

Quanto siamo **competenti** in materia di salute?

Il 4 febbraio scorso in occasione del World Cancer Day, l'ACSI ha partecipato alla tavola rotonda organizzata a Bellinzona dalla Lega contro il cancro sul tema "cure uguali per tutti" moderata dal prof. Sandro Rusconi alla quale sono intervenuti Luca Crivelli, economista sanitario, Alberto Bondolfi, professore di etica, e il dr. Piercarlo Saletti, medico oncologo. Tra i temi discussi, cari all'ACSI nel suo ruolo di associazione per i diritti dei pazienti, i prezzi dei farmaci e l'accesso a nuove cure nell'ambito oncologico (vedi anche BdS 1.20) e la prevenzione, che implica però una buona competenza nel campo della salute. Questa competenza come pazienti (Health Literacy) è un pilastro importante nell'ambito della Smarter medicine Choosing Wisely. Ma come siamo messi in Svizzera?

In realtà prevenire le malattie o ancora meglio promuovere la propria salute, resta oggi in Svizzera un compito arduo per il paziente-consumatore. In questi mesi con l'apparire di una malattia trasmissibile a rapida diffusione, siamo diventati tutti più attenti alle notizie sanitarie e a come agire per proteggerci al meglio con le indicazioni delle autorità sanitarie. Ma anche nel caso di malattie non trasmissibili come in ambito oncologico, cardiologico, metabolico, ecc. è fondamentale essere bene informati, perché le persone con un'elevata competenza per la salute sono più attive fisicamente, sanno valutare meglio il proprio stato di salute, soffrono meno frequentemente di malattie croniche e fanno meno ricorso ai servizi sanitari.

Anche la Confederazione attribuisce grande importanza a queste competenze che definisce così: "Le competenze nel campo della salute sono la capacità del singolo individuo di prendere, nella vita quotidiana, decisioni che hanno effetti positivi sulla salute. Queste competenze sono inoltre un fattore che concorre a determinare il ricorso alle offerte sanitarie. Negli ultimi anni, spinte da riflessioni di natura economico-sanitaria, le competenze nel campo della salute hanno assunto un ruolo sempre più centrale negli interessi di natura politico-sanitaria."

In Svizzera siamo competenti?

Nel 2015 la Svizzera ha partecipato a uno studio europeo per rilevare lo stato delle competenze in materia di salute nei cittadini: ne è risultato che oltre la metà della popolazione ha competenze insufficienti o lacunose. Ad essere meno informate sono le persone con un basso grado d'istruzione, quelle inattive fisicamente e, in parte, anche quelle con un passato migratorio. Un cittadino su due trova difficile valutare quali vaccinazioni necessita e il 44% ha difficoltà a valutare rischi e bene-

fici di un trattamento sanitario. Risultati poco soddisfacenti che trovano riscontro anche in altri studi.

Nel Canton Zurigo un'inchiesta su 1000 persone effettuata nel 2018, ha mostrato che più della metà dei cittadini ha difficoltà nel valutare vantaggi e svantaggi di diverse terapie e l'utilità di esami preventivi, nonché quanto siano affidabili le informazioni reperite nei media. In un altro studio americano è emerso che i pazienti ritengono di aver ascoltato e compreso le informazioni date dal medico generalista durante la consultazione, ma che nel 40-80% dei casi queste informazioni vengono dimenticate subito. Vi è dunque ancora molto da fare in quest'ambito da parte delle associazioni dei consumatori e dei pazienti.

Il dialogo col medico è fondamentale

In un altro studio è stato chiesto ai medici dove vedono gli ostacoli per ridurre le prestazioni sanitarie non indispensabili. Dalle risposte è emerso, in primo luogo, che sono gli stessi pazienti a richiederle nella misura di oltre il 50%; il 30% circa dei casi è addebitato alla mancanza di tempo per decidere insieme al paziente la terapia; un altro ostacolo, quasi altrettanto importante, è il timore di errori medici nella terapia e infine, il 20% circa degli intervistati lamenta una mancanza nel sostegno al processo decisionale relativo alla dispensazione o meno di una terapia. Inoltre vi sarebbero anche crescenti pressioni economiche sugli operatori sanitari che alimenterebbero una scarsa condivisione delle incertezze di fondo nell'ambito delle cure.

Cosa propone l'ACSI?

Nel 2019 abbiamo presentato nell'ambito dell'Alleanza svizzera dei consumatori la **tessera con 5 domande da rivolgere al medico** (BdS 6.19) che dovrebbe aiutare a migliorare il dialogo tra paziente



e medico e contribuire ad aumentare la consapevolezza e le competenze decisionali del paziente, a condizione che le informazioni siano fornite con un linguaggio semplice e comprensibile.

Le 5 domande basilari da porre al medico sono oltremodo importanti poiché in realtà per i pazienti oggi non ci sono ancora incentivi volti ad aumentare le competenze nel campo della salute e poche sono le possibilità di avere una formazione per aumentarle realmente, in particolare per le persone anziane o fragili che hanno maggiori difficoltà nella lettura o nella comprensione.

Competenza è saper decidere e agire per la propria salute

Come paziente non devo conoscere il dettaglio dei principi attivi dei farmaci proposti per la cura, ma devo comprendere e saper valutare quando il medico mi spiega se essi permettono una guarigione, un miglioramento della qualità di vita e se hanno più benefici che effetti negativi sulla mia salute e quali, eventualmente, sono le alternative. Solo così aumento la mia competenza in materia di salute e posso decidere insieme a lui come procedere. Questa competenza mi aiuterà anche in futuro a gestire più facilmente eventuali situazioni simili.

Utili informazioni su www.smartermedicine.ch