
Riassunto del rapporto conclusivo - Accompagnamento nell'ambito della salute

Il progetto di accompagnamento nell'ambito della salute CMB (Collegio di medicina di base) mira a promuovere la qualità e la diffusione delle consulenze dei medici di famiglia in merito a comportamenti importanti per la salute che riguardano l'intero ventaglio dell'attività medica, ossia prevenzione, diagnosi, terapia e riabilitazione. Si tratta di un progetto per la promozione della qualità nel settore dell'assistenza di base della medicina di famiglia, sviluppato e testato negli studi medici dal CMB, con il sostegno di rinomati partner nel campo della sanità pubblica svizzera.

L'essenziale in dieci punti:

L'accompagnamento nell'ambito della salute CMB

1. consiste in un nuovo programma di consulenza nel quadro della visita medica;
2. può essere adottato ovunque i pazienti si attendono di essere informati su attività suscettibili di modificare il loro atteggiamento e il loro comportamento in rapporto con la salute – nella promozione della salute, nella prevenzione, nella terapia e nella riabilitazione;
3. si basa su un rapporto tra partner: il paziente assume il ruolo principale, il medico diventa il suo coach;
4. definisce i compiti del medico: insieme al paziente fissa le priorità ed elabora le motivazioni, mobilita le risorse, promuove le competenze in materia di salute e accompagna il processo di cambiamento;
5. offre semplici algoritmi per la visita medica: per ognuna delle quattro fasi (sensibilizzazione - motivazione - pianificazione - accompagnamento) sono state approntate schede di lavoro e un manuale di consulenza;
6. rende operativi i più importanti concetti e modelli della comunicazione e della consulenza (competenze sanitarie e responsabilizzazione, Shared Decision Making, conduzione di dialoghi motivanti) che saranno integrati nella visita medica;
7. è stato sperimentato con successo in un'estesa prova pratica (per 12 mesi in 20 studi medici di famiglia con più di 1000 pazienti): domanda, accettazione, fattibilità, buon esito nei cambiamenti comportamentali (per maggiori dettagli sui risultati vedi sotto);
8. ha ottenuto lo Swiss Quality Award 2011 e altri premi per l'innovatività del progetto;
9. è già in fase di ulteriore sviluppo: il consiglio di fondazione del CMB ha dato il via libera per il prosieguo del programma per la diffusione e per questo il CMB cerca ora partner e un sostegno (raccomandazioni, vedi a pag. 3 segg.);
10. si pone come obiettivo a lungo termine la diffusione di una cultura della consulenza negli studi medici incentrata sui pazienti e che promuova la salute, e la creazione di buone condizioni quadro strutturali e finanziarie.

Panoramica dei risultati della valutazione formativa e sommativa:

Il progetto di accompagnamento nell'ambito della salute CMB ha superato con successo il test degli studi medici. Con l'approccio di consulenza da noi sviluppato è possibile durante la visita medica, con un dispendio ragionevole, discutere con un gran numero di pazienti, per sensibilizzarli alla loro salute, aumentare la loro motivazione, sviluppare insieme un progetto personale volto a modificare il loro comportamento importante per la salute e accompagnarli nel raggiungimento di questi obiettivi. In questo modo aumenta significativamente l'autoresponsabilità, la loro capacità di agire in questo contesto e le loro competenze sanitarie. Le quote di partecipazione e di successo hanno superato nettamente le previsioni formulate in vista dell'allestimento di un programma di consulenza per il cambiamento di comportamento.

Il principale riscontro è il miglioramento del comportamento constatato nell'ambito della salute nella metà dei partecipanti grazie alla consulenza e il fatto che anche coloro che non hanno (ancora) vissuto tale cambiamento, hanno potuto approfittare della sensibilizzazione e dell'assunzione di responsabilità. Il rapporto costi-benefici è eccellente e non ha nulla da invidiare ad altri tipi d'intervento nell'ambito della prevenzione.

L'elevato tasso di partecipazione dopo il primo colloquio (oltre il 90 %) e il numero relativamente alto di pazienti che, nel corso delle altre consulenze, hanno proseguito (37 % di tutti i partecipanti concludono i quattro livelli del loro progetto sulla salute), sono indice di una buona accettazione e praticabilità dell'accompagnamento nell'ambito della salute CMB per pazienti e per medici, senza dimenticare le ottime valutazioni espresse in un sondaggio eseguito a posteriori. Il numero di consulenze (1-2 all'inizio e 2-4 in seguito, per settimana lavorativa) e il tempo impiegato per ogni seduta di consulenza (8-22 minuti) soddisfano l'esigenza di «brevità dell'intervento» e sono praticabili. Le variabili relative alla motivazione sono risultate sorprendentemente elevate: la stragrande maggioranza dei partecipanti è molto motivata a cambiare comportamento nel suo settore problematico. Trattare un tema con il supporto dell'accompagnamento nell'ambito della salute

tocca un bisogno che nasce probabilmente dal fatto che molte persone hanno già alle spalle diversi tentativi falliti di cambiamento di comportamento («failed self-changers»). L'attribuzione di un peso maggiore a valori quali la serietà, la fiducia e la disponibilità al cambiamento nel corso della consulenza sottolinea l'efficacia dell'accompagnamento nell'ambito della salute in questi settori.

L'accettazione tra i pazienti è stata molto elevata: essi hanno apprezzato notevolmente la nuova forma di consulenza e il sostegno fornito, accolto espressamente in modo favorevole l'iniziativa del medico e definito l'accompagnamento nell'ambito della salute come una parte importante dell'offerta futura fornita dal medico di famiglia.

Tra i medici di famiglia che hanno preso parte al progetto pilota, l'alto grado di accettazione pure riscontrato è dovuto alla valutazione (interviste, valutazioni dei questionari) e al fatto che il progetto si è rivelato praticabile nell'attività giornaliera dello studio. Nella quotidianità dell'attività dello studio, la fattibilità è stata definita molto buona e la soddisfazione professionale dei medici di famiglia è cresciuta parallelamente al lavoro dei pazienti. Grazie alle loro buone esperienze, 16 dei 20 studi pilota hanno proseguito spontaneamente, dopo la fine della fase sperimentale, utilizzando l'accompagnamento nell'ambito della salute anche per un ampio ventaglio di pazienti sani e malati di ogni età. In particolare, è stato interiorizzato manifestamente lo scambio di prospettive e di ruoli, esteso in seguito alla comunicazione con i pazienti al di fuori della sperimentazione dell'accompagnamento nell'ambito della salute.

Secondo i riscontri, la preparazione dell'allenamento con moduli di base e costruttivi (incluso l'impiego di attori nel ruolo di pazienti standardizzati) ha dato buona prova.

Panoramica delle raccomandazioni sulla base dei risultati e delle esperienze acquisiti dal progetto.

Il successo del test di lunga durata nelle condizioni determinate dalla realtà di uno studio medico mostra che per questo programma di consulenza, incentrato sui pazienti e che opera sulla base di un rapporto tra partner, vi è un grande potenziale per promuovere le competenze sanitarie, la autoresponsabilità e un comportamento duraturo in rapporto con la salute. Si tratta di sfruttare tale potenziale. Raccomandiamo pertanto un'estensione del progetto e un'applicazione dei risultati e delle esperienze sul piano regionale e nazionale.

Per poter attuare il progetto in un quadro più ampio sono necessarie misure in più settori, tre dei quali sono qui messi in evidenza:

Trasmissione delle capacità in materia mediante istruzione ed esercizio

- dovrebbero essere integrate già nella formazione universitaria e nel perfezionamento postgraduato, parallelamente all'aggiornamento medico (attuazione delle prescrizioni della legge sulle professioni mediche [LPMed] e del catalogo degli obiettivi di apprendimento);
- dovrebbero facilitare, mediante una struttura modulare dell'offerta, un'integrazione graduale e permettere anche innovazioni, come la combinazione di un modulo centrale, «consulenza e accompagnamento nell'ambito della salute», come formazione base con offerte specifiche al comportamento già esistenti da parte di organizzazioni partner (p. es. per consulenza sull'attività fisica, intervento breve sul consumo di alcol, sulla nutrizione)

Cooperazione e coordinamento

- connessione con altri attori/programmi nel settore del comportamento in rapporto con la salute allo scopo di sfruttare sinergie
- creazione di una forte unione tra i promotori per una diffusione duratura (programmi nazionali, fondazioni, Confederazione e Cantoni)
- utilizzazione di «contenitori d'istruzione» già esistenti (dai congressi ai circoli di qualità) e di vie di formazione (nella formazione, nel perfezionamento e nell'aggiornamento; v. sopra «istruzione»)

Garanzia del finanziamento

- strutture programmatiche per l'esecuzione, la garanzia della qualità e lo sviluppo futuro
- regolamentazione per indennizzare in modo corretto le prestazioni di consulenza