

L'EDITORIALE

Il valore della buona comunicazione

MAURIZIO CHIRIELEISON*

In Italia sono 15 milioni coloro che, in caso di piccoli disturbi, cercano informazioni sul web. Di questi, quasi il 60% – 8,8 milioni di persone – è stato vittima di *fake news*. A dirlo è il Censis in una recente ricerca promossa da ASSOSALUTE e di cui potrete leggere i principali risultati in questo numero della nostra newsletter.

La gente desidera informazioni di salute validate. Comunicazione corretta ed educazione alle scelte di salute appaiono, così, elementi importanti per migliorare gli esiti di cura e di cui devono tener conto coloro che operano nel Sistema e per il Sistema. Sul web bisognerebbe, quindi, facilitare l'emersione di quei soggetti – tra cui le aziende – che sono titolati a parlare di cura, terapia, benessere perché ci “mettono la faccia”.

Proprio nella comunicazione al cittadino il nostro settore vede una peculiarità irrinunciabile e un ingrediente fondamentale per rendere evidenti le caratteristiche distintive dei farmaci di automedicazione e il loro ruolo nell'apportare benefici di salute individuali e collettivi. Sostenere, anche con la comunicazione, l'utilizzo responsabile dei farmaci da banco significa indirizzare il crescente protagonismo in materia di salute verso quegli ambiti di cura, i piccoli disturbi, in cui il cittadino può e sa – come conferma il Censis – esercitare la propria autonomia. Fornendo, al contempo, una leva importante per sostenere un settore che, con oltre 200 imprese, contribuisce allo sviluppo industriale, sociale e sanitario del Paese. ■

* Presidente di ASSOSALUTE

L'INTERVENTO

L'empowerment cresce in salute se l'informazione è doc

MASSIMILIANO VALERII*

Se negli anni Settanta il sapere medico godeva ancora del predominio indiscusso nel campo delle indicazioni sulla salute, negli anni successivi cominciò a prendere forma la figura del paziente informato e consapevole come lo conosciamo oggi. Negli anni Ottanta, con una presenza rilevante dei temi della sanità sui media, si andò affermando la figura del paziente con una vocazione negoziale nei confronti del medico, rispetto alla propria condizione di salute e alle terapie da seguire. L'informazione diventa una variabile essenziale: non è più monopolio esclusivo del sapere esperto, ma viene resa disponibile da altri canali e portatrice anche di una concezione attiva, soggettiva del benessere.

A partire dagli anni Novanta, l'acquisizione di informazioni di tipo sanitario entra in modo più stabile nella strutturazione dei percorsi di cura. I flussi informativi contribuiscono certamente a consolidare la responsabilità individuale, i comportamenti di autoregolazione e autocura per i piccoli disturbi, e il rapporto medico-paziente non è più unilaterale. Nel nuovo millennio, infine, con la diffusione dei *device* digitali, è cresciuto esponenzialmente l'*empowerment* dei cittadini-pazienti. Ma emerge anche il rischio associato alla proliferazione incontrollata di informazioni distorte o errate, fino alla possibilità di incappare in vere e proprie *fake news* (emblematico è il caso dei vaccini). Ed è qui che si annida il nuovo pericolo, se non saranno messe in campo soluzioni adeguate: sono, infatti, 8,8 milioni gli italiani che nell'ultimo anno si sono imbattuti in “bufale” sanitarie in rete, come attesta la ricerca *La virtuosa evoluzione dell'autoregolazione della salute degli italiani*, effettuata dal Censis con ASSOSALUTE. Anche se il medico resta la fonte d'informazione primaria per i pazienti, affiancato dal farmacista, oggi il ruolo del web è letteralmente decollato. E, se storicamente l'*empowerment* del cittadino ha beneficiato della moltiplicazione delle fonti su sanità e salute, oggi emerge l'ambiguità indotta dalla proliferazione di informazioni non verificate e non certificate, che finisce per intaccare il valore dell'autonomia individuale, con alti rischi regressivi anche per l'autoregolazione della salute. Ecco dove si concentra la sfida per l'automedicazione: trovare antidoti adeguati ai rischi legati alla diffusione incontrollata sul web di notizie parziali, errate, di miti infondati. ■

“ La grande sfida per l'automedicazione è trovare antidoti contro le *fake news* ”

* Direttore Generale Censis

LA RICERCA

Il vero valore sociale dell'automedicazione

FRANCESCO MAIETTA*

I piccoli disturbi (quali mal di schiena, mal di testa, ecc.) intaccano la funzionalità quotidiana, tra la famiglia, le relazioni sociali e il lavoro, di 49,4 milioni di italiani maggiorenni. E la soluzione adottata dalla stragrande maggioranza (45,8 milioni) è l'automedicazione, cioè il ricorso a farmaci da banco, vale a dire senza prescrizione medica. È questo uno dei dati che emergono dall'indagine dal titolo *La virtuosa evoluzione dell'autoregolazione della salute degli italiani* effettuata dal Censis con ASSOSALUTE per tracciare un quadro del valore sociale dell'automedicazione nel nostro Paese.

L'automedicazione in Italia ha un profilo molto preciso:

- è informata, consapevole, responsabile, fondata su un approccio cauto al farmaco da banco, nella convinzione che non si tratti di un bene di consumo ordinario e richieda attenzione particolare;
- ha radici antiche nella vicenda italiana di conquista della maturità del soggetto nel rapporto con la salute e la sanità e ha quindi per protagonista un cittadino sempre più informato su salute e sanità e in grado anche di gestire da solo i farmaci da banco in conformità con le indicazioni mediche;
- non è un processo di emancipazione o liberazione dal sapere medico, piuttosto di crescente capacità di applicare in autonomia e responsabilmente le indicazioni ricevute da medico e farmacista.

Per meglio capire il senso sociale degli aspetti citati, considerato che oltre il 97% degli italiani ha a che fare con piccoli disturbi nel quotidiano, emerge che:



- per il 7,7% sono molto frequenti, per il 40% abbastanza frequenti, per il 49,9% poco frequenti;
- tra coloro che hanno piccoli disturbi nel quotidiano, per il 39,5% incidono molto o abbastanza sulla propria vita, per il 53% incidono poco e solo per il 7,5% non incidono per niente.

Richiesti di indicare se è possibile curarsi da soli in caso di piccoli disturbi, il 73,4% è convinto che sia possibile (contro il 64,1% del 2007); tra questi, il 56,5% ritiene che sia possibile perché ognuno conosce i propri piccoli disturbi e le risposte adeguate, il 16,9% perché è il modo più rapido.

Del 90,3% di italiani che si curano da soli utilizzando farmaci senza obbligo di ricetta: il 29,3% lo fa spesso, il 39,8% di tanto in tanto, il 21,3% di rado.

Se questi sono i comportamenti che segnalano l'intensità di rapporto degli italiani con i farmaci da banco, importante è capire i costituenti della cultura del farmaco che è alla base di tutto ciò. E a questo proposito si consideri che:

- il 70,4% degli italiani in caso di piccoli disturbi la prima volta che assume un farmaco da banco si rivolge al medico e/o al farmacista;
- l'83,1% degli italiani legge il foglietto illustrativo e il 68,4% dichiara di comprenderlo sempre bene;
- qualora preso il farmaco trascorrono alcuni giorni senza guarire, l'88,5% degli italiani si rivolge al medico e il 36,2% al farmacista.

I dati indicano che non c'è mai un tuffo nel buio, una iniziativa sregolata o comunque priva delle indicazioni di esperti: la netta maggioranza ha sicuramente sentito il medico o il farmacista la prima volta che aveva certi disturbi e voleva un farmaco. Alla radice originaria dei comportamenti di auto-

Opinioni sull'autocura in caso di piccoli disturbi: confronto 2007-2017

Secondo Lei, in caso di piccoli disturbi, ci si può curare da soli?	2007 %	2017 %	Diff. % 2007-2017
Sì	64,1	73,4	+9,3
Perché:			
Ognuno conosce i propri disturbi e le risposte adeguate	55,6	56,5	+0,9
È il modo più rapido	8,5	16,9	+8,4
No	35,9	26,6	-9,3
Perché:			
Occorre sempre rivolgersi al medico per sicurezza	27,0	21,6	-5,4
È meglio chiedere consiglio al farmacista	8,9	5,0	-3,9

FONTE: INDAGINE CENSIS, 2007-2017.

“ L’automedicazione in Italia è informata, consapevole, responsabile, fondata su un approccio cauto al farmaco da banco ”

medicazione con l’autonoma assunzione di farmaci da banco c’è sempre e comunque per la maggioranza degli italiani un consulto medico e relative indicazioni.

Questa è una caratteristica di maturità e responsabilità degli italiani che contrasta con ogni semplificazione che insiste sulla propensione all’iperconsumo individualista, quasi da soggettività deregolata. Invece, gli italiani confermano quanto emerso già in ricerche realizzate all’inizio degli anni Ottanta quando il rapporto degli italiani con il farmaco da banco si distingueva nettamente da quello tipico degli americani, segnato da una propensione a moltiplicare senza freni il consumo individuale.

Altra dimensione del rapporto con il farmaco di automedicazione emerge dal grado di conoscenza del simbolo distintivo apposto sulla confezione dei farmaci da banco, vale a dire il bollino rosso che sorride: il 62,3% degli italiani dichiara di conoscerlo. Quanto al significato emerge che:

- il 68,3% dei cittadini ricorda che si tratta di un farmaco senza obbligo di ricetta medica, distinto da quelli con obbligo di prescrizione medica;
- il 64,7% che è un farmaco sicuro, controllato;
- il 62,8% che è un farmaco che si può prendere da soli, ma se sorgono dubbi è meglio rivolgersi al medico o al farmacista;
- il 61,7% che è un farmaco e non un prodotto di consumo qualunque.

Sono tutti tasselli di un rapporto con il farmaco lontano da ogni banalizzazione del consumo come fosse un bene qualunque.

Altro tema chiave è quello dei benefici generati dall’automedicazione, che possono essere immediatamente compresi dai seguenti dati:

- tra le persone che hanno piccoli disturbi e ricorrono ai farmaci da banco, per 17,6 milioni l’ultima volta che hanno fatto ricorso al farmaco, esso è risultato decisivo o impor-

tante per guarire e poter svolgere le proprie attività;

- considerando l’economia, 15,4 milioni di lavoratori l’ultima volta che hanno avuto piccoli disturbi sono potuti restare a lavorare grazie al ricorso al farmaco di automedicazione che li ha guariti;
- per il Servizio Sanitario Nazionale (SSN), sono 17 milioni gli italiani che soffrono con grande frequenza di piccoli disturbi che ne condizionano la vita quotidiana e che grazie al ricorso a farmaci da banco non si rivolgono a operatori o strutture del SSN. Se così non fosse, sarebbe a rischio la tenuta stessa del Servizio Sanitario.

Sono benefici rilevanti, tangibili, di ordine economico e di impatto sulla qualità della vita delle persone, che troppo spesso sono poco considerati; così come non si valuta con la dovuta rilevanza il positivo contributo a un Servizio Sanitario già stressato e con crescenti difficoltà di accesso per i cittadini.

I dati certificano, in modo inequivocabile, l’alto valore del contributo socio-economico e alla qualità della vita dell’utilizzo dei farmaci da banco.

Altri dati che aiutano a enucleare il valore sociale dell’automedicazione sono relativi ad aspetti di funzionalità dei medicinali da banco, legati alla possibilità di averli disponibili nei momenti di effettiva necessità. Infatti, l’83,8% degli italiani considera i farmaci senza obbligo di ricetta utili nella propria vita, perché sono una risposta rapida e sicura ai piccoli disturbi; ed è quasi il 54% a dichiarare di avere l’abitudine di portare in borsa, nel portafogli, ecc. farmaci per piccole patologie, dal mal di testa alla gastrite.

Il rapporto individuale, soggettivo con il farmaco, quindi, risponde a criteri di utilità quotidiana e, al contempo, genera un beneficio sociale evidente, per i singoli e per la collettività, tanto più nella sanità che sempre più stenta a trovare equilibri virtuosi tra fabbisogni sanitari e risorse disponibili. ■

Aspetti della cultura sociale collettiva nel rapporto con il farmaco da banco

In caso di piccoli disturbi e ricorso a farmaci senza obbligo di ricetta medica:	%
La prima volta che prende un farmaco senza obbligo di ricetta si rivolge a medico e/o farmacista	70,4
Di solito legge il foglietto illustrativo	83,1
Di solito il foglietto illustrativo è facilmente leggibile e comprensibile	68,4
Dopo preso il farmaco per qualche giorno, se il piccolo disturbo non passa si rivolge al medico	88,5
Dopo preso il farmaco per qualche giorno se il piccolo disturbo non passa si rivolge al farmacista	36,2

Il totale non è uguale a 100 perché erano possibili più risposte.

FONTE: INDAGINE CENSIS, 2017.

Chi è?



Francesco Maietta
è Responsabile dell’Area
Politiche Sociali del Censis

L'INTERVISTA

L'automedicazione dalla parte delle donne

A COLLOQUIO CON **ROSSELLA NAPPI**,
PROFESSORE ORDINARIO DI CLINICA OSTETRICA E GINECOLOGICA
DELL'UNIVERSITÀ DI PAVIA - IRCCS POLICLINICO SAN MATTEO

Attenta alla salute personale e dei propri cari e sempre alla ricerca di rimedi che preservino il benessere. La donna di oggi non è, in questo, tanto diversa dalle nostre nonne, se non per un ritmo di vita più frenetico, e per avere a disposizione qualche strumento in più per affrontare i piccoli disturbi femminili, come spiega in questa intervista Rossella Nappi, professore ordinario di Clinica Ostetrica e Ginecologica dell'Università di Pavia - IRCCS Policlinico San Matteo.

Professoressa Nappi, che impatto ha lo stile di vita attuale sul benessere delle donne?

I ritmi frenetici influenzano molti aspetti del benessere psico-fisico femminile, che è frutto di un equilibrio meraviglioso. In particolare, lo stress è il nemico numero uno della regolarità del ciclo mestruale e del ritmo del sonno, favorendo una serie di piccoli disturbi sul versante del tono dell'umore. Ansia, irritabilità, affaticamento, tensione diffusa sono disturbi epidemici per la donna di oggi, soprattutto dopo i 35-40 anni.

Ma le ragazze che cosa fanno del proprio corpo? E quali sono le loro fonti di informazione?

Non fanno molto. Apprendono soprattutto dai pari, amici, compagni di scuola, e in rete, dove sarebbe possibile intercettarle, scegliendo con cura pochi messaggi chiari da veicolare. Le società scientifiche di ginecologia dovrebbero indicare i temi fondamentali e il Ministero della Salute farsene promotore.

Il ciclo è uno spartiacque nella vita delle ragazze e un momento delicato nella vita di ogni donna. Come affrontarlo?

Il ciclo, con dolore mestruale e mal di testa, può essere affrontato con qualche analgesico e antinfiammatorio ad azione sintomatica. I dolori mestruali, la dismenorrea e la sindrome premestruale possono essere gestiti attraverso il ricorso occasionale agli antinfiammatori non steroidei. Ma se il dolore persiste per qualche giorno e si ripete nel tempo allora si deve consultare il medico perché può essere spia di altre patologie.



“ I ritmi frenetici influenzano molti aspetti del benessere psico-fisico femminile ”

E contro il mal di testa?

In effetti, l'emicrania colpisce più le donne, per le quali la soglia del dolore tende ad abbassarsi proprio quando il ciclo è in arrivo. Le crisi di cefalea premestruale e mestruale possono essere invalidanti e condizionano la vita scolastica e lavorativa. La maggior parte di chi ne soffre utilizza analgesici da banco, ma se si superano i dieci analgesici al mese bisogna consultare certamente il medico. ■

Chi è?



Rossella Nappi è professore ordinario di Clinica Ostetrica e Ginecologica dell'Università di Pavia - IRCCS Policlinico San Matteo.



FEDERCHIMICA
ASSOSALUTE

Associazione nazionale farmaci di automedicazione

Direttore Responsabile:
Claudio Benedetti

Registrazione
Tribunale di Milano
(N. REG. 712 del 01/12/03)

Via Giovanni da Procida, 11
20149 Milano
tel. 02/345.65.251 fax 02/345.65.621
assosalute@federchimica.it
www.assosalute.info
www.semplicementesalute.it

Redazione a cura di:
Galileo servizi editoriali - Roma
www.galileoedit.it

Stampa: BineEditoreGroup.
Corso di Porta Vittoria 43 - Milano