 2 anni un corso universitario sarà registrato 5 (elementari) + 3 (medie) + 5 (superiori) + 2 (università) = 15 anni. Infine, per chi ha un dottorato di ricerca: 5 (elementari) + 3 (medie) + 5 (superiori) + 5 (università) + 3 (dottorato) = 21.

Anche corsi formativi, della durata di almeno 6 mesi, vengono quantificati 0.5 punti ogni 6 mesi di corso.

Se ad esempio si è seguito un corso di inglese per due anni, allora si segneranno 2 punti (0.5×4).

Al contrario la frequenza ad un corso di scacchi durato 3 mesi non viene conteggiata perché di durata troppo breve. Si considerano corsi che abbiano caratteristiche formative (ad es. un corso di computer, di fotografia, di inglese ecc.): la presenza di un docente è una condizione assolutamente necessaria e dirimente nei casi di difficile valutazione.

CRI-Lavoro: questa sezione registra il tipo e il numero di anni d'impiego lavorativo svolto da una persona. È importante sottolineare che ci si riferisce esclusivamente ad impieghi retribuiti e che sono stati svolti per almeno un anno. Sono stati individuati cinque diversi livelli di impiego lavorativo che si differenziano essenzialmente per l'impegno cognitivo richiesto oltre che per il livello di responsabilità assunta:

1. Operaio non specializzato, lavoro in campagna, giardiniere, cameriere, autista, meccanico, idraulico, operatore call center, elettricista, badante, baby-sitter, colf, eccetera.
2. Artigiano o operaio specializzato, impiegato semplice, cuoco, commesso, sarto, infermiere, militare (di basso grado), parrucchiere, rappresentante, eccetera.
3. Commerciante, impiegato di concetto, religioso, agente di commercio, agente immobiliare, maestra d'asilo, musicista, eccetera.
4. Dirigente di piccola azienda, libero professionista qualificato, insegnante, imprenditore, medico, avvocato, psicologo, ingegnere, eccetera.
5. Dirigente di grande azienda, impiego di alta responsabilità, politico, professioni intellettuali e scientifiche di elevata specializzazione, docente universitario, magistrato, chirurgo, ricercatore, eccetera.

Nella sezione devono essere conteggiate tutte le attività lavorative svolte, come già detto, per almeno un anno.

Ad esempio, nel caso in cui una persona abbia svolto il lavoro di operaio non specializzato per 30 anni e successivamente, è stato promosso ad operaio specializzato per altri 15 anni, saranno segnati 30 anni al livello 1 e 15 anni al livello 2.

Le attività lavorative svolte contemporaneamente ad altre (secondo lavoro) vanno tutte conteggiate.

Ad esempio, nel caso una persona abbia svolto il lavoro di operaio specializzato per 45 anni (livello 2, per 45 anni) e per 15 anni ha svolto regolarmente e parallelamente anche il lavoro di imbianchino (livello 1 per 15 anni) si indicheranno entrambi.

Nel caso in cui il secondo lavoro sia della stessa categoria del primo, si dovranno sommare gli anni.

Se la persona ha svolto il lavoro di di operaio non specializzato per 45 anni (livello 1, per 45 anni) e per 15 anni ha svolto regolarmente e parallelamente anche il lavoro di imbianchino (livello 1 per 15 anni) si riporterà livello 1, 60 anni.

È importante sottolineare che il secondo lavoro è da considerarsi solo se esercitato con regolarità e per almeno 1 anno. Gli anni di impiego sono da

inserire seguendo una regola di arrotondamento per eccesso di 5 anni in 5 anni.

Se ad esempio, una persona ha lavorato per 12 anni, allora è necessario indicare 15, mentre se ha lavorato per 17 anni è necessario indicare 20 e così via.

Per quanto riguarda i lavori meno comuni, bisognerà tenere a mente la successione dei cinque livelli di impiego e valutare l'impegno cognitivo richiesto e il grado di responsabilità assunta. Si cercherà così di trovare la corrispondenza migliore. È sempre importante seguire il buon senso, ad esempio, deve essere considerata lavoratrice a tutti gli effetti una donna che lavora nell'azienda del marito per anni senza contratto e senza una retribuzione fissa.

CRI-TempoLibero: questa sezione si riferisce a tutte quelle attività che solitamente vengono svolte al di fuori degli orari di lavoro o di frequentazione della scuola. Durante questo tempo una persona può occuparsi di attività stimolanti dal punto di vista cognitivo; nonostante si parli di "tempo libero", non necessariamente ci si riferisce ad attività di svago. Infatti, sono incluse non solo attività quali andare al cinema o ascoltare concerti, ma anche la guida dell'auto o la gestione del conto corrente. Questa sezione è suddivisa in quattro parti che si distinguono per la frequenza con cui si svolgono solitamente le attività menzionate: attività con frequenza settimanale, mensile, annuale e con frequenza fissa.

Gli item inclusi indicano l'attività di cui bisogna stimare la frequenza di esecuzione all'interno del dato intervallo di tempo. Sono previste due possibili risposte: "Mai/Di rado" che corrisponde ad una frequenza minore o uguale a 2 volte (rispettivamente alla settimana, al mese e all'anno) oppure "Spesso/Sempre" che corrisponde ad una frequenza maggiore o uguale a 3 volte (rispettivamente alla settimana, al mese e all'anno). Solo nel caso in cui la frequenza di esecuzione di un'attività sia stata "Spesso/Sempre" per almeno 1 anno si dovrà riportare per quanti anni è stata svolta. Se invece si è svolta intensamente per meno di 1 anni oppure per molti anni ma solo "Di rado", allora non si devono conteggiare gli anni di esecuzione. Quindi, è importante sapere se un'attività è stata svolta "Spesso/Sempre" per più di 1 anno nell'arco della vita: solo in questo caso vanno riportati gli anni di esecuzione, da inserire seguendo una regola di arrotondamento per eccesso di 5 anni in 5 anni.

NB: gli anni di frequenza da riportare riguardano l'intera vita adulta, ossia dai 18 anni fino al momento attuale.

Ad esempio per una persona di 50 anni che ha guidato “Spesso/Sempre” per 30 anni si segnalerà la casella “Spesso/Sempre” indicando 30 anni.

*Invece per una persona di 50 anni che ha guidato “Spesso/Sempre” dai 20 ai 40 anni e successivamente, magari perché ha cambiato lavoro, ha svolto quell’attività “Mai/Di rado”, allora si segnalerà comunque la casella “Spesso/Sempre” indicando **solo** gli anni per cui la frequenza è stata “Spesso/Sempre”, in questo caso $40 - 20 = 20$ anni.*

*Ancora, se una persona ha guidato per 30 anni ma in modo saltuario, cioè meno di due volte alla settimana, si indicherà la casella “Mai/Di rado” (come se non avesse mai guidato) e il numero di anni **non viene riportato**.*

Le attività a frequenza fissa sono considerate indipendenti da riferimenti temporali precisi: se la persona ha svolto tali attività, indipendentemente dalla frequenza, devono essere riportati gli anni.

Attività con Frequenza Settimanale:

- 1. Lettura di giornali e settimanali:** si intendono soprattutto quotidiani o periodici con alta frequenza di pubblicazione, indipendentemente dal loro contenuto.
- 2. Attività domestiche:** si intendono tutte quelle attività legate alla cura della propria abitazione, in particolare la sua gestione e la sua pulizia. Cucinare, lavare piatti e panni, stirare, pulire casa, spese alimentari e ordinaria manutenzione, eccetera.
- 3. Guida:** si intende la guida di automobili, moto, ciclomotori ed, in generale, ogni mezzo che preveda l’obbligo di patente per il conducente. Sono dunque escluse le biciclette.
- 4. Attività di svago:** si riferisce alle attività propriamente ritenute di svago come ogni tipo di sport, la ginnastica, lo yoga, la caccia, la pesca, il ballo di ogni genere, il gioco delle carte o delle bocce, il biliardo, gli scacchi, gli esercizi di enigmistica, giochi di società, puzzle, hobby quali filatelia, numismatica, eccetera.
- 5. Uso di nuove tecnologie:** si riferisce all’apprendimento e l’utilizzo del computer, smartphone (non semplici telefoni), qualsiasi strumento atto a navigare in Internet, macchine fotografiche digitali, navigatori satellitari, eccetera.

Attività con Frequenza Mensile

- 1. Attività sociali:** si riferisce ad attività che implicano interazione sociale. Fanno parte di questo gruppo la partecipazione a cene con amici, la frequentazione di circoli, associazioni culturali, partiti politici, dopolavoro, pro-loco, parrocchia, eccetera.
- 2. Cinema o teatro:** si riferisce alla visione di spettacoli al cinema o a teatro.
- 3. Cura dell'orto, giardinaggio, bricolage, maglia, ricamo:** si riferisce alla gestione dei giardini e di orti domestici, ad ogni attività di piccola manutenzione straordinaria della casa e ad attività di piccola sartoria quali lavoro a maglia, ricamo, uncinetto, cucito, eccetera.
- 4. Provvedere ai nipoti/genitori anziani:** si riferisce ad attività di gestione e cura dei nipoti o dei genitori anziani.
- 5. Attività di volontariato:** si riferisce ad ogni attività lavorativa a titolo gratuito, svolta individualmente o in associazioni organizzate, per scopi di ogni genere (solidarietà, giustizia sociale, filantropia, ecc.).
- 6. Attività artistiche:** si riferisce alla pratica di qualsiasi attività artistica (musica, canto, disegno, pittura, scultura, scrittura, recitazione, fotografia, découpage, ecc.) svolta individualmente o in gruppo.

Attività con Frequenza Annuale

- 1. Mostre, concerti, conferenze:** si riferisce alla partecipazione a qualsiasi evento organizzato di carattere culturale.
- 2. Viaggi di più giorni:** si riferisce a viaggi di più giorni condotti per svago.
- 3. Lettura di libri:** si riferisce alla lettura di libri di ogni genere, ma non di giornali o riviste.

Attività con Frequenza Fissa

- 1. Figli:** si richiede numero dei figli.

2. **Cura di animali domestici:** si riferisce all'accudimento di animali domestici.
3. **Gestione del conto corrente in banca:** si riferisce alla gestione del proprio conto corrente, ad esempio andare in banca, procurarsi assegni, usare il bancomat, eccetera.

Alla fine è utile riportare se il questionario è stato somministrato direttamente all'interessato, oppure al familiare che lo accompagna (in questo caso specificare di chi si tratta).