Psicologia in cronicità: attività e obiettivi a supporto dei pazienti

*Intervista a **Mara Lastretti**, psicologa, psicoterapeuta e coordinatrice dell'Osservatorio di Psicologia in Cronicità*

I **pazienti cronici** hanno necessità di cura che vanno oltre gli aspetti prettamente fisici e che richiedono **terapie psicologiche specifiche**. Da questo assunto parte l'attività dell'**Osservatorio Psicologia in Cronicità** (OPC), nato come progetto dell'Ordine degli Psicologi del Lazio, che da anni persegue importanti obiettivi a diversi livelli.

La prevenzione della cronicità

La tematica della cronicità è diventata oggi di grande attualità, come sottolineato da **Mara Lastretti**, Psicologa, Psicoterapeuta e Coordinatrice dell'Osservatorio di Psicologia in Cronicità, ricordando che "si parla tantissimo di cronicità: abbiamo anche un Piano Nazionale della Cronicità, poi ogni Regione ha anche un piano Regionale della Cronicità" in cui rientra la **prevenzione primaria**, indirizzata a evitare patologie croniche. È complessa da portare avanti, ma essenziale anche per **ridurre gli elevati costi sanitari** che la cronicità comporta. Con la **prevenzione secondaria**, invece, l'attenzione si sposta alla gestione precoce ed efficace della malattia, con lo scopo di **evitare lo sviluppo di complicanze**, attraverso "**modelli di intervento integrati multiprofessionali** che possano sostenere il paziente", specifica Lastretti.

L'impatto psicologico della diagnosi di malattia cronica

La **diagnosi di una patologia cronica** implica l'assunzione di **nuovi stili di vita** da parte del paziente, quindi di cambiamenti significativi in vari ambiti della quotidinatià che includono, ad esempio, le **abitudini alimentari** e la **somministrazione delle terapie**. "La diagnosi rappresenta uno spartiacque - chiarisce Lastretti - e cercare di **conservare il più possibile nelle cronicità la qualità di vita** diventa di prioritaria importanza".

I motivi della **mancata aderenza terapeutica** sono spesso di **natura psicologica** e la **pandemia ha peggiorato la situazione**, causando una grossa riduzione delle cure rivolte ai malati cronici e un aggravamento dei **problemi emotivi e psicologici**. Come previsto dal **PNRR** e dai cospicui fondi indirizzati proprio alle persone con cronicità, la Sanità punta a superare queste difficoltà con il potenziamento, fra l'altro, dell'**assistenza domiciliare**, ma anche con il mantenimento parziale del ricorso alla **telemedicina**. Questo strumento, infatti, è stato molto **apprezzato dai pazienti cronici**, come appare da uno studio realizzato da OPC e Regione Lazio, perché in periodo di pandemia ha permesso di sentirsi **più vicini al proprio medico**. Anche al di là dell'emergenza sanitaria, la telemedicina può rivelarsi in certi casi utile a **facilitare la continuità terapeutica**, evitando ai pazienti di affrontare complicati spostamenti per effettuare una visita.

Gli obiettivi di OPC

In questo contesto OPC porta avanti 3 obiettivi fondamentali, ovvero "**formare i colleghi alla psicologia della cronicità, andare nelle istituzione per scrivere i programmi** e poi - prosegue Lastretti - **far conoscere soprattutto ai cittadini che ci sono questi servizi**, che c'è una rete di psicologi dedicati".

Questi obiettivi vengono perseguiti tramite il coinvolgimento di diverse figure, partendo dagli **psicologi**, che vanno formati per rispondere al meglio alle esigenze attuali. Ricopre un ruolo fondamentale anche l'interazione con le **Istituzioni** come avvenuto, ad esempio, con lo studio svolto in collaborazione con la Regione Lazio e con il Piano sulla malattia diabetica. Inoltre, partecipano attivamente al percorso di OPC **Associazioni dei Pazienti e società scientifiche**, attraverso la creazione di diverse partnership.

L'attività stessa di OPC parte proprio dalle **esigenze dei pazienti** che vivono sulla loro pelle tutte le problematiche connesse alla gestione di una malattia cronica e che necessitano di un **supporto adeguato** alla **sfera psicologica** per rendere più affrontabile la rivoluzione esistenziale che avviene dopo la diagnosi e che colpisce gli equilibri personali ma anche familiari. Come ricorda Lastretti, sono proprio le Associazioni dei Pazienti che in molti casi mettono a disposizione degli iscritti un **intervento psicologico mirato** e favoriscono i rapporti tra le Istituzioni e OPC, che può così offrire il proprio contributo nel redigere la **documentazione per l'erogazione dei servizi su scala regionale**.

Oltre a un ruolo istituzionale, OPC si pone come fondamentale obiettivo **farsi conoscere dai cittadini**, creando iniziative ad hoc come '**I Salotti di OPC**'. All'interno di questo format sono **intervistati personaggi pubblici** come Giorgia Solieri, Daniela Poggi e Jessica Zanardo. I momenti di dialogo permettono di **mettere in luce le difficoltà riscontrate** e **il contributo offerto da un aiuto psicologico** nel riuscire ad affrontare, ad esempio, un grande ritardo diagnostico, determinato anche da una sottovalutazione della malattia, oppure la complessa relazione con una madre affetta da Alzheimer.

Da queste e altre attività emerge una sempre maggiore presa di coscienza da parte dei pazienti cronici delle problematiche psicologiche a cui vanno incontro; è importante che questa **esigenza di assistenza** trovi una **risposta rapida e adeguata**, lavoro che OPC porta avanti con professionalità e passione.

Source URL: *https://www.novartis.com/it-it/il-paziente/area-dedicata-ai-pazienti-e-alle-associazioni-pazienti/benessere-psicofisico/psicologia-cronicita-attivita-e-obiettivi-supporto-dei-pazienti*

List of links present in page

- https://www.novartis.com/it-it/it-it/il-paziente/area-dedicata-ai-pazienti-e-alle-associazioni-pazienti/benessere-psicofisico/psicologia-cronicita-attivita-e-obiettivi-supporto-dei-pazienti

- https://cronicita.ordinepsicologilazio.it/