

Da malato cronico a paziente esperto

Consigli pratici

Il diabete è una malattia cronica in continua e inarrestabile crescita con previsioni di 552 milioni di diabetici nel mondo entro il 2030, destinata a divenire la quarta causa di morte nei paesi industrializzati.

Da ciò la necessità di applicare alla gestione del diabete il *Chronic Care Model*: modello che prevede una gestione integrata della patologia, in cui ognuno svolge una funzione ben definita.

Tuttavia, l'organizzazione ospedaliera e territoriale non è da sola sufficiente nella gestione del paziente diabetico.

Ruolo fondamentale è svolto dalle Associazioni di volontariato, già riconosciute a pieno titolo dalla legge 115/87, la cui importanza è stata sottolineata anche nel piano Sanitario Nazionale 2011-2013. Tale Piano promuove il ruolo attivo del cittadino e delle Associazioni nella gestione e nel controllo delle prestazioni del Servizio Sanitario, la partecipazione sostenibile dei pazienti e delle loro Associazioni negli organismi e nei processi decisionali e il coinvolgimento dei familiari e delle Associazioni di volontariato nei percorsi sanitari.

In particolare, alle Associazioni di volontariato il compito di formare il *patient empowerment*, anche noto come il "paziente esperto", che possiamo definire come un processo di sviluppo personale per cui il paziente attraverso programmi di educazione terapeutica venga messo in condizione di conoscere la malattia e di autogestirla. L'educazione terapeutica fa sì che il paziente diabetico non ricopra più un ruolo passivo nella gestione della propria malattia, ma venga chiamato a svolgere un ruolo attivo, coinvolto in prima persona, divenendo così in grado di trasferire le nozioni acquisite agli altri pazienti diabetici, con i quali condivide la malattia, i problemi e le difficoltà ad essa correlati. Attraverso questo confronto, i pazienti diventano pertanto promotori del proprio stato di salute.

Attraverso l'educazione terapeutica il paziente diviene protagonista del processo di cura e acquisisce tutti gli strumenti e le competenze necessarie per diventare "esperto" nella convivenza con la malattia. Il paziente esperto è colui che *sa*, in quanto conosce il diabete e le sue complicanze; *sa fare*, perché ha imparato a gestire la terapia; *sa essere*, in quanto ha compreso l'importanza fondamentale dell'esercizio fisico e dell'alimentazione; *sa divenire*, perché, attraverso l'automonitoraggio glicemico e la compilazione del diario, ha le competenze per vivere la quotidianità con la malattia; infine *sa governare* in quanto è stato responsabilizzato al percorso di cura. Il paziente esperto dunque è colui che, insieme al team diabetologico, al medico di medicina generale e al pediatra di libera scelta, si assume e condivide la responsabilità della terapia e del proprio stato di salute.

Gaudenzio Stagno

gaudenzio.stagno@tin.it