

# RACCOMANDAZIONI PER COINVOLGERE IL PAZIENTE BPCO NELLA GESTIONE DELLA SUA CONDIZIONE

a cura della Redazione

Commento a: Cravo A, Attar D, Freeman D, Holmes S, Ip L, Singh SJ. The Importance of Self-Management in the Context of Personalized Care in COPD. *Int J Chron Obstruct Pulmon Dis.* 2022 Jan 22;17:231-243. doi: 10.2147/COPD.S343108. PMID: 35095272; PMCID: PMC8791295.

La broncopneumopatia cronica ostruttiva (BPCO) è una patologia progressiva dalle molte facce: non solo segue un decorso progressivo a livello di funzionalità respiratoria, ma può anche comportare una degenerazione della salute mentale (1). Inoltre, molti pazienti falliscono nel riconoscere i segni d'esordio di un'esacerbazione, causando un ritardo nell'ingresso in scena di una figura professionale e l'impiego di misure d'emergenza più importanti. A tutto ciò consegue un maggior coinvolgimento del servizio sanitario, un maggior carico sulle famiglie e anche un maggiore tasso di morbilità e mortalità per il paziente stesso. In questo contesto, spronare i pazienti verso una gestione più autonoma della loro condizione e fornire informazioni utili per un buon automonitoraggio può rivelarsi una soluzione utile ed efficace per stimolarne il benessere fisico e mentale, oltre che alleviare l'impatto socio-economico.

Si definisce con *self-management* (autogestione/gestione autonoma) un qualsiasi programma formale di educazione del paziente volto a coinvolgerlo nella gestione della propria malattia e a instaurare una spinta motivazionale positiva (2,3). Gli interventi di *self-management* possono essere di vario tipo: dal fornire un semplice opuscolo informativo a consigliare programmi strutturati di allenamento fisico, con componenti cognitivo-comportamentali, che possono essere o no associati al supporto di operatori sanitari. Purtroppo, questa risorsa rimane

anche oggi largamente sottoutilizzata. L'Iniziativa Globale per le Malattie Polmonari Croniche Ostruttive (GOLD) sostiene che i programmi formali di self-management dovrebbero invece diventare parte integrante della gestione di BPCO, in particolare modo per i soggetti a rischio di esacerbazione.

Vari studi hanno dimostrato che, sebbene ci sia un'eterogeneità di metodi e di esiti, i benefici di un approccio più autonomo nella gestione della BPCO si manifestano su vari livelli: una migliore qualità della vita e salute mentale, una minor durata delle esacerbazioni e una minor frequenza di ospedalizzazione, il tutto proporzionalmente alla durata dell'intervento (da 1 giorno a 2 anni). Gli autori di questo articolo elencano sei raccomandazioni chiave per instaurare una buona pratica di *self-management*:

- 1) migliorare la formazione degli operatori sanitari sulla gestione della malattia e sulla capacità di consultazione;
- 2) ristabilire obiettivi e priorità per risultati incentrati sul paziente;
- 3) condividere, coltivare e sviluppare le migliori pratiche all'interno delle reti di cure primarie;
- 4) identificare le carenze che ostacolano una gestione più autonoma;
- 5) migliorare le consultazioni iniziali per stabilire una pratica di autogestione ottimale fin dall'inizio;
- 6) negoziare e condividere dei piani di autogestione al momento della diagnosi.

## Bibliografia

1. Pumar MI, Gray CR, Walsh JR, Yang IA, Rolls TA, Ward DL. Anxiety and depression—Important psychological comorbidities of COPD. *J Thorac Dis.* 2014 Nov;6(11):1615–31.
2. Effing TW, Vercoulen JH, Bourbeau J, Trappenburg J, Lenferink A, Cafarella P, et al. Definition of a COPD self-management intervention: International Expert Group consensus. *Eur Respir J.* 2016 Jul;48(1):46–54.
3. Bourbeau J, Julien M, Maltais F, Rouleau M, Beaupré A, Bégin R, et al. Reduction of hospital utilization in patients with chronic obstructive pulmonary disease: a disease-specific self-management intervention. *Arch Intern Med.* 2003 Mar 10;163(5):585–91.

