



DALLA FORMAZIONE ALL'AUTOGESTIONE: QUALI PASSI E QUALI STRATEGIE?

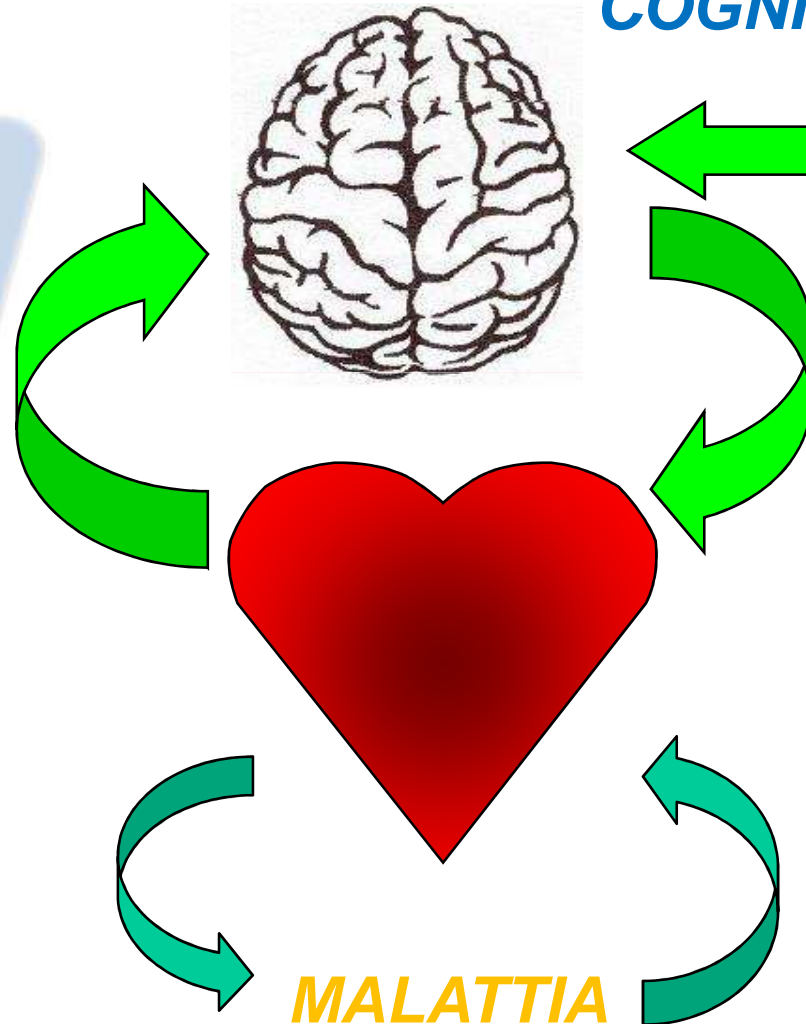
Paola Ponzani S.C. Diabetologia ASL 3 Genovese

La malattia cronica

Rappresenta **un evento traumatico** nella vita della persona, che incide fortemente sulla qualità di vita e sul benessere soggettivo, in quanto altera la prospettiva di un futuro

Per accettare, reagire, affrontare e convivere **con la sua malattia**, la persona deve attribuire un senso alla sua condizione, al suo mondo e alla sua vita

**LA NOSTRA MODALITA' DI REAGIRE
ALLA MALATTIA COINVOLGE LA
SFERA RELAZIONALE, EMOTIVA E
COGNITIVA**



**REAZIONE ALLA
MALATTIA E
RICHIESTA DI
AIUTO**



La malattia cronica e la sua cura

MALATTIA

- non può guarire, si può curare
- è silenziosamente progressiva
- ha evoluzione incerta
- può dipendere dallo stile di vita
- viene affrontata in ambulatorio con visite programmate

TRATTAMENTO

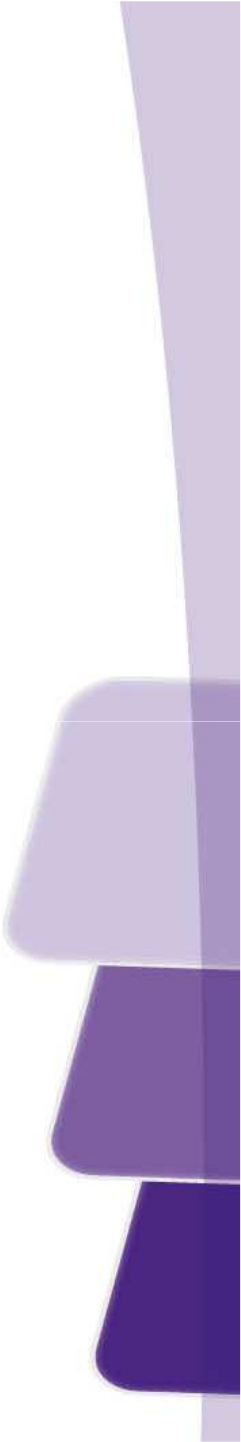
- è un legame quotidiano
- è per tutta la vita, richiede tempo dedicato
- spesso è complesso ed invasivo
- ha effetti collaterali
- interferisce con la vita sociale
- è *sulle spalle* del malato



La cura della malattia cronica

La terapia di un paziente cronico richiede una **serie di comportamenti** che incidono sugli aspetti della vita quotidiana (lavoro, amici, tempo libero, famiglia, alimentazione, stile di vita)

Nelle patologie croniche le terapie prescritte sono spesso a vita e prevedono **difficili modifiche** del comportamento e dello stile di vita.



La cronicità è un problema perché:

- Seguire un paziente con malattia cronica implica una profonda **modifica del rapporto** tra operatore sanitario, malattia e paziente.
- La terapia farmacologicamente più avanzata può diventare poco efficace se il paziente non è **coinvolto** nella **gestione** della malattia.

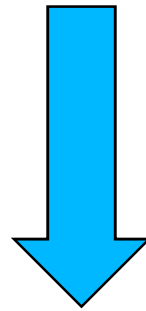
La Cronicità

RICHIEDE

- Un diverso approccio
- Un diverso processo di cura
- Un diverso percorso di terapia
- Una diversa gestione

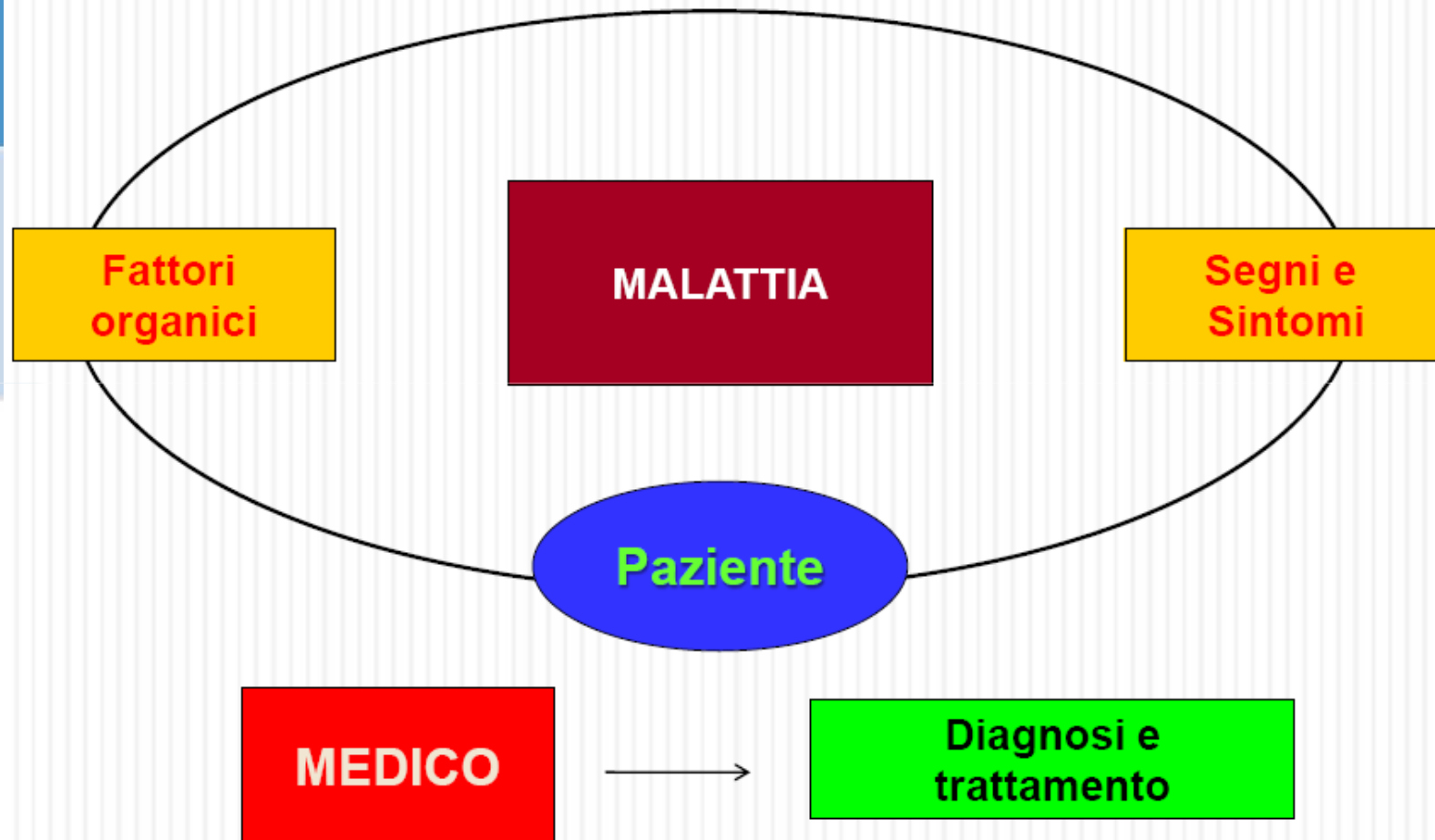
Relazione medico-paziente e m.diabetica

La persona con malattia cronica deve gestire lui stesso il proprio trattamento e spetta al medico accompagnarlo verso la responsabilità e l'autonomia

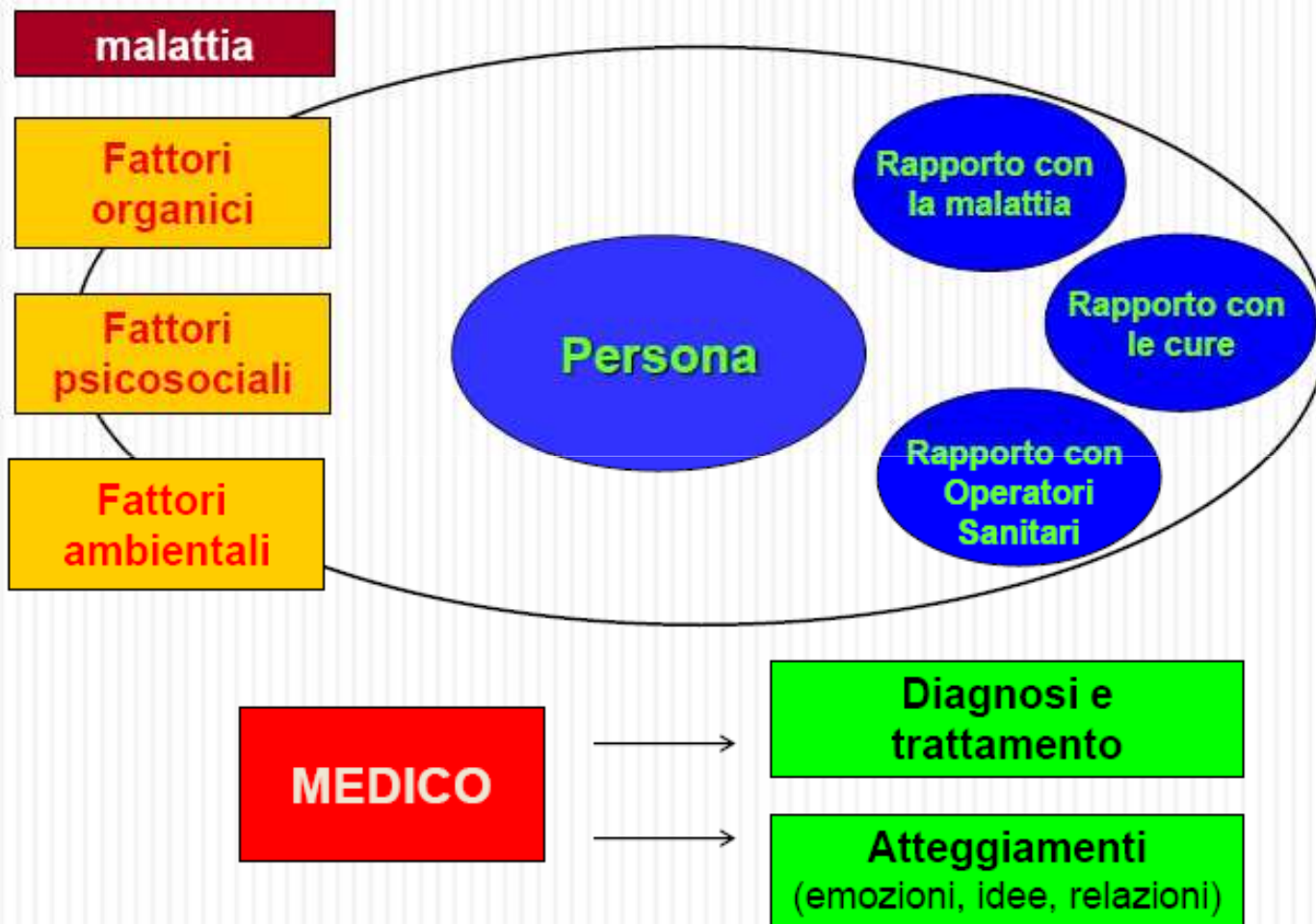


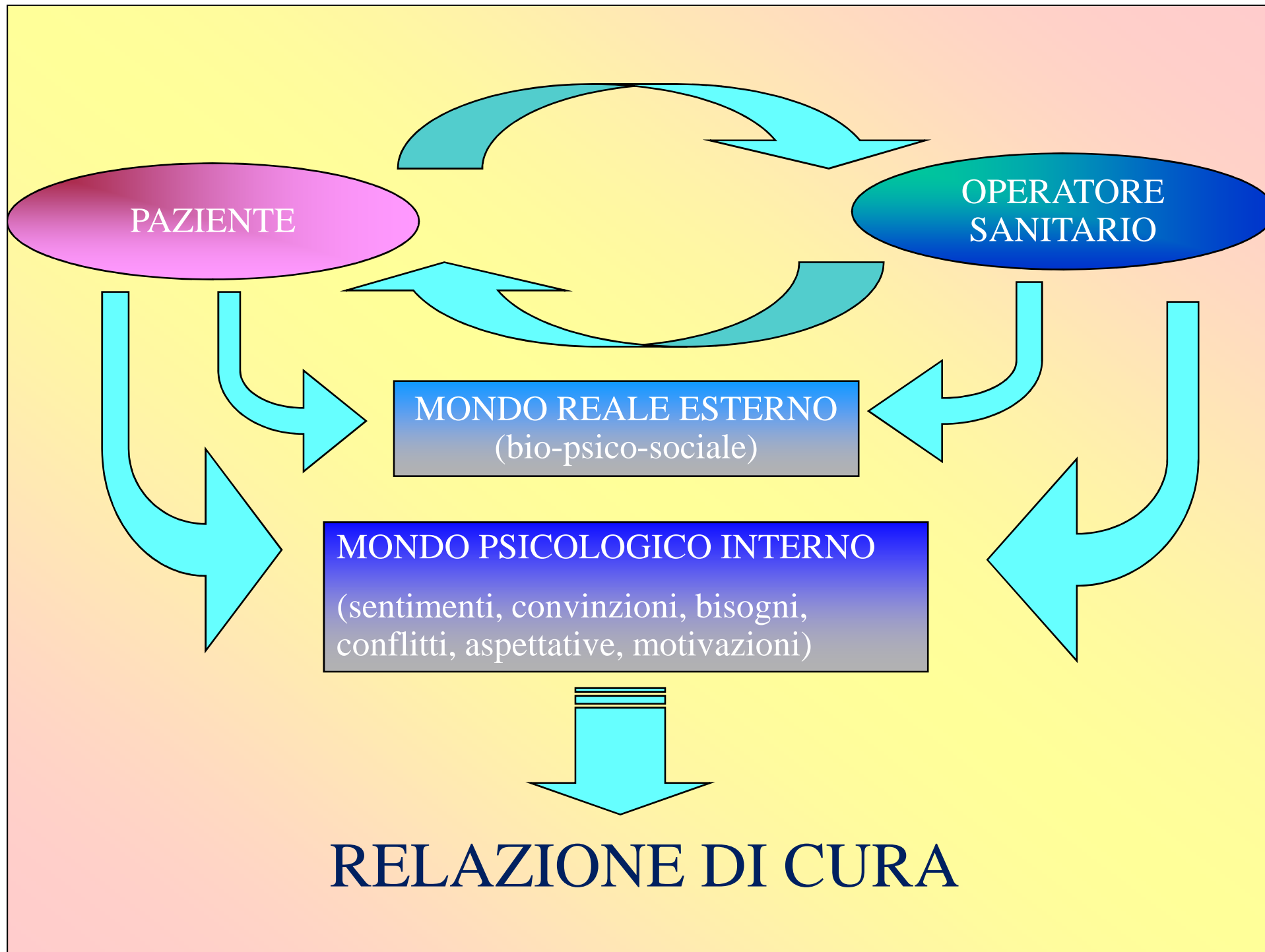
Nella cronicità il medico controlla la malattia
attraverso il paziente

Approccio Biomedico



Approccio Biopsicosociale





PAZIENTE

OPERATORE
SANITARIO

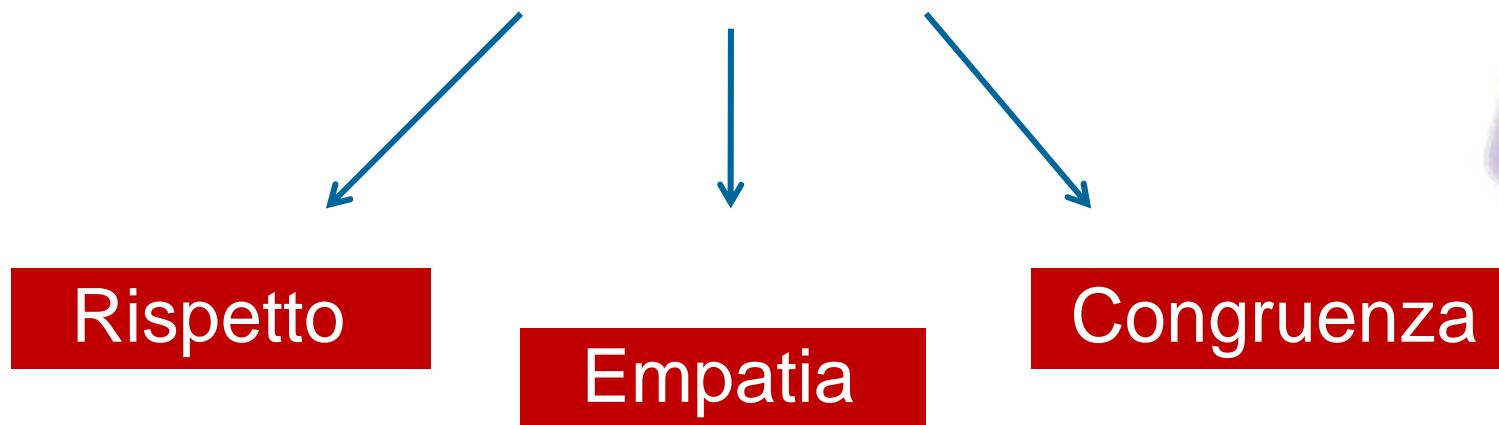
MONDO REALE ESTERNO
(bio-psico-sociale)

MONDO PSICOLOGICO INTERNO
(sentimenti, convinzioni, bisogni,
conflitti, aspettative, motivazioni)

RELAZIONE DI CURA

Relazione efficace

Le qualità necessarie per cogliere tale complessità e relazionarsi con le persone in modo efficace, secondo Carl Rogers, sono:



Il rispetto

Si riconosce dall'**accettazione della diversità**, unicità e inspiegabilità del paziente, qualunque sia il suo sintomo, il suo disagio e la sua disabilità.

“Ti accetto così come sei, con me non hai bisogno di mentire o di nasconderti o di assumere una maschera che ti renda più ben accetto ai miei occhi”

“Tutti i tuoi sentimenti sono per me accettabili. Posso accettare anche le tue azioni, ad eccezione di quelle dannose per te e/o per gli altri”

L'empatia

E' la qualità che ci permette di **entrare nel mondo dell'altro e di comprenderlo**. Si tratta di rinunciare alle spiegazioni, alle interpretazioni, ai pregiudizi per cogliere direttamente i vissuti dell'altra persona semplicemente per quello che sono.

La congruenza

E' ciò che rende **autentica** la relazione di aiuto. Consiste nell'essere consapevoli di quello che stiamo vivendo e provando in un dato momento, senza rifugiarsi dietro alla **maschera del ruolo** e senza proiettare sull'altro quello che è nostro.

Il medico del cronico

Deve essere consapevole della necessità di svolgere, accanto all'abituale **ruolo tecnico** (diagnosi e terapia), anche un **ruolo pedagogico** (insegnare al paziente a gestire la terapia), di **accompagnatore** (relazione di sostegno a lungo termine) e di **counsellor**.

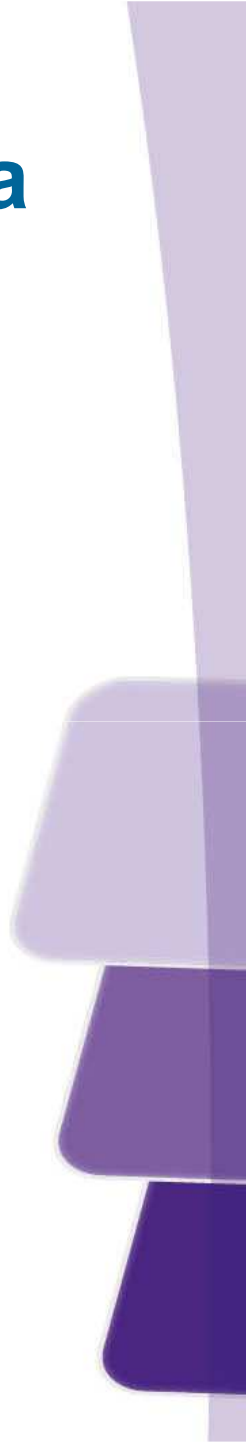
Gli strumenti

- Educazione Terapeutica
- Team Curante



...uno strumento per apprendere a vivere...l'Educazione terapeutica

L'Educazione terapeutica
permette ai pazienti di acquisire
e conservare le capacità e le
competenze che li aiutino a
vivere in maniera ottimale la loro
vita con la malattia





...uno strumento per apprendere a vivere...l'Educazione terapeutica

L'Educazione terapeutica è un processo integrato nella cura e centrato sulla persona

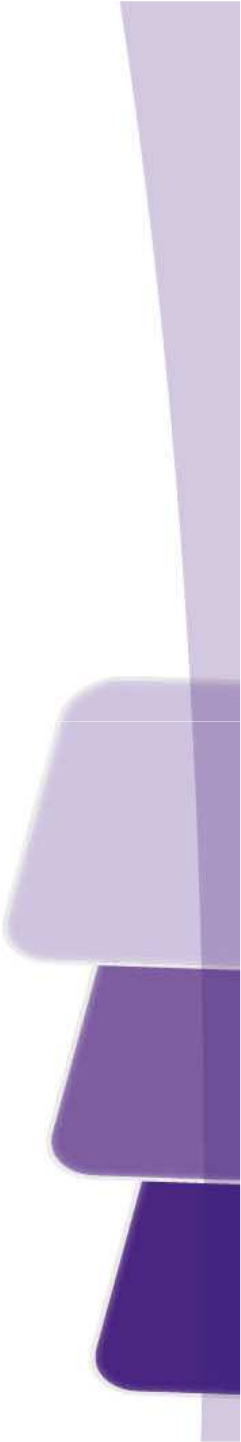




Educazione terapeutica
è un processo di

EMPOWERMENT

**Che porta il paziente ad acquisire
la padronanza delle sue
competenze e comportamenti,
rendendolo autonomo**



Criteri raccomandati da "Therapeutic Patient Education"

E' un processo continuo che deve essere adattato al decorso della malattia, al paziente e al suo stile di vita; fa parte dell'assistenza a lungo termine del paziente.

- Deve essere strutturata, organizzata e fornita sistematicamente a ciascun paziente attraverso una varietà di mezzi.
- È multiprofessionale, interprofessionale ed intersettoriale ed include la rete di assistenza.
- Comprende una valutazione del processo di apprendimento e i suoi effetti.
- È impartita dagli operatori sanitari formati nelle metodologie di educazione dei pazienti.

OMS, Therapeutic Patient Education 1998

Criteri raccomandati da "Therapeutic Patient Education"

E' un processo continuo che deve essere adattato al decorso della malattia, al paziente e al suo stile di vita; fa parte dell'assistenza a lungo termine del paziente.

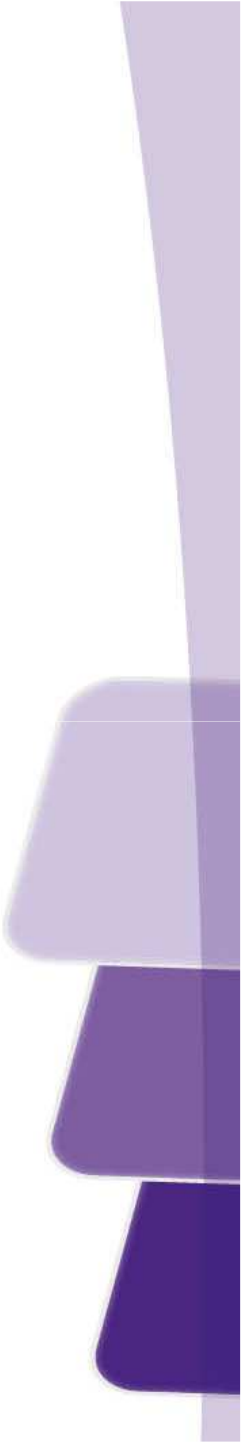
- **Deve essere strutturata, organizzata e fornita sistematicamente a ciascun paziente attraverso una varietà di mezzi.**
- È multiprofessionale, interprofessionale ed intersettoriale ed include la rete di assistenza.
- Comprende una valutazione del processo di apprendimento e i suoi effetti.
- È impartita dagli operatori sanitari formati nelle metodologie di educazione dei pazienti.

OMS, Therapeutic Patient Education 1998



Il Metodo

L'educazione terapeutica è un processo sostenuto da un **metodo** che deve essere costantemente adattato alle diverse esigenze



Il Metodo

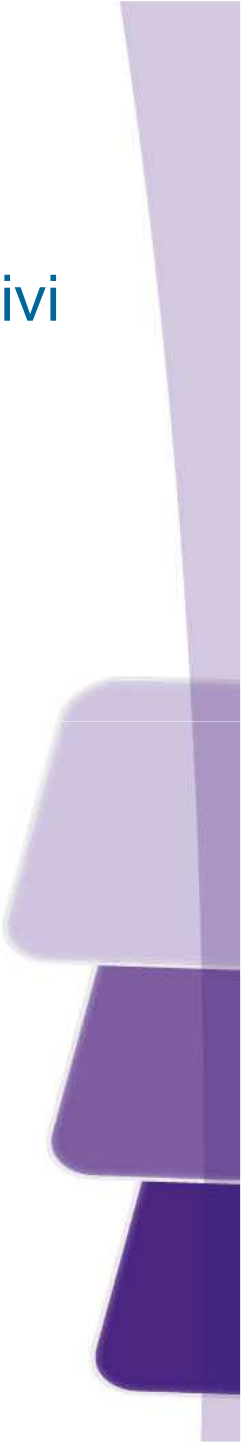




Analisi del bisogno

Identificare i bisogni educativi

Individuare non solo “ciò che manca”, ma individuare anche le potenzialità della persona, le sue risorse e i punti di forza su cui agire



Personalizzazione dell'approccio

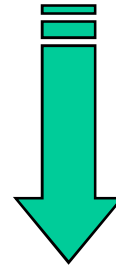
- Personalizzare un approccio significa capire chi abbiamo davanti...a che punto dell'accettazione della malattia si trova, quali sono le sue credenze e rappresentazioni..le sue caratteristiche di personalità
- Ogni paziente è diverso dall'altro, quindi occorre partire chiedendosi alcune domande importanti

Le domande



- **Che cosa sa questo paziente della malattia?**
- **Cosa significa per lui?**
- **Che cosa fa rispetto a questa situazione?**
- **Cosa sente e come la vive?**
- **Chi è questo “paziente”?**
- **Quali sono le sue attese, i suoi progetti?**

**IL MEDICO HA INNANZI
TUTTO
DUE OBIETTIVI:**



**PRIMO CAPIRE
CHI HA DI FRONTE E
CHE COSA CHIEDE**

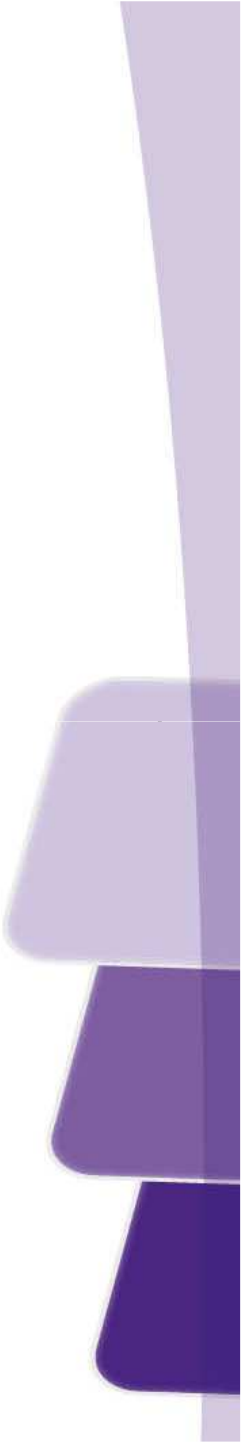


**SECONDO INDIVIDUARE
COSA E' NECESSARIO
E POSSIBILE FARE, DIRE,
ECC.**



Progettazione

Negoziare contenuti e obiettivi educativi:
Contratto educativo-terapeutico

- ✓ **Definizione degli obiettivi di apprendimento**
 - ✓ **Identificazione dei contenuti**
 - ✓ **Scelta delle metodologie**
- 



Attuazione

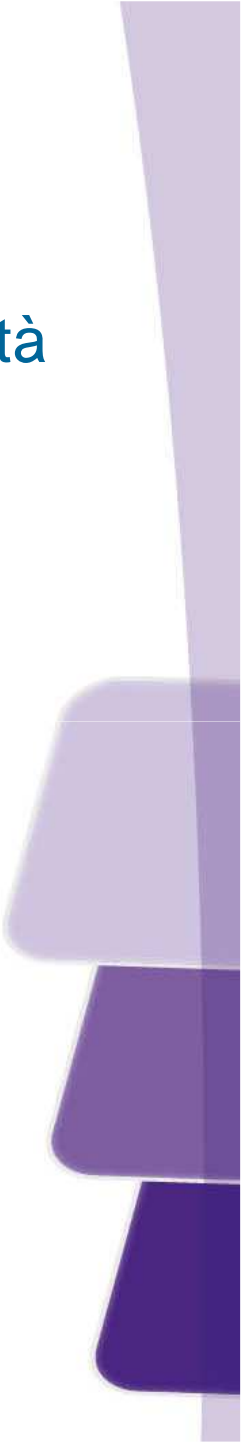
Proporre percorsi
d'apprendimento pertinenti e
interattivi:
insegnamento/apprendimento
attivo

- ✓ Incontro
informativo/educativo con il singolo
 - ✓ Incontri di gruppo
- 



Valutazione

Controllare risultati e qualità dell'attività educativa con strumenti idonei

- ✓ Reazioni e gradimento dei partecipanti
 - ✓ Apprendimento
 - ✓ Trasferibilità
 - ✓ Output clinici
- 

Criteria raccomandati da "Therapeutic Patient Education"

E' un processo continuo che deve essere adattato al decorso della malattia, al paziente e al suo stile di vita; fa parte dell'assistenza a lungo termine del paziente.

- Deve essere strutturata, organizzata e fornita sistematicamente a ciascun paziente attraverso una varietà di mezzi.
- **È multiprofessionale, interprofessionale ed intersettoriale ed include la rete di assistenza.**
- **Comprende una valutazione del processo di apprendimento e i suoi effetti.**
- **È impartita dagli operatori sanitari formati nelle metodologie di educazione dei pazienti.**

OMS, Therapeutic Patient Education 1998

Gli strumenti

- Educazione Terapeutica
- Team Curante

TEAM PROFESSIONALMENTE COMPETENTE MULTIDISCIPLINARE

Soggetti di diverse professionalità che lavorano insieme, consapevoli della loro unità e legati da un senso di appartenenza, con valori, regole, ruoli dichiarati, negoziati, condivisi che mettono in comune linguaggio e metodologie di intervento con l'obiettivo di prendersi cura della persona con diabete e aiutarla ad acquisire strategie necessarie per gestire la malattia



Ruolo del team diabetologico

- E' importante che gli operatori sanitari non dimentichino mai **la componente sociale e psicologica** del paziente, i suoi dubbi, i suoi timori, le sue ansie, le preoccupazioni
- L'educazione terapeutica e la relazione paziente-operatore sanitario devono rappresentare gli **“alleati terapeutici”** che vanno a supportare il paziente anche nella dimensione psicologica e sociale



Il team di cura e la presa in carico del diabete

Il team di cura deve acquisire nuove competenze

PEDAGOGICHE

deve aiutare il paziente a imparare a vivere con la sua malattia, accettando di trasferire parte del proprio sapere medico

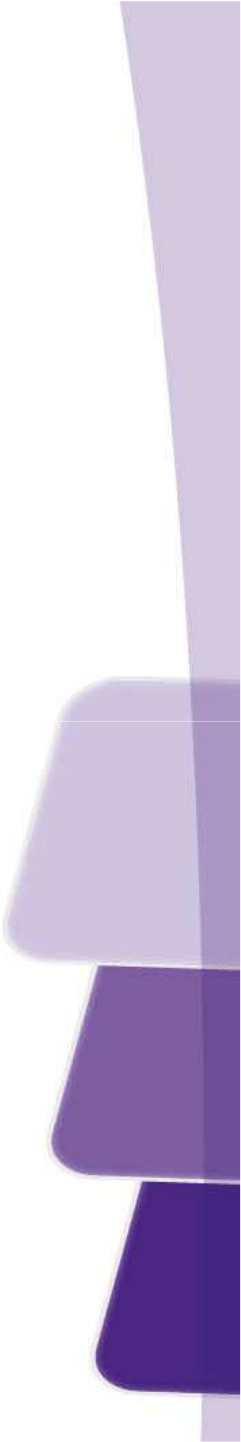
PSICOSOCIALI

le scelte terapeutiche devono essere condivise con il paziente devono adattarsi a tutti i fattori individuali, familiari, sociali che favoriscono oppure ostacolano una corretta autogestione della malattia

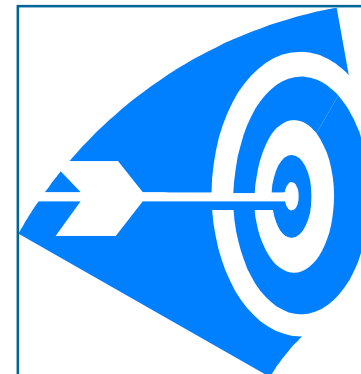


L'educazione terapeutica: la sfida

Prendersi cura della persona ed aiutarla, non obbligandola a realizzare ciò che desideriamo noi, ma aiutarla a diventare autonoma ed a realizzarsi.



L'educazione terapeutica: Il traguardo



- 1. modificare gli atteggiamenti e le competenze di medici e curanti affrontando la problematica delle malattie di lunga durata;***
- 2. coinvolgere il paziente in una continua cooperazione risolvendo la problematica della motivazione;***
- 3. aiutare la persona a diventare un decisore competente individuando le procedure di apprendimento più idonee.***