

# Alcuni appunti dal V Congresso Nazionale di Slow Medicine Firenze 6 e 7 febbraio 2020

Paola Zimmermann - Federazione per il Sociale e la Sanità di Bolzano

---

## Apertura dei lavori

Il **Presidente di Slow Medicine Dr. Antonio Bonaldi** apre i lavori esponendo alcuni progetti di Slow Medicine e sottolineando quanto la salute sia il risultato di tutta una serie di fattori, non solo esclusivamente sanitari. L'approccio sistemico alla salute, anticipando quindi l'intervento del Prof. Luisi che lo seguirà, è quindi la strada da intraprendere.

A questo link la sua presentazione:

<https://www.slowmedicine.it/v-congresso-nazionale-slow-medicine/>



## 1^ Tavola rotonda

### La salute in un mondo che cambia

#### Riflessioni e proposte sulla concezione sistemica della salute, della prevenzione e della cura.

La tavola rotonda è stata introdotta dal **Dr. Pierluigi Luisi, Professore emerito del Politecnico di Zurigo** che ci ha esposto la sua concezione sistemica della vita. Il pensiero sistemico (che significa pensare in termini di relazioni e di schemi) ci rende consapevoli del fatto che le sfide principali del mondo di oggi – energia, economia, cambiamento climatico, disuguaglianze – sono tutte interconnesse e interdipendenti. Sono problemi sistemici che richiedono altrettante soluzioni sistemiche. Ho trovato questa intervista attinente al tema, molto esaustiva del suo pensiero:

Parte 1 <https://www.lorenzocorradiblog.it/2016/12/Vita-natura-visione-sistemica-intervista-Luisi.html>

Parte 2 <https://www.lorenzocorradiblog.it/2016/12/origine-della-vita-coscienza.html>

Il Prof. Luisi è autore, insieme a Fritjof Capra del libro “Vita e Natura. Una visione sistemica”

Al seguente link di Slow Medicine la sua presentazione:  
<https://www.slowmedicine.it/v-congresso-nazionale-slow-medicine/>

#### Contributi della tavola rotonda

Da uno studio condotto dall'**Accademia di Scienze infermieristiche di Milano** con la quale chiedevano ai cittadini “Cos'è la salute per te?” la **Dott.ssa Paola Arcadi** spiega come sia emerso che per le persone “salute” significhi star bene nelle proprie relazioni, avere una buona vita sociale. Emerge, inoltre, una scarsa consapevolezza di quanto la salute sia legata ai fattori ambientali e quanto invece questa sia abbinata all’“essere in forma” così come ci viene mostrato dal mercato del benessere. Maggiori dettagli sullo studio a questo link:

<https://www.infermiereonline.org/2019/12/13/cose-la-salute-per-te-studio-qualitativo-sul-significato-di-salute-percepito-dai-cittadini/>

**Il Dr. Spinsanti, Istituto Giano di Roma** <https://www.sandrospinsanti.eu/> auspica un ritorno alla Medicina dei 5 sensi, nella quale si torni a guardare il paziente quando si è a colloquio con lui (ha citato l'episodio di un paziente che per tutto il tempo ha parlato con una dottoressa attaccata al video del PC), ad ascoltare con attenzione quelle che sono le sue esigenze/aspettative a toccarlo, in quanto sono sempre di più i medici che evitano il contatto con i pazienti. A questo proposito consiglia la lettura del libro "SL'URP – Pigiami allo sportello" di Maria Trevisan, una raccolta di frasi e commenti fatti da chi per una o altra ragione è venuto a contatto con l'Urp dell'Azienda ospedaliera triestina. Il Dr. Spinsanti auspica anche il rilancio della Campagna "Buongiorno, io sono...."

**Il Dr. Jean Luis Aillon di Rete Sostenibilità e Salute** <https://www.sostenibilitaesalute.org/> ha parlato di decrescita, dell'overshoot day che cade il 29 luglio e che vede in quel giorno l'esaurimento delle risorse rinnovabili che la Terra è in grado di generare in un anno, della relazione tra salute e ambiente, di quanto il nostro benessere sia prima di tutto culturale, dei 13 milioni di morti evitabili di cui 7 per inquinamento..... La salute si costruisce con ogni nostra scelta quotidiana, se non sta bene l'ecosistema, è difficile che possa star bene l'individuo. Quindi no tempo libero (dedicato all'industria del divertimento), ma tempo liberato.

Jean-Luis Aillon, Matteo Bessone e Chiara Bodini hanno appena pubblicato il libro "Un nuovo mo(n)do per fare salute"

<https://www.ibs.it/nuovo-mondo-per-fare-salute-libro-vari/e/9788867891139>

**Roberto Romizi, dell'ISDE Associazione Medici per l'ambiente** <https://www.isde.it/> afferma che purtroppo i più grandi nemici dell'ambiente sono proprio i potenti della Terra, iniziando da Trump, passando per Bolsonaro, fino al Premier australiano, grande negazionista dei cambiamenti climatici, dovuti soprattutto alle emissioni di carbonio. Aumenta la consapevolezza di quanto la salute, la sicurezza e la sopravvivenza umana siano indissolubilmente legate alle condizioni ambientali, ma c'è ancora molta strada da percorrere.

Per conoscere ISDE più da vicino posto la pagina del loro Congresso 2019, con tutti i contributi degli invitati.

<https://www.isde.it/cosa-facciamo/speciale-congresso-isde-2019/>

## 2<sup>a</sup> Tavola rotonda Amici microbi

### Il rapporto simbiotico tra uomo e microbi e i pericoli di un uso indiscriminato di antibiotici

La tavola rotonda è stata introdotta dal **Dr. Donato Greco**, medico epidemiologo di Roma.

Greco, in un'esposizione molto divertente, illustra quanto sarebbe sterile e noiosa la nostra vita senza batteri. Il pianeta è il mondo dei microbi: virus e batteri abitano il nostro globo da almeno tre miliardi di anni; il mondo è dei germi e sono loro che ci consentono di vivere.

L'idea comune è quella di associarli inesorabilmente alla malattia, allo sporco, alla contaminazione, al contagio. Ma hanno anche tante virtuose funzioni e quindi identificarli come fattori di rischio è un errore madornale!

Ne sappiamo veramente poco su di loro, perché se i batteri si studiano da meno di 300 anni, i virus si studiano da poco più di cent'anni. Se prendiamo come esempio il virus dell'influenza, ad oggi ne conosciamo 9, ma per tutta una serie di combinazioni degli elementi che li compongono ed una varietà infinita di possibili mutazioni, potrebbero essere migliaia!

Bastano veramente pochi sani accorgimenti per non essere infettati (es. lavarsi le mani, soprattutto dopo aver starnutito o tossito, arieggiare i locali) e guai farsi prendere dal panico adottando accorgimenti inutili (come ad esempio le mascherine che stanno andando a ruba in questo periodo per il Coronavirus). I contagi tra persone e/o tra animali e persone non sono così facili.

Demolisce inoltre la fake news che vuole che l'attuale Coronavirus sia stato veicolato dallo scienziato che l'ha isolato o da progetti militari. L'80% dei virus ha un'origine di carattere zootecnica (così come per l'Ebola, la Sars e tante altre).

Fino ad oggi l'unica malattia scomparsa dalla faccia della terra è il vaiolo, mentre quella più prossima ad essere eradicata è la Polio, della quale rimane ancora un ceppo presente tra Pakistan e Afghanistan.

Insomma, tentare di eliminare tutti i germi è un'illusione, ma si può limitarne la pericolosità.

Sulla pagina di Slow Medicine la presentazione del Dr. Greco:

<https://www.slowmedicine.it/v-congresso-nazionale-slow-medicine/>

## **Contributi della tavola rotonda**

**Il Dr. Alberto Donzelli della Fondazione Allineare Sanità e Salute** <https://fondazioneallinearesanitaesalute.org/> denuncia la prescrizione inadeguata da parte dei professionisti sanitari e una domanda sproporzionata di antibiotici da parte dei cittadini, dovuta ad un sistema incentivante che premia sanitari e ospedali in base alle prestazioni e non ai risultati di salute pubblica. Perché non remunerare in base alla longevità sana della popolazione, incentivando il sistema a rendere tutti longevi e sani? Annuncia che a breve uscirà una “Pillola informativa” ad hoc sul sito della Fondazione.

L’assunzione degli antibiotici dovrebbe essere sempre spiegata molto bene dai medici ai pazienti e l’interruzione di questa, nel caso i sintomi della malattia svanissero, va sempre concordata tra medico e paziente. Non è escluso, infatti, che si possa smettere di assumerli prima del dovuto, in caso di guarigione.

**Il Dr. Guido Giustetto, OMCeO – FNOMCeO di Torino** presenta il manifesto realizzato insieme a Slow Medicine e AltroConsumo “Antibiotici, meno e meglio” che ogni Medico dovrebbe scaricare, personalizzare ed appendere nel proprio studio e/o nelle sale d’attesa. L’Ordine dei Medici Chirurghi e Odontoiatri di Torino, infatti, è in prima fila per contrastare il problema dell’antimicrobico resistenza, la cui diffusione sta diventando una delle nuove emergenze della sanità contemporanea.

Il manifesto, elaborato nell’ambito del progetto Choosing Wisely Italia, ha il patrocinio del Ministero della Salute, dell’Istituto Superiore di Sanità, di Fnomceo (la Federazione nazionale degli Ordini dei medici), il supporto delle società scientifiche partecipanti e di Fnopi, la Federazione Nazionale degli Ordini delle Professioni Infermieristiche.

Ogni medico potrà scaricare il manifesto dai siti di Slow Medicine e Altroconsumo <https://choosingwiselyitaly.org/antibiotici-meno-e-meglio/>, personalizzandolo con la propria foto e la propria firma, e quindi esporlo negli studi medici, negli ambulatori, nei reparti ospedalieri e nelle farmacie. I medici potranno diffondere anche sui social il loro impegno, postando il manifesto con la loro foto attraverso l’hashtag #menoemeglio.

Al seguente link la scheda di Altroconsumo sugli antibiotici:

<https://choosingwiselyitaly.org/raccomandazione-citt/antibiotici-di-routine-per-tosse-e-mal-di-gola/>

**Il Dr. Antonio Sorice, della Società Italiana di Medicina Veterinaria Preventiva**, dichiara che il 70% degli antibiotici si usano in zootecnia, che sono farmaci imprescindibili anche per la salute animale, la cui somministrazione deve avvenire sotto lo stretto controllo veterinario. Per contrastare il fenomeno dell'antibioticoresistenza bisogna puntare su tutto ciò che è prevenzione negli allevamenti.

Questa intervista condotta da Altroconsumo è molto esauriente:

<https://www.veterinariapreventiva.it/simevep/attualita-simevep/sorice-fare-prevenzione?print=print>

**Il Dr. Fabrizio Gemmi, dell'Agenzia di Sanità Regione della Toscana** ha rilevato, da studi condotti che, se l'antibiotico-resistenza costituisce un problema globale, le differenze epidemiologiche tra i vari Paesi Europei, le Regioni italiane, ma anche solo tra le diverse Province della Toscana, sono rilevanti e sono determinate dalle diverse politiche di uso degli antibiotici (in clinica, medicina veterinaria e in agricoltura). La precisione nella diagnosi clinica, un uso prudente degli antibiotici e lo sviluppo di strategie di prevenzione e controllo delle infezioni sono i principali interventi da attuare per prevenire la selezione e la trasmissione di batteri resistenti.

La **Dott.ssa Anna Maria Falasconi, Pediatra**, ha espresso le sue perplessità sulle modalità di rilevazione alle quali i Medici ed i Pediatri sono soggetti da parte dell'Azienda Sanitaria per valutare l'appropriatezza delle loro prescrizioni. I criteri si limitano a valutazioni estremamente tecniche (es. posizionamento nella prescrizione dei medicinali, delle visite effettuate ecc.), ma che non tengono conto di tutta una serie di aspetti squisitamente qualitativi.

La qualità del suo lavoro non sta quindi nei numeri che possono essere scaricati a fine mese dal sistema, ma dall'attenzione nel prescrivere ai bambini antipiretici o antibiotici, dal giusto e doveroso coinvolgimento dei genitori nella cura del bambino, dal mettersi a disposizione nel fare visite a domicilio, nel tenerli costantemente sotto controllo per cambiare eventualmente la terapia.

Insomma, nella valutazione dell'appropriatezza prescrittiva deve rientrare anche questo grosso lavoro "dell'esserci, sempre".

## 3<sup>a</sup> Tavola rotonda

### Deprescrizione

#### Come ottimizzare i benefici e i rischi delle cure attraverso la riduzione dell'uso di farmaci

Il **Dr. Oreste Capelli, ASL Modena**, espone la sua esperienza nell'ambito di un progetto di deprescrizione agli Anziani, portata avanti presso il Servizio Sanitario Regionale Emilia-Romagna, il cui obiettivo era quello di fare acquisire al personale sanitario conoscenze teoriche e fornire aggiornamenti sul tema della deprescrizione farmaceutica.

Per questa vi rimando all'articolo di Torinomedica da pag 39 a pag. 41.

[http://www.torinomedica.org/torinomedica/wp-content/uploads/2019/11/torinomedica\\_n3-2019\\_web.pdf](http://www.torinomedica.org/torinomedica/wp-content/uploads/2019/11/torinomedica_n3-2019_web.pdf)

Quello della deprescrizione è un campo complesso e scivoloso, dove ragionare sulla riduzione di uno o più farmaci viene visto come un tentativo di risparmiare sulla salute dei cittadini che, per una loro eccessiva aspettativa spesso influenzata dal "mercato della salute" può scaturire anche spiacevoli ricadute su chi se ne fa promotore.

Il progetto del Dr. Capelli, infatti, è stato contestato molto da un'area politica e da portatori di interesse della sua Regione, tanto da finire in Consiglio Regionale.

Il Dr. Capelli si è soffermato sul termine "deprescrizione" sostenendo che siccome le parole hanno la loro importanza, è sicuramente meglio parlare di "armonizzazione".

Anche la **Dott.ssa Simonetta Miozzo, Medico di Medicina Generale di Torino**, ha portato all'attenzione dell'aula il progetto pilota condotto nella sua Azienda Sanitaria sulla deprescrizione e riconciliazione terapeutica, ossia "le medicine giuste al momento giusto". [http://www.aslto3.piemonte.it/news/2019/2019\\_02\\_14.shtml](http://www.aslto3.piemonte.it/news/2019/2019_02_14.shtml)

Con questo progetto le persone, in particolare i pazienti con più di 65 anni che soffrono di più patologie e che assumono almeno 5 farmaci quotidianamente, possono rivolgersi a questo ambulatorio che rivaluterà il piano di trattamento dei pazienti. Il laboratorio si avvale di uno strumento informatico elaborato dall'Istituto Mario Negri.

Parte essenziale del progetto la formazione, con una parte dedicata alla comunicazione e alla motivazione, aspetto non trascurabile: motivare al cambiamento persone anziane, legate ai farmaci dall'abitudine e dalla fiducia, richiede attenzione e competenza. La fase formativa ha avuto un effetto motivante anche nei confronti dei MMG, che hanno condiviso a fondo l'obiettivo del progetto: realizzare un percorso che accompagni il paziente e



il caregiver a comprendere la logica della deprescrizione. Nel progetto è molto attiva la presenza dell'infermiere di comunità. .

Rimando all'articolo di Torinomedica, da pag 42 a pag. 45

[http://www.torinomedica.org/torinomedica/wp-content/uploads/2019/11/torinomedica\\_n3-2019\\_web.pdf](http://www.torinomedica.org/torinomedica/wp-content/uploads/2019/11/torinomedica_n3-2019_web.pdf)

**Il Dr. Paolo Francesconi, dell'Agenzia di Sanità Regione della Toscana**, ha esposto il progetto sull'appropriatezza "Choosing Wisely Italia", condotto a Firenze.

Rimando alla sua presentazione al seguente link:

<https://www.slowmedicine.it/v-congresso-nazionale-slow-medicine/>

La **Dott.ssa Paola Mosconi dell'Istituto Mario Negri di Milano**, ha avuto modo di raccogliere diverse esperienze da parte dei cittadini, anche sulle prescrizioni mediche.

Nell'ambito del progetto "Fare di più non significa fare meglio" – Choosing Wisely Italia" il Laboratorio di ricerca sul coinvolgimento dei cittadini in sanità <https://www.marionegri.it/laboratori/laboratorio-ricerca-per-il-coinvolgimento-dei-cittadini-in-sanita/> PartecipaSalute e Altroconsumo nel 2016 hanno organizzato l'indagine "Esami, farmaci e prescrizioni... dite la vostra!" a cui hanno risposto più di 2000 persone.

È emerso che generalmente il paziente tende a decidere insieme al proprio medico la cura da iniziare, se vengono richiesti esami non necessari da parte del paziente, grazie al dialogo col medico vi rinunciano, sono sempre meno le persone che decidono di testa loro o che lasciano decidere al medico. Partecipazione e alleanza sono quindi due ingredienti già presenti nella relazione tra medici e pazienti.

Slow Medicine e FNOMCeO hanno, contemporaneamente, indagato presso i Medici sulle richieste non necessarie o inappropriate che ricevono da parte dei pazienti su esami e trattamenti.

<https://portale.fnomceo.it/indagine-su-esami-diagnostici-trattamenti-e-procedure-ritenuti-non-necessari/>

Se il 44% dichiara di ricevere, più volte a settimana se non ogni giorno, richieste di esami e trattamenti non necessari, il 66% afferma che i pazienti seguono sempre, quasi sempre o spesso il loro consiglio e non vi si sottopongono. I più bersagliati dalle richieste "inappropriate" sono i medici di famiglia, che sono però anche quelli che sembrano fare più fatica a farsi ascoltare dai pazienti.



Paola Mosconi sottolinea inoltre quanto sia importante il coinvolgimento dei caregivers (siano questi parenti o assistenti) nella comunicazione sull'assunzione dei farmaci. Questi, infatti, svolgono un compito gravoso, ma fondamentale nel garantire l'aderenza e la corretta assunzione dei farmaci da parte del paziente.