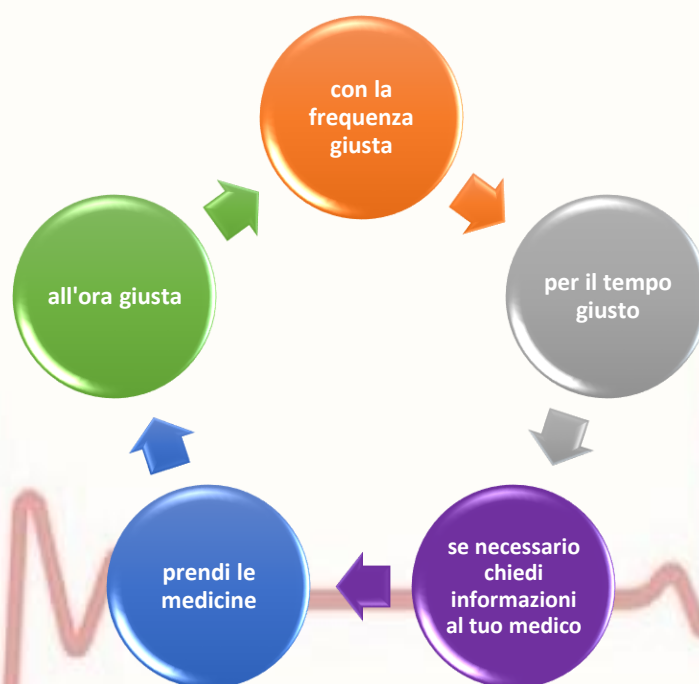




Associazione "Gli Amici del Cuore" ODV-ETS

aderente CONACUORE



**DAI FORZA AL TUO CUORE
CON INTELLIGENZA**

Cos'è l'aderenza terapeutica?

aderire: accettazione, accoglimento, consenso dato a qualche cosa, anche mediante una partecipazione attiva (Voc. Treccani)

Per aderenza/adesione alla terapia si intende il conformarsi del paziente alle raccomandazioni del medico riguardo ai tempi, alle dosi e alla frequenza nell'assunzione del farmaco per l'intero ciclo di terapia (aderenza più persistenza).



La scarsa aderenza alle prescrizioni del medico è la principale causa di non efficacia delle terapie farmacologiche ed è associata a un aumento della morbilità e della mortalità, rappresentando un danno sia per i pazienti che per il sistema sanitario e per la società.

Cause di mancata o ridotta aderenza

- Complessità del trattamento (polifarmacologico)
- Dimenticanza
- Decadimento cognitivo e non consapevolezza della malattia
- Scarsa informazione sulla terapia e timori di reazioni avverse, forse dovuta anche a spiegazioni frettolose da parte del medico (non aderenza consapevole)
- Monitoraggio inadeguato del trattamento e insufficiente supporto al paziente
- Inerzia terapeutica, vale a dire l'atteggiamento del medico che, pur consapevole del fallimento terapeutico, non si attiva per risolvere il problema
- Costi economici elevati

In sintesi il paziente non ottiene i benefici attesi in termine di salute mentre per la collettività c'è un notevole spreco economico.

“Se c'è una caratteristica nella pratica clinica quotidiana che trovo frustrante, questa è il fallimento nel convincere i pazienti a seguire le raccomandazioni cliniche, quando è chiaramente nel loro interesse...” (Joseph S. Alpert, Università dell'Arizona Health Science Network, Tucson (The American Journal of Medicine

Chi è più a rischio

Certamente anziani, disabili, soggetti con problemi cognitivi... ma anche giovani!

L'ambito cardiovascolare è uno di quelli su cui maggiormente incidono le problematiche di aderenza. Ancora oggi l'aderenza ai trattamenti cronici per le patologie cardiovascolari è infatti subottimale, già a distanza di trenta giorni dall'inizio della terapia il paziente se ne discosta.

“Per rendersi conto dell'impatto dell'aderenza basta richiamare i dati della letteratura: una diminuzione di soli 10 mmHg della pressione sistolica può ridurre del 20% l'incidenza di eventi cardiovascolari e un calo di 1 millimole di colesterolemia LDL (pari a circa 39 mg/dl) si associa a una riduzione rispettivamente del 22% degli eventi cardiovascolari maggiori e del 23% degli eventi coronarici maggiori. Appare quindi evidente che i due interventi congiunti, sulla pressione e sul colesterolo, sono di particolare efficacia. Purtroppo, però, a

distanza di un anno dalla prescrizione, soltanto il 50-60% dei pazienti risulta aderente: qualcuno si riduce la dose o la posologia, arrogandosi la facoltà di attribuire arbitrariamente la priorità ai farmaci da assumere” (Dott.M.Volpe – Presidente SIPREC).

Come implementare l'aderenza terapeutica in ambito cardiovascolare

Una cattiva aderenza si traduce inevitabilmente in un aumento dei costi, mentre un suo aumento del 20% si traduce in una riduzione del 9% dei rischi di ictus e di eventi cardiovascolari. Come suggeriscono le recenti linee guida dell'*European Society of Hypertension*, è opportuno:

- incoraggiare l'uso di terapie antipertensive in combinazione, soprattutto in caso di target pressori ambiziosi
- promuovere le terapie combinate basate su una singola pillola, per supportare la persistenza a lungo termine al trattamento
- Promuovere corretti stili di vita

Ma anche

- Far comprendere le ragioni per cui un dato farmaco è importante per il benessere del paziente
- valutare il numero di farmaci e la complessità del regime terapeutico e semplificarlo quanto più possibile
- cercare di usare i farmaci soltanto una volta al giorno
- individuare il regime farmacologico sulla base della percezione della capacità del paziente di aderire al protocollo prescritto
- dare al paziente un pro-memoria scritto che elenchi i farmaci, le modalità e i tempi in cui questi vanno assunti
- sviluppare un rapporto di dialogo e di fiducia con il paziente ed educare, per quanto riguarda i come e i perché dei farmaci

Il tema dell'aderenza terapeutica è affrontato da molti anni ma permane l'incertezza sull'efficacia di molti interventi in quanto le evidenze su ciò che funziona sono molto scarse ed è difficile l'utilizzo di indicatori.

Tuttavia è riconosciuta l'importanza di:

- Formazione dei professionisti sanitari, modifica dei comportamenti degli stessi
- Comunicazione efficace tra medico e paziente, educazione del paziente
- Incontri/controlli periodici per verificare sia la comprensione del trattamento sia l'aderenza
- Ausilio di familiari/volontari/caregiver (oltre che di personale sanitario)
- Programmi di auto-monitoraggio e auto-gestione dei farmaci
- Utilizzo di dispositivi che aiutano il paziente a ricordare quando assumere un farmaco, come le confezioni pro-memoria o gli alert elettronici.

Promuovere la cultura della salute digitale e dell'innovazione: varie ricerche hanno evidenziato che l'80% circa dei pazienti cronici, anche anziani, è propensa all'utilizzo delle nuove tecnologie per migliorare la propria qualità di vita (esistono già app specifiche che utilizzano tecnologia digitale e intelligenza artificiale ma non sono ancora molto diffuse).

L'intelligenza artificiale può assumere un ruolo centrale per migliorare l'aderenza terapeutica nei pazienti cronici attraverso soluzioni personalizzate, che si adattano tenendo conto delle caratteristiche individuali di ciascun paziente:

- supportando il paziente stesso, il caregiver e il medico curante e/o l'infermiere
- fornendo i promemoria per le terapie, specie se complesse, attingendo ai dati del medico (cartella clinica) ma anche del farmacista (informazioni sui farmaci)
- monitorando parametri
- consentendo controlli a distanza
- ...

Occorre naturalmente operare nel rispetto dell'etica, della privacy e della sicurezza del paziente, sono da definire ancora molti aspetti in tal senso ma certamente la tecnologia, se ben utilizzata e normata, può essere di gran beneficio per i pazienti.