

Per una medicina a misura di essere umano



A CURA DI **ANGELICA JÄGGLI**

Presidente ACSI e membro del comitato centrale Smarter Medicine CH.

L'Associazione consumatrici e consumatori della Svizzera italiana (ACSI) ha contribuito alla nascita del movimento *Smarter Medicine* in Svizzera e continua a prodigarsi per rendere edotta la popolazione sui benefici che si ottengono evitando trattamenti inutili e potenzialmente dannosi. «Per noi la qualità delle cure e la lotta al sovraconsumo vanno a braccetto».

Il 12 giugno 2017 nasceva ufficialmente l'associazione *Smarter Medicine – Choosing Wisely Switzerland*. Tra i fondatori c'era anche l'ACSI, rappresentata dall'allora presidente Antoine Casabianca, il quale durante tutto il suo mandato si era prodigato per affrontare i problemi di un sistema sanitario che mostrava già i suoi limiti e per favorire il dialogo medico-paziente. Da diversi anni l'ACSI sosteneva l'importanza della lotta alla sovramedicalizzazione, basandosi su dati secondo i quali circa il 30% dei trattamenti effettuati in Svizzera erano inutili

o potenzialmente pericolosi. La nascita di *Smarter Medicine* collocò l'impegno dell'ACSI all'interno di un'alleanza tra consumatori, pazienti e mondo sanitario. E negli ultimi anni la necessità di ridurre la quantità di trattamenti inutili, sia per contenere i costi sanitari sia per migliorare la qualità delle cure, è diventata ancora più evidente.

Uno dei primi esempi del nostro impegno in questo ambito è stata la campagna condotta nel 2019 con l'ausilio della *Tessera delle 5 domande da porre al medico*. Divulgata pubblicamente e inviata assieme alla rivista *La borsa della spesa* a tutte le socie e ai soci ACSI, questa tessera invitava i pazienti a diventare parte più attiva stimolando il dialogo con il proprio medico curante. Quelle cinque domande restano fra i consigli più diretti e concreti per i pazienti nell'ambito della *Smarter Medicine*. Ecco:

Ci sono alternative più semplici e sicure?

1. Ci sono quasi sempre diverse possibilità di trattamento o di terapia. Esaminate tutte le opzioni. Col colloquio potete scoprire quali sono i trattamenti per voi più appropriati e che rispondono meglio alle vostre esigenze.

Quali sono i benefici e i rischi?

2. Domandate quali sono i benefici e i rischi del trattamento consigliato. Più aspetti della cura conoscete, meglio potrete valutare ciò che per voi è importante e che cosa potete aspettarvi. Così potrete prendere una decisione consapevole e sicura.

Con quali probabilità possono verificarsi?

3. Non è solo importante sapere quali scenari si possono presentare, ma soprattutto quanto sono probabili. Informatevi e prendetevi il tempo necessario per appurare quali sono i benefici e i rischi per la vostra vita.

Che cosa succede se non faccio nulla?

4. A volte si può anche aspettare. Certi malanni scompaiono da soli o non migliorano nemmeno con un trattamento. Chiedete che conseguenze ci sarebbero se decidete di aspettare.

Che cosa posso fare io per la mia salute?

5. Dipende anche da voi quanto velocemente tornate in salute. Chiedete che cosa potete fare per conto vostro per influire positivamente sulla vostra sa-

lute. Anche nel caso di malattie croniche potete contribuire a rallentare il decorso o impedire un peggioramento.

Il coinvolgimento attivo del paziente è stato oggetto di due campagne varate in collaborazione con il DSS e di un'interessante tavola rotonda sulla buona relazione tra medico e paziente.¹ Più di recente, in occasione della Settimana d'azione per la sicurezza dei pazienti 2025, l'ACSI ha proposto in collaborazione con l'EOC un seminario in rete sulla *Smarter Medicine* al quale hanno partecipato oltre ottanta operatori sanitari. Anche a livello nazionale *Smarter Medicine* è stata identificata e iscritta tra le misure da adottare, come è accaduto nell'ambito della Tavola rotonda sulle misure di contenimento dei costi sanitari, creata alla fine del 2024 dalla consigliera federale Elisabeth Baume-Schneider.

Una caratteristica del movimento *Smarter Medicine* è la formulazione delle cosiddette liste Top 5. Si tratta di cinque trattamenti riconosciuti come inutili, superflui o dannosi da ogni specializzazione medica e che, perciò, dovrebbero essere evitati. Un esempio di divulgazione ancora in corso è la campagna varata dall'Associazione Pediatri della Svizzera Italiana contro esami e cure superflue nei più piccoli.

Recentemente l'associazione *Smarter Medicine Svizzera* ha pubblicato anche la *Top 5 Planetary Health*, che integra una prospettiva ambientale mostrando che una medicina senza sprechi è anche una medicina più sostenibile. Nata dall'incontro di varie specialità mediche (medicina interna, pediatria, chirurgia ecc.), esorta a evitare diagnosi di routine senza motivi specifici o esami per immagini quando è improbabile che i risultati abbiano una conseguenza terapeutica.



Inoltre, viene ribadita l'importanza di usare gli antibiotici con parsimonia e di evitare un'ipermedicalizzazione del periodo di fine vita.

L'ACSI partecipa sia alla divulgazione e promozione dei concetti della *Smarter Medicine* sia a un'opera di sensibilizzazione nei confronti dei pazienti. In quest'ottica investe anche nella prevenzione e collabora con il DSS, con l'Ufficio del medico cantonale e col Servizio di promozione e valutazione sanitaria. Da oltre cinquant'anni l'ACSI rappresenta le consumatrici e i consumatori, e quindi gli assicurati. Dal 2010 tutela anche i pazienti occupandosi dei costi sanitari e della qualità, accessibilità e coordinamento delle cure. *Smarter Medicine* coniuga proprio questi due aspetti: fare meno e fare meglio. Pertanto, non possiamo che rallegrarci per il crescente investimento nei valori della *Smarter Medicine* delle autorità federali e canto-

nali, dell'EOC, della Facoltà di medicina di famiglia, dell'Ordine dei medici e del FMH. L'obiettivo ultimo è quello di garantire una medicina sostenibile e più "umana", che prenda a carico la persona e non il sintomo, valuti con spirito critico l'opportunità di interventi e trattamenti e promuova sempre più l'alleanza medico-paziente.

Nota

Si veda <https://youtu.be/4LpD3X9aXmM?si=HnSQ34Lgmwp9a7t7>.

¹ Angelica Jäggi.

² Da sinistra, Angelica Jäggi e Antonella Crüzer, rispettivamente presidente e segretaria generale dell'ACSI.