



**Rinforzare la competenza
di salute grazie agli ospedali
favorevoli all'auto-aiuto**



AUTOAIUTOSVIZZERA

Cosa si intende per ospedale favorevole all'auto-aiuto?

In un ospedale favorevole all'auto-aiuto si crea una collaborazione tra personale ospedaliero da un lato, e i gruppi di auto-aiuto dall'altro. Tutti beneficiano di questa cooperazione.

I sei criteri di qualità

Elaborati dalle persone interessate, dai loro familiari e dai centri di auto-aiuto, i criteri costituiscono uno strumento orientativo per la promozione dell'auto-aiuto all'interno dell'ospedale e garantiscono uno standard di qualità riconosciuto a livello nazionale.

1. **Consentire ai gruppi di auto-aiuto di presentarsi, ad esempio con materiale informativo nell'area di ingresso.**
2. **Al momento opportuno, informare le pazienti e i pazienti e i loro familiari della possibilità di partecipare a un gruppo di auto-aiuto, p.es. al momento della dimissione.**
3. **Dare informazioni sulla collaborazione tra l'ospedale e l'auto-aiuto, sia sui canali di comunicazione interni all'ospedale che esterni, p.es. sul sito web.**
4. **Nominare una persona di riferimento per l'auto-aiuto disponibile all'interno dell'ospedale. I suoi dati di contatto sono accessibili al personale e alle/ai pazienti, e viene definito chi la sostituisce in caso di assenza.**
5. **Garantire lo scambio periodico di informazioni e di esperienze tra i gruppi di auto-aiuto, il centro regionale di auto-aiuto e l'ospedale.**
6. **Consentire ai gruppi di auto-aiuto di essere parte attiva per mettere a disposizione le loro conoscenze in quanto «esperti per esperienza».**

I RISCONTRI DA PARTE DEI GRUPPI DI AUTO-AIUTO OFFRONO INDICAZIONI PREZIOSE PER MIGLIORARE LE PROCEDURE DI TRATTAMENTO.



Per una cooperazione duratura volta a favorire l'auto-aiuto negli ospedali

Il progetto «**Competenza di salute grazie agli ospedali favorevoli all'auto-aiuto**» promuove la collaborazione tra centri di auto-aiuto regionali, gruppi di auto-aiuto e ospedali. La partecipazione a gruppi di auto-aiuto rafforza le competenze di salute sia delle pazienti e dei pazienti sia dei loro familiari.

Descrizione del progetto

Il progetto «Competenza di salute grazie agli ospedali favorevoli all'auto-aiuto» intende promuovere l'auto-aiuto come complemento alle cure ospedaliere e di assistenza post-terapeutica.

Al centro del progetto vi è l'intenzione di costruire e consolidare in modo duraturo la collaborazione dell'ospedale con la rete di auto-aiuto.

In tale ottica, l'ospedale o la clinica e il centro di auto-aiuto regionale sottoscrivono un accordo di cooperazione. Si tratta di un impegno strategico volto a promuovere l'auto-aiuto in ospedale.

A tale scopo le/gli esperti hanno definito sei criteri di qualità. Le misure necessarie per soddisfare questi criteri di qualità vengono elaborate congiuntamente dalle parti coinvolte nella cooperazione, o selezionate tra le proposte esistenti.

Un elemento centrale del processo è rappresentato dalla collaborazione alla pari con le/i rappresentanti dei gruppi di auto-aiuto.

Le misure elaborate sono riepilogate in un elenco, che definisce come procedere concretamente per raggiungere i criteri di qualità.

Se le misure vengono attuate con successo e soddisfano i sei criteri di qualità, è possibile richiedere ad Auto-aiuto Svizzera il riconoscimento «Favorevole all'auto-aiuto».

Lo scopo del progetto è...

... che tutte le pazienti e che tutti i pazienti, oltre che i loro familiari e le professioniste e i professionisti del settore sanitario riconoscano i vantaggi dell'auto-aiuto;

... che le pazienti e i pazienti, insieme ai loro familiari, siano motivati ad accrescere le proprie competenze in materia di salute partecipando a gruppi di auto-aiuto.

Vantaggi della promozione dell'auto-aiuto negli ospedali

Il progetto contribuisce a rafforzare la prevenzione secondaria e terziaria in ogni fase del processo di cura: permette di colmare le lacune nell'assistenza post-terapeutica, promuove l'interprofessionalità, aiuta a garantire la qualità e integra le conoscenze specialistiche con l'esperienza diretta.

Perché un riconoscimento?

Il riconoscimento dimostra l'impegno dell'ospedale a favore dell'auto-aiuto, impegno che viene radicato nell'organizzazione sul lungo periodo. Il riconoscimento rafforza la fiducia e rappresenta una garanzia di qualità.

Un beneficio per tutte e tutti

Chi è direttamente toccato dal problema è una/un «esperto per esperienza». Unendo le conoscenze professionali e le esperienze delle persone interessate, si ottiene una visione più ampia delle malattie e della salute.

Benefici per le pazienti e i pazienti e i loro familiari

- **Varietà dell'offerta:** le pazienti e i pazienti, insieme ai loro familiari, ricevono importanti informazioni e sostegno durante e dopo la degenza in ospedale o in clinica. In un momento in cui negli ospedali il tempo a disposizione per le pazienti e i pazienti continua a diminuire, i gruppi di auto-aiuto rappresentano un importante complemento nella rete sociale.
- **Riconoscimento come «Favorevole all'auto-aiuto»:** rafforza la fiducia delle pazienti e dei pazienti e dei loro familiari.
- **Aumento delle competenze:** accedendo a un gruppo di auto-aiuto, le pazienti e i pazienti, insieme ai loro familiari, trovano comprensione e sostegno nella gestione di malattie e situazioni di vita difficili.
- **Benefici per la salute:** stando allo studio «Gemeinschaftliche Selbsthilfe in der Schweiz»* (L'auto-aiuto in Svizzera, disponibile in tedesco e francese), la partecipazione a un gruppo di auto-aiuto riduce le preoccupazioni legate alla malattia e aiuta le persone interessate ad interagire in modo più efficace con l'assistenza professionale (compliance). Rafforza inoltre i legami sociali.



I GRUPPI DI AUTO-AIUTO ALLEGGERISCONO IL COMPITO DEL PERSONALE SANITARIO E SOCIALE.



L'auto-aiuto rinforza l'integrazione del paziente come un vero partner delle cure.

Valore aggiunto per l'ospedale

- **Alleggerimento per il personale sanitario:** chi partecipa ai gruppi di auto-aiuto si sostiene a vicenda nelle questioni quotidiane pratiche e dal punto di vista psicosociale. Ciò rende più semplici i colloqui con le pazienti e i pazienti.
- **Offerta di assistenza post-terapeutica:** i gruppi di auto-aiuto offrono un importante sostegno dopo la dimissione dall'ospedale.
- **Standard di qualità:** l'accordo di cooperazione, le misure per la sua attuazione e il riconoscimento «Favorevole all'auto-aiuto» dimostrano che l'ospedale adotta best practice e ne rafforzano l'immagine.
- **Aumento delle competenze:** la collaborazione diretta con chi partecipa ai gruppi di auto-aiuto fornisce indicazioni per una presa a carico delle pazienti o dei pazienti efficiente e orientata ai loro bisogni.
- **Ampliamento dell'offerta durante il ricovero, grazie alla partecipazione ai gruppi di auto-aiuto:** è stato dimostrato che anche i familiari hanno un grande bisogno di scambio e orientamento. Se le pazienti e i pazienti necessitano di un trattamento ospedaliero prolungato o ripetuto, i familiari possono beneficiare della partecipazione a un gruppo di auto-aiuto già durante il ricovero in clinica.

* Lucia M. Lanfranconi, Jürgen StremLOW, Hakim Ben Salah e René Knüsel (ed.): Gemeinschaftliche Selbsthilfe in der Schweiz. Bedeutung, Entwicklung und ihr Beitrag zum Gesundheits- und Sozialwesen. Berna: Hogrefe 2017.

Il percorso per diventare un ospedale favorevole all'auto-aiuto

Il riconoscimento «Favorevole all'auto-aiuto» viene conferito agli ospedali che, in collaborazione con i gruppi di auto-aiuto e i centri regionali di auto-aiuto, attuano con successo le misure per soddisfare i criteri di qualità.

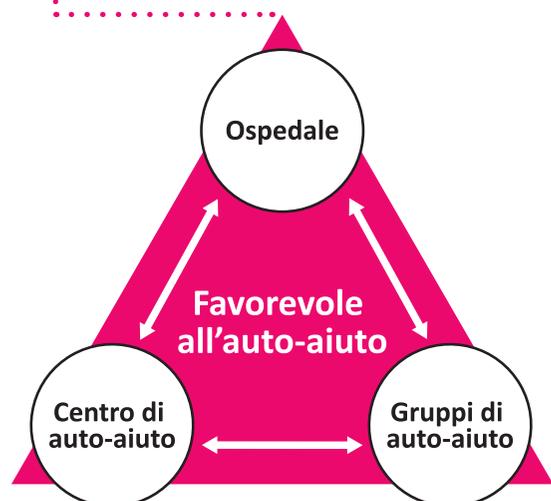
Il percorso per il riconoscimento

L'ospedale sottoscrive un accordo di cooperazione con il centro regionale di auto-aiuto.

Le pazienti e i pazienti, insieme ai loro familiari, che partecipano ai gruppi di auto-aiuto sono coinvolti per creare un «triangolo di cooperazione». Le rappresentanti e i rappresentanti dell'ospedale, dei gruppi di auto-aiuto e del centro regionale di auto-aiuto collaborano come un team alla pari.

Nel triangolo di cooperazione **Ospedale – Centro di auto-aiuto – Gruppi di auto-aiuto**, viene elaborato un elenco di misure mirato per mettere in pratica in modo duraturo i criteri di qualità. Nelle periodiche occasioni di confronto, è possibile ridefinire le misure laddove sia necessario.

Dopo che le misure sono state attuate con successo per almeno un anno, si svolge una riunione di valutazione strutturata in seno al triangolo di cooperazione. Una volta documentata la valutazione nella forma prescritta, l'ospedale può presentare ad Auto-aiuto Svizzera la richiesta del riconoscimento «Favorevole all'auto-aiuto».



Il riconoscimento ha una validità di due anni e può essere successivamente rinnovato.

Ampio sostegno su tutto il territorio svizzero

Sono 22 i centri regionali e cantonali di auto-aiuto che sostengono i gruppi di auto-aiuto con consulenza, mediazione, infrastruttura e formazione continua. Questi sono raggruppati nella fondazione Auto-aiuto Svizzera, l'unica organizzazione a livello nazionale che favorisce l'auto-aiuto sulle tematiche più disparate.

Auto-aiuto Svizzera è la promotrice del progetto «Competenza di salute grazie agli ospedali favorevoli all'auto-aiuto». L'attuazione del progetto a livello nazionale è cofinanziata da Promozione Salute Svizzera nell'ambito del programma «Prevenzione nell'ambito delle cure» per il periodo 2021–2024. L'attuazione a livello locale è gestita dai centri regionali di auto-aiuto.

PARTECIPANDO AL GRUPPO DI AUTO-AIUTO HO IMPARATO AD AFFRONTARE MEGLIO LA MIA VITA QUOTIDIANA.



Maggiori informazioni sul progetto

www.selbsthilfefreundlichkeit.ch
www.hopital-et-groupesdentraide.ch

Direzione nazionale del progetto e coordinamento

Auto-aiuto Svizzera
Laufenstrasse 12
4053 Basilea
Tel. 061 333 86 01
selbsthilfefreundlichkeit@selbsthilfes Schweiz.ch

Attuazione del progetto a livello regionale

Il progetto è attuato dai centri regionali di auto-aiuto:
www.autoaiutosvizzera.ch/nella-tua-regione

Il progetto «Competenza di salute grazie agli ospedali favorevoli all'auto-aiuto» è realizzato in collaborazione con Promozione Salute Svizzera nell'ambito del sostegno di progetti PADC:



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

La **prevenzione nell'ambito delle cure (PADC)** promuove e sostiene lo sviluppo e il consolidamento dei percorsi di salute lungo tutta la catena di presa a carico per le persone già malate o quelle con un alto rischio di contrarre malattie.

Il **sostegno di progetti PADC** promuove gli interventi innovativi e le moltiplicazioni nelle tematiche prioritarie delle malattie non trasmissibili (MNT), delle dipendenze e delle malattie psichiche, al fine di rafforzare le pratiche di prevenzione nell'ambito delle cure e di consolidarle a lungo termine nel sistema sanitario svizzero.



AUTOAIUTOSVIZZERA