

ÆQUA CURA - Disabilità psichiatriche ed equità di accesso all'assistenza sanitaria

Conclusione del progetto *ÆQUA CURA*, co-finanziato dalla *Fondazione di Sardegna* e promosso dalla *Cooperativa Sociale CTR ONLUS - Cagliari* in partnership con il *Centro di Salute Mentale di Oristano* e con *SIRP - Sezione Sardegna*

Si è appena conclusa l'esperienza del progetto "ÆQUA CURA - Disabilità psichiatriche ed equità di accesso all'assistenza sanitaria", co-finanziato dalla Fondazione di Sardegna (Bando "Salute pubblica, Medicina Preventiva e Riabilitativa" del 2021), promosso e organizzato dalla Cooperativa Sociale CTR ONLUS di Cagliari, in partnership con il Centro di Salute Mentale di Oristano e con la SIRP – Società Italiana di Riabilitazione Psicosociale – Sezione Sardegna.

Da oltre vent'anni, i dati della ricerca scientifica mettono in evidenza che le persone affette da malattie mentali gravi hanno un'aspettativa di vita notevolmente ridotta rispetto alla popolazione generale. Le stime più attendibili indicano una riduzione media di 15 anni per le donne e di 20 anni per gli uomini. Non a caso, lo psichiatra britannico Graham Thornicroft ha definito il fenomeno come lo "scandalo" della mortalità prematura e delle disparità nella salute fisica a danno delle persone con problemi di salute mentale.

Alla creazione di questo enorme gap concorrono numerosi fattori, tra cui le difficoltà di pensiero associate a molti disturbi psichiatrici (memoria, attenzione, abilità di risoluzione dei problemi, abilità di pianificazione), difficoltà di comunicazione e interazione sociale, stili di vita sedentari, cattive abitudini alimentari, tabagismo, difficoltà pratiche di accesso ai servizi, difficoltà economiche, difficoltà negli spostamenti con i mezzi pubblici, gli effetti avversi della terapia psicofarmacologica e, non ultimo, il fenomeno dello stigma e delle discriminazioni di cui le persone con problemi psichiatrici sono spesso vittime. Questo complesso insieme di fattori fa sì che le persone con problemi di salute mentale siano molto più esposte rispetto alla popolazione generale al rischio di ammalarsi di disturbi cronici quali malattie cardiovascolari, diabete, malattie respiratorie, e di alcuni tipi di tumore.

Con il progetto *ÆQUA CURA* ci siamo posti l'obiettivo di affrontare le seguenti problematiche:

- Assenza di metodologie di sperimentazione dell'efficacia delle pratiche riabilitative e parcellizzazione degli interventi;
- Assenza di interventi integrati sulle comorbidità;
- Difficoltà di auto-gestione della salute fisica da parte delle persone con disturbi mentali gravi;
- Disparità nell'accesso alle cure mediche per le persone con disabilità psichiatriche;
- Aspettativa e qualità di vita ridotta nelle persone con disturbi mentali gravi;
- Assenza di studi e azioni territoriali di tipo informativo e divulgativo sul tema della comorbidità fisica-psichiatrica e delle possibilità di trattamento.

Gli obiettivi che intendevamo realizzare con il progetto *ÆQUA CURA* possono essere così sintetizzati:

- Sperimentare l'efficacia sul campo di un intervento psicosociale multi-componente innovativo;
- Erogare un servizio efficace di prevenzione e trattamento delle comorbidità mediche nei pazienti affetti da disturbi mentali gravi;
- Offrire la partecipazione a programmi efficaci per la gestione della salute fisica in comorbidità psichiatrica;
- Ridurre la disparità di accesso alle cure mediche attraverso azioni riabilitative e dispositivi di coordinamento della rete dei servizi territoriali;
- Migliorare la qualità della vita delle persone con disturbi mentali gravi, nel quadro dell'obiettivo generale dell'incremento dell'aspettativa di vita;
- Contribuire allo studio del fenomeno delle comorbidità (compresenza di più problematiche mediche) in oggetto e divulgare i risultati ottenuti.

Con il questo progetto, dunque, abbiamo voluto sperimentare la fattibilità di un programma pilota multi-intervento nel contesto di un servizio di salute mentale territoriale, finalizzato a incrementare le abilità di auto-gestione della salute fisica e l'accesso alle cure primarie di pazienti affetti da disturbi psichiatrici esposti al rischio di sviluppare altre problematiche mediche, coinvolgendo un gruppo di utenti seguiti presso il Centro di Salute Mentale di Oristano e un'equipe multiprofessionale composta sia da operatori del servizio pubblico. Sia da operatori del privato sociale convenzionato: un medico psichiatra, due educatori professionali, un infermiere professionale e un operatore socio-sanitario.

Tutti gli operatori coinvolti nel progetto hanno partecipato a un ciclo di eventi formativi propedeutici all'implementazione degli interventi psicosociali con i pazienti. La formazione del personale è stata realizzata con il coinvolgimento di tre docenti esperti in materia di gestione della salute fisica nelle persone con problemi psichiatrici, di

disturbi cognitivi associati ai disturbi psichiatrici e di trattamenti psicosociali basati su evidenze scientifiche di efficacia nella psichiatria territoriale.

I pazienti coinvolti nel progetto hanno partecipato a un programma intensivo della durata di 5 mesi (da maggio a settembre del 2021), che prevedeva quattro tipologie di interventi psicosociali:

1. Due incontri settimanali di gruppo condotti dall'Educatore Professionale, all'interno dei quali i pazienti hanno appreso abilità fondamentali di auto-gestione della propria salute (strategie di riconoscimento e gestione dello stress, indicazioni per condurre uno stile di vita sano, strategie per riconoscere e gestire i sintomi psichiatrici, abilità di gestione dei farmaci, abilità di gestione e strategie pratiche per aggirare le difficoltà di memoria, di concentrazione, di organizzazione, pianificazione e risoluzione dei problemi).
2. Tre incontri settimanali di attività fisica strutturata (camminata sportiva) condotti da un Educatore Professionale e un incontro mensile di educazione alimentare condotto da due Medici nutrizionisti.
3. Un monitoraggio a cadenza mensile dei parametri biofisici (peso corporeo, misurazione della circonferenza addominale, pressione arteriosa, esami ematochimici di routine) svolto da parte dell'Infermiere Professionale e supervisionato dal Medico Psichiatra.
4. Un incontro settimanale di supporto pratico-strumentale gestito da un Operatore Socio-Sanitario, per insegnare ai pazienti ad utilizzare i nuovi dispositivi elettronici e le nuove procedure di prenotazione online delle visite mediche specialistiche (fascicolo sanitario elettronico, SPID, utilizzo delle mail per comunicare con il medico di famiglia, ecc.).

I risultati attesi dall'attuazione del progetto possono essere così riassunti:

- Dimostrare l'efficacia dell'intervento;
- Sviluppare un modello di buone pratiche nell'ambito della prevenzione e del trattamento delle comorbidità mediche nei pazienti affetti da disturbi mentali gravi;
- Abilitare i fruitori dell'intervento all'autogestione della propria salute fisica;
- Intercettare e intervenire efficacemente sul target e sul contesto per ridurre la disparità di accesso alle cure mediche attraverso l'erogazione di interventi riabilitative e migliorando il coordinamento della rete dei servizi;
- Osservare cambiamenti nella rilevazione della qualità della vita percepita, nell'equilibrio dei ritmi biologici e nel funzionamento globale degli utenti coinvolti;
- Produrre di dati specifici territoriali e diffondere il modello con la pubblicazione di materiale didattico e la realizzazione di un evento di divulgazione pubblica degli esiti del progetto.

Attraverso la somministrazione di questionari e strumenti di valutazione, abbiamo potuto rilevare i risultati e l'impatto che gli interventi psicosociali attuati durante il programma hanno avuto per i partecipanti al progetto *ÆQUA CURA*:

- Miglioramento significativo del funzionamento globale, con particolare riferimento all'area della gestione della salute fisica (con risultati più consistenti per gli utenti che hanno frequentato il programma con maggiore assiduità)
- Una percezione soggettiva di un migliore stato di salute fisica e di uno stato emotivo più positivo, fiducia in sé stessi e speranza, disponibilità a chiedere aiuto, essere orientati al perseguimento di obiettivi personali, non sentirsi dominati dai sintomi
- Alla fine del programma tutti i partecipanti hanno riportato di utilizzare nella vita quotidiana almeno 3 delle strategie per aggirare le difficoltà di pensiero apprese (in particolare i supporti mnemonici, quali agende e calendari per ricordarsi degli appuntamenti e delle visite mediche)
- Tutti i partecipanti hanno riportato un incremento del livello di attività fisica e una significativa riduzione del peso corporeo.
- Le valutazioni hanno consentito di rilevare un sensibile riequilibrio di alcuni ritmi biologici nelle persone che hanno partecipato al programma (soprattutto quelli legati all'alimentazione e al ciclo sonno-veglia)
- I partecipanti hanno riportato, in media, un incremento dell'accesso all'assistenza sanitaria (rispetto degli appuntamenti fissati con i medici, gestione delle prenotazioni online con il sistema SPID, incremento dei contatti sia in presenza che a distanza con medico di famiglia).

Il modello di intervento combinato che abbiamo sperimentato ha mostrato un buon grado di accettabilità da parte degli utenti e un buon livello di fattibilità per il servizio di salute mentale. Anche se non statisticamente significativi (considerato il piccolo numero di partecipanti) gli esiti rilevati sono estremamente incoraggianti. Si tratta di un modello di buone pratiche con un ottimo rapporto costo-efficacia: gli interventi di gruppo strutturati si avvalgono di risorse didattiche gratuite e a basso contenuto tecnologico, e necessitano di una formazione minima degli operatori. Il modello,

inoltre, si avvale di risorse e interventi spesso già in atto all'interno dei Centri di Salute Mentale territoriali (es., attività fisica strutturata, monitoraggio infermieristico); dunque, per poterlo implementare non servono necessariamente delle risorse aggiuntive, ma la volontà di sistematizzare e valorizzare quelle già presenti.

Il modello, infine, si avvale di un approccio multidisciplinare, che valorizza le competenze di tutte le figure professionali, ognuna per il proprio ambito di intervento, adeguatamente coordinate per il raggiungimento di un unico obiettivo comune: la salute e il benessere dei pazienti.

I risultati del progetto **ÆQUA CURA** sono stati presentati nell'ambito di un evento gratuito di divulgazione aperto al pubblico, tenutosi a Oristano lo scorso 21 gennaio, che ha visto una nutrita partecipazione di utenti, familiari e operatori sanitari provenienti da tutta la Sardegna.

Il buon esito di questa esperienza ci incoraggia a ripeterla, consolidarla e apportare ulteriori miglioramenti. Il nostro intento è quello di fare in modo che l'esperienza possa essere replicata anche in altri servizi di salute mentale e che possano beneficiarne altri pazienti e operatori sanitari.

COMITATO SCIENTIFICO

Responsabile del progetto: **Elisabetta Pili**, *Cooperativa Sociale CTR ONLUS* – Cagliari

Referente ATS Sardegna: **Agnese Murgia**, *CSM Oristano*

Coordinatore del progetto: **Giovanni Soro**, *Cooperativa Sociale CTR ONLUS* – Cagliari

ÉQUIPE MULTIDISCIPLINARE

Agnese Murgia, *Medico Psichiatra* – CSM di Oristano

Francesca Cappai, *Educatore Professionale* – CSM di Oristano

Sandro Saba, *Infermiere Professionale* – CSM di Oristano

Sara Fadda, *Educatore Professionale* – Coop. Sociale CTR

Antonio Carcangiu, *Operatore Socio Sanitario* – Coop. Sociale CTR

Giovanni Soro, *Educatore Professionale* – Coop. Sociale CTR

COLLABORATORI ESTERNI

Pietro Balloi, *Medico Nutrizionista*

Michela Vincis, *Medico Nutrizionista*

FORMATORI

Stefano Barlati, *Università di Brescia*

Tim Bradshaw, *Università di Manchester*

Giovanni Soro, *Società Italiana di Riabilitazione Psicosociale*



Fondazione
di Sardegna



ASSL
Oristano



Coop. Sociale CTR Onlus



SIRP – Sezione Sardegna

Progetto

ÆQUA CURA

Disabilità psichiatriche ed equità di accesso all'assistenza sanitaria