



PRO.M.I.S.

Programma Mattone Internazionale Salute



«CORSO DI FORMAZIONE PRATICO SULL'UTILIZZO DELLO STRUMENTO SUNFRAIL»

23 E 30 GIUGNO 2021

Isabella roba – A.Li.Sa. sistema sanitario ligure



CORSO DI FORMAZIONE PRATICO SULL'UTILIZZO DELLO STRUMENTO SUNFRAIL



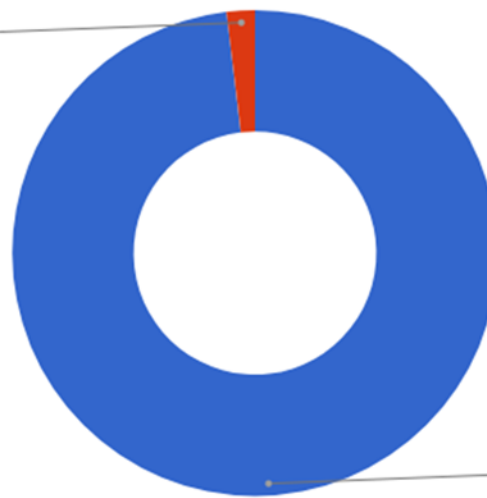
Sunfrail Tool	SI	NO
Assume 5 o più farmaci?	45%	55%
Ha perso involontariamente peso?	21,3%	78,8%
La sua condizione fisica l'ha costretta a camminare meno?	48%	52%
E' stata visitata dal suo MMG nell'ultimo anno?	65%	35%
E' caduta/o una o più volte?	22,2%	77,8%
Ha notato una riduzione della memoria?	47,2%	52,8%
In caso di bisogno può contare su qualcuno?	98,1%	1,9%
Si è sentito solo per la maggior parte del tempo?	12%	87,5%
Ha avuto difficoltà economiche nell'affrontare le spese sanitarie?	19,7%	80%

CORSO DI FORMAZIONE PRATICO SULL'UTILIZZO DELLO STRUMENTO SUNFRAIL



In caso di bisogno può contare su qualcuno?

NO
1,9%



SI
98,1%

CORSO DI FORMAZIONE PRATICO SULL'UTILIZZO DELLO STRUMENTO SUNFRAIL



- Assume 5 o più farmaci?

La polifarmacoterapia sarebbe associata a:

- declino funzionale negli anziani, inteso come una riduzione delle capacità di portare a termine le normali attività della vita quotidiana (Magaziner, 1989);
- degenerazione cognitiva, intesa sia come comparsa di *delirium* e/o demenza, è stata associata alla polifarmacoterapia (Maher, 2013);
- aumento di rischio di cadute, con conseguente incremento di morbilità e mortalità nell'anziano, in particolar modo per alcune specifiche classi di farmaci (Maher, 2013);
- effetti sullo stato nutrizionale con aumentato rischio di malnutrizione (Jyrkkä, 2011).

La riconciliazione terapeutica andrebbe svolta ad ogni transizione nel percorso di cura e ha l'obiettivo di ridurre gli errori medici (Joint Commission, 2006). La procedura può essere schematizzata e divisa in tre diverse fasi (Porcelli, 2010):

- creazione di una lista completa e accurata dei medicinali assunti dal paziente al momento;
- confronto tra la terapia seguita dal paziente e quella che si vuole impostare;
- comunicazione al paziente della nuova terapia.

Deprescribing si intende il processo di sospensione o diminuzione di un farmaco inappropriato, con l'obiettivo di minimizzare i rischi e migliorare i risultati clinici (Scott, 2015). E' uno strumento efficace per ridurre l'uso inappropriato dei farmaci e non a caso recentemente è stata prodotta una crescente quantità di dati riguardo all'efficacia del deprescribing nella popolazione anziana (Garfinkel, 2015).

I dati a disposizione (Reeve, 2014) suggeriscono che il deprescribing produce più benefici che rischi, e che può quindi essere effettuato in sicurezza. Un'adeguata pianificazione, ad esempio prevedendo una fase iniziale di diminuzione graduale della dose, e con un monitoraggio dopo l'interruzione, eventualmente reintroducendo il farmaco se la condizione patologica dovesse ripresentarsi.

CORSO DI FORMAZIONE PRATICO SULL'UTILIZZO DELLO STRUMENTO SUNFRAIL



Esempi di strumenti a supporto del processo:

STOPP-START

Screening Tool Of Older People's Prescriptions (STOPP)
Screening Tool to Alert to Right Treatment (START)

- I criteri STOPP sono 80: identificano farmaci da sospendere nell'anziano perché sbagliati per posologia o durata della terapia o ingiustificati perché mancanti di indicazione clinica.

I criteri START sono 34: identificano farmaci con potenziale beneficio per il trattamento o la prevenzione di una malattia.

CORSO DI FORMAZIONE PRATICO SULL'UTILIZZO DELLO STRUMENTO SUNFRAIL



- Utente 83 anni vive con un figlio adulto ma disabile psichico. Utente con insuff. cardiaca, obesa, ipotiroidea , ipercolesterolemia, ipertensione
- Sunfrail positivo x :assunzione di farmaci superiore a 5
- La sua condizione fisica l'ha costretta a camminare meno
- se è caduta una o piu' volte
- sunfrail negativo alla domanda se è stata visitata dal suo medico
- Risposta negativa "in caso di bisogno può contare su qualcuno"
- 1° domanda è stata molto complessa regolare l'assunzione dei farmaci sia nelle tipologie (assunzione dello stesso farmaco con nome commerciale e generico pensando fossero diversi) sia negli orari di assunzione, eseguita educazione alla responsabilità dell'autocura
- 2° coordinato con il MMG approfondimenti x dispnea a riposo, tramite controlli specialistici, ematici, educazione alimentare per ridurre obesità e ipercolesterolemia
- 3° visita geriatrica per individuare un possibile decadimento cognitivo, cadute provocate da assunzione di farmaci come benzodiazepine
- eseguita visita congiunta piu' volte con il MMG x controllo/modifica del piano terapeutico mirato e successivi monitoraggi.
- 4° Situazione molto complessa per la presenza del figlio disabile psichico, per la lontananza del centro del paese lontana dai negozi senza mezzi di trasporto vicino e per il carattere estremamente riservato della signora



- **Ha perso involontariamente peso?**

La genesi della malnutrizione nell'anziano è multifattoriale e i fattori che la causano sono:

- fattori nutrizionali (abitudini e consumi alimentari inadeguati o insufficienti, diminuzione dell'appetito, interazione farmaci-nutrienti, prescrizioni
- dietetiche restrittive e/o inadeguate);
- fattori clinici (edentulia e cattiva gestione della protesi, nausea/vomito, malassorbimento, diarrea protratta, patologie croniche o oncologiche);
- fattori neuropsichiatrici (delirium, depressione, deficit funzionali, disfagia, demenza e altri disturbi neurologici);
- fattori sociali (livello culturale, povertà, assistenza inadeguata ai pasti)

CORSO DI FORMAZIONE PRATICO SULL'UTILIZZO DELLO STRUMENTO SUNFRAIL



Lo strumento di primo approccio da affiancare al Sunfrail tool potrebbe essere il **Mini Nutritional Assessment (MNA)** ha l'obiettivo di determinare chi è a rischio di malnutrizione e quindi consentire un intervento nutrizionale precoce.

Comprende:

- valutazione antropometrica (peso, altezza e perdita di peso) valutazione generale (stile di vita, terapia e mobilità)
- valutazione dietetica (numero di pasti, assunzione di cibo e liquidi)
- autonomia dell'autovalutazione alimentare (auto percezione della salute e della nutrizione).



CORSO DI FORMAZIONE PRATICO SULL'UTILIZZO DELLO STRUMENTO SUNFRAIL

- 2° caso Sigra R.J.G. vedova vive sola senza parenti ne' figli.
- Sunfrail positivo alla domanda ha perso involontariamente peso?
- coordinato con il MMG esami ematici, delle feci e radiologici per sondare problematiche di tipo tumorale.
- tumore presente al retto coordinato tutte le visite oncologiche insieme al MMG ulteriori accertamenti richiesti, organizzato tutti i trasporti in ambulanza, durante il ricovero tenuti contatti con i Medici con il nostro assistente sociale con il quale si è concordato di inserire una assistente al domicilio 2 volte alla settimana.
- Il post operatorio molto rapido per intervento ben riuscito in laparoscopia, dimessa dopo una settimana. Parametri monitorati fino a quando la condizione non si è stabilizzata. per l'impossibilità della signora di provvedere alle sue necessità in prima persona l'assistente sociale le ha richiesto ed ottenuto l'amministratore di sostegno.

CORSO DI FORMAZIONE PRATICO SULL'UTILIZZO DELLO STRUMENTO SUNFRAIL



Mediterranean Diet Pyramid: a lifestyle for today
Guidelines for Adult population

Serving size based on frugality and local habits



Wine in moderation and respecting social beliefs



© 2010 Fundación Dieta Mediterránea
The use and promotion of this pyramid is recommended without any restriction

2010 edition



Fundación
Dieta Mediterránea

ICAF
International Commission on the
Anthropology of Food and Nutrition



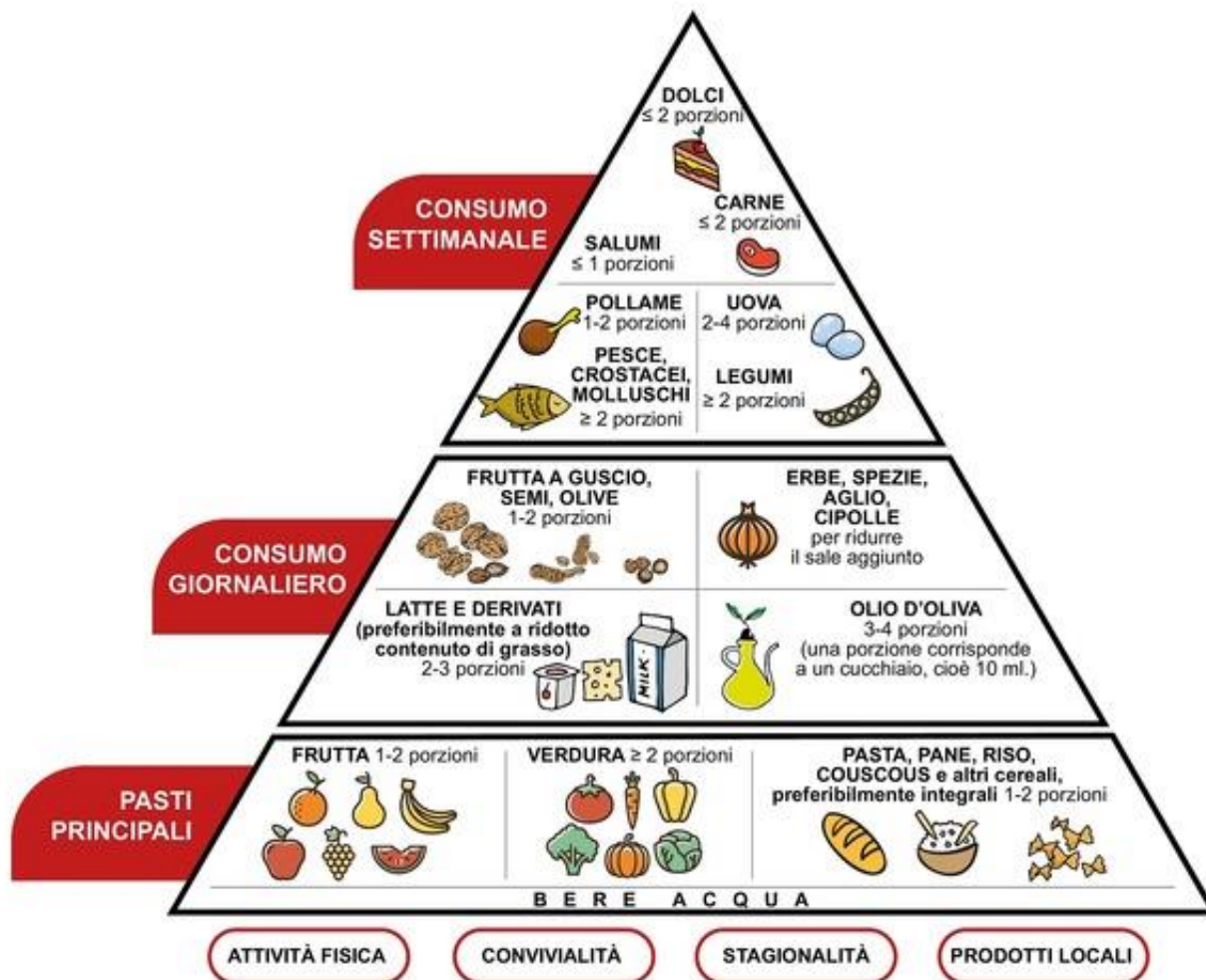
Predimed
Prevenzione con Dieta Mediterranea



Ciúscam



CORSO DI FORMAZIONE PRATICO SULL'UTILIZZO DELLO STRUMENTO SUNFRAIL



CORSO DI FORMAZIONE PRATICO SULL'UTILIZZO DELLO STRUMENTO SUNFRAIL



• **La sua condizione fisica l'ha costretta a camminare meno?**

Lo strumento di primo approccio, da affiancare al Sunfrail tool potrebbe essere il SPPB (short physical performance battery)

1. valutazione dell'equilibrio in 3 prove :

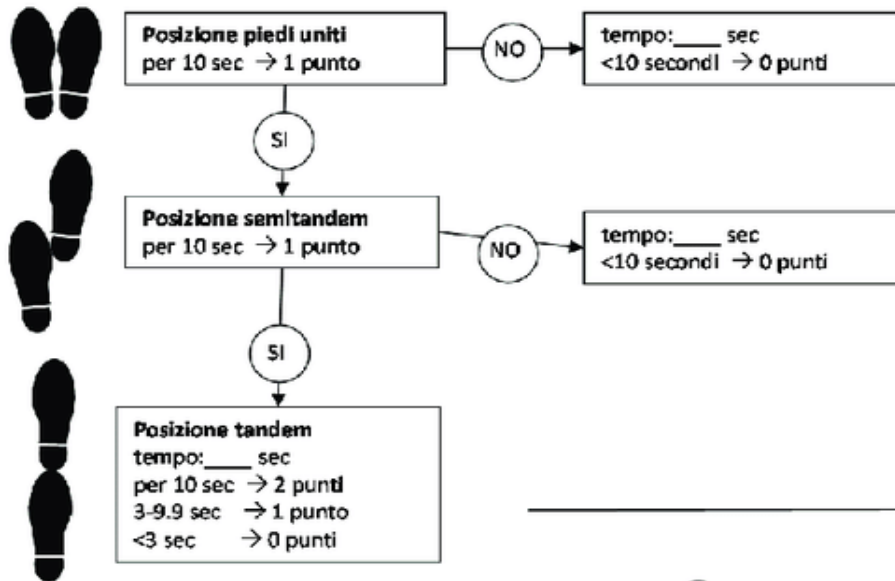
- il mantenimento della posizione a piedi uniti per 10''
- il mantenimento della posizione di semi-tandem per 10'' (alluce di lato al calcagno)
- il mantenimento della posizione tandem sempre per 10'' (alluce dietro al tallone)

2. valutazione del cammino su 4 metri lineari

3. valutazione della capacità di eseguire, per 5 volte consecutive, il sit to stand da una sedia senza utilizzare gli arti superiori che per la prova devono essere incrociati davanti al petto

SPPB (short physical performance battery)

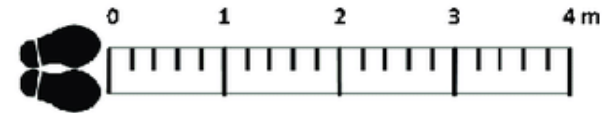
Test dell'equilibrio



Test della marcia

Tempo per percorrere 4 metri di passo normale: ___ sec
(tempo migliore di 2 prove)

<4.8 sec	→ 4 punti
4.8-6.2 sec	→ 3 punti
6.3-8.7 sec	→ 2 punti
>8.7 sec	→ 1 punto
incapace	→ 0 punti



Test della sedia



Capace

Alzarsi e sedersi per 5 volte più velocemente possibile a braccia incrociate

<11.2 sec	→ 4 punti
11.2-13.7 sec	→ 3 punti
13.8-16.7 sec	→ 2 punti
16.8-60 sec	→ 1 punto
>60 sec o incapace	→ 0 punti

Punteggio totale: 0-12

CORSO DI FORMAZIONE PRATICO SULL'UTILIZZO DELLO STRUMENTO SUNFRAIL



- **E' stato visitato dal suo MMG nell'ultimo anno?**

In letteratura diversi studi indagano su questo aspetto.

Le motivazioni possono essere molteplici:

Conformazione del territorio, carenza di MMG, non percezione del bisogno, fattori culturali, difficoltà di trasporto..

CORSO DI FORMAZIONE PRATICO SULL'UTILIZZO DELLO STRUMENTO SUNFRAIL



E' caduta/o una o più volte durante l'ultimo anno?

Strumenti per approfondire la valutazione possono essere la scala di Conley e il test del cammino.

Interessanti risultati si ottengono dall'AFA e dai Gruppi di Cammino

L'AFA: è un'**attività** motoria, non riabilitativa ma di mantenimento e prevenzione, finalizzata a facilitare l'acquisizione di corretti stili di vita attraverso un programma di esercizi **fisici** svolti in gruppo seguendo protocolli condivisi con il personale sanitario



REGIONE DEL VENETO



CORSO DI FORMAZIONE PRATICO SULL'UTILIZZO DELLO STRUMENTO SUNFRAIL



per chi ha risposto positivamente alla domanda E' caduta/o una o più volte durante l'ultimo anno?

- sono stati organizzati e sono partiti corsi di attività fisica adattata (AFA) proposti ai soggetti che avevano risposto positivamente alla domanda
- Questi corsi sono guidati da un insegnante di ginnastica con laurea in scienze motorie. Viene eseguita una visita fisioterapica che registra il grado di capacità del soggetto ed è assegnato loro un colore che l'insegnante identifica per far eseguire ad hoc gli esercizi.
- La partecipazione ha svolto anche la funzione di socializzazione ed è divenuto anche gruppo amicale



CORSO DI FORMAZIONE PRATICO SULL'UTILIZZO DELLO STRUMENTO SUNFRAIL



inoltre sono state effettuati percorsi di proattività

Sono stati organizzati e sostenuti 3 gruppi di cammino secondo il principio dell'invecchiamento sano e attivo puntando anche su esercizi per

- migliorare l'equilibrio ed evitare le cadute
- per migliorare le condizioni cardiocircolatorie,
- per la socializzazione
- si sono creati momenti educazionali di gruppo



CORSO DI FORMAZIONE PRATICO SULL'UTILIZZO DELLO STRUMENTO SUNFRAIL



• I GRUPPI DI CAMMINO

Si è osservato che l'esercizio fisico regolare si associa a:

- rischio di malattie cardiovascolari ridotto del 50% . Durante l'attività fisica anche il cuore "si allena" e questo lo rende più forte e in grado di pompare maggiore quantità di sangue con minore sforzo
- maggiore densità, e quindi forza, delle ossa. Il sorreggere il peso corporeo e l'azione meccanica dei muscoli stimola la rigenerazione delle ossa da parte delle cellule deputate alla ricostruzione. E' questa la ragione per cui insieme al cammino sono raccomandati alcuni esercizi di rafforzamento muscolare
- rischio di manifestare forme tumorali ridotto per alcune forme fino al 40%
- rischio di manifestare diabete (di tipo 2) ridotto del 50%. L'esercizio contribuisce anche a controllare i livelli di zucchero nel sangue
- rischio d'ictus ridotto. L'ictus è infatti più frequente tra coloro che fanno poco o nessun esercizio fisico regolare
- incidenza della pressione alta (ipertensione) ridotta del 30%
- riduzione del colesterolo
- incidenza dell' obesità ridotta del 50%

CORSO DI FORMAZIONE PRATICO SULL'UTILIZZO DELLO STRUMENTO SUNFRAIL



- **Ha notato una riduzione della memoria?**

Anche in questo caso è opportuno approfondire la valutazione al fine di indirizzare la persona verso eventuali e successivi approfondimenti (es CDCD), la letteratura suggerisce numerose scale di valutazione.

Nella nostra regione abbiamo individuato il GPCog (General Practitioner assessment of Cognition), utilizzabile a seguito di breve formazione, facilmente condivisibile con i MMG, in grado di fornire indicazioni precise ed essere utilizzato come strumento di monitoraggio successivo.

PUNTEGGIO

- **NORMALE**
- **DETERIORAMENTO COGNITIVO (MMG e CDCD)**
- **BORDERLINE** in questo caso viene valutata la presenza di un **DETERIORAMENTO COGNITIVO LIEVE, pre-clinico (Mild Cognitive Impairment)** da monitorare ripetendo il GPCog ogni 6-12 mesi e coinvolgimento del MMG

CORSO DI FORMAZIONE PRATICO SULL'UTILIZZO DELLO STRUMENTO SUNFRAIL

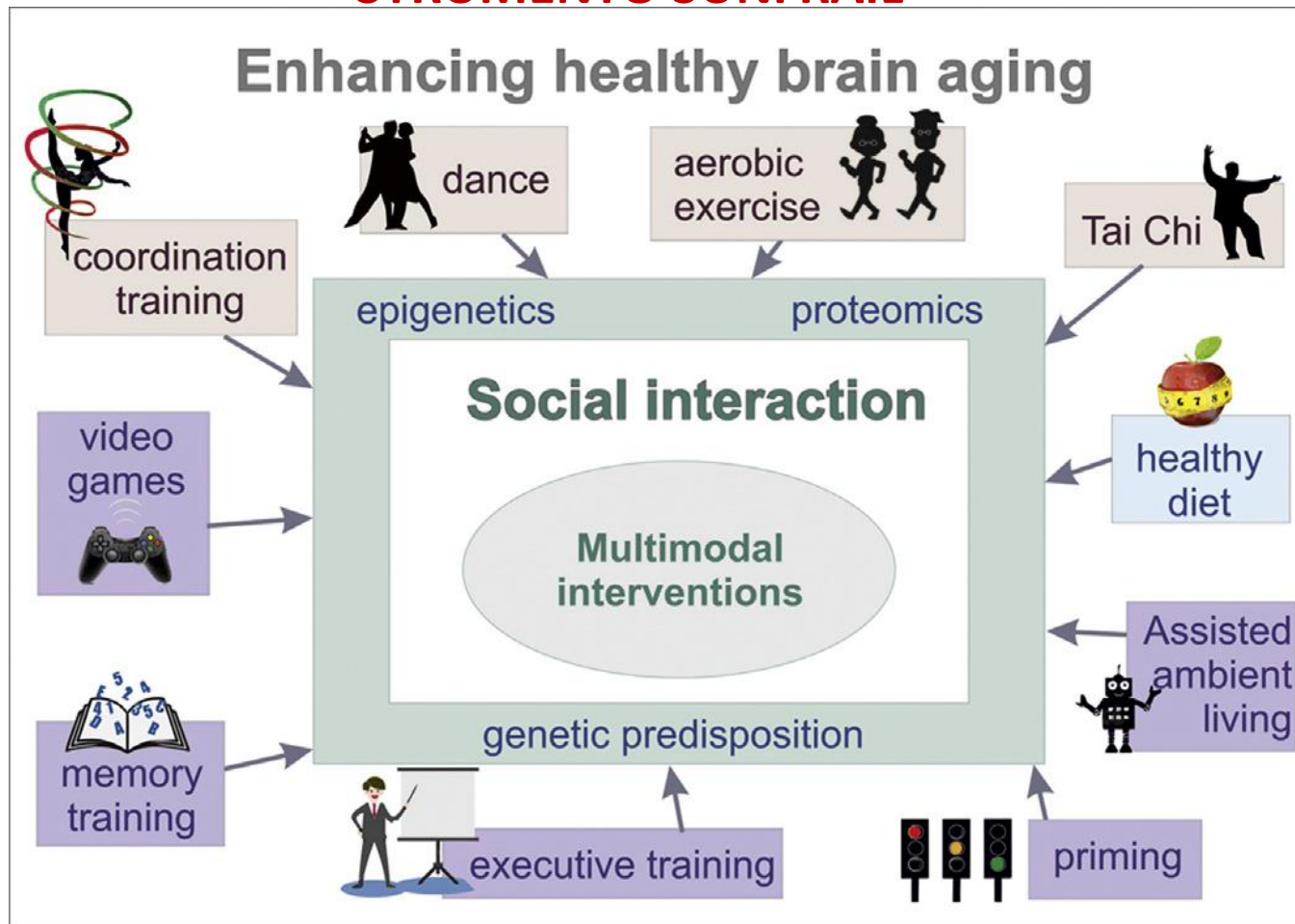


Il Piano Nazionale Demenze

- **Interventi e misure di politica sanitaria e sociosanitaria:** aumentare le conoscenze della popolazione generale, delle persone con demenze e dei loro familiari e dei professionisti del settore, su **prevenzione, diagnosi tempestiva**, trattamento e assistenza delle persone con demenza.
- **Creazione di una rete integrata per le demenze e realizzazione della gestione integrata:** **promuovere la prevenzione, la diagnosi tempestiva, la presa in carico.** Rendere omogenea l'assistenza, prestando particolare attenzione alle disuguaglianze sociali e alle condizioni di fragilità e vulnerabilità socio-sanitaria
- **Implementazione di strategie e interventi per l'appropriatezza delle cure:** Migliorare la qualità dell'assistenza delle persone con demenza al proprio domicilio, presso le strutture residenziali e semiresidenziali e in tutte le fasi di malattia. Promuovere l'appropriatezza nell'uso dei farmaci, delle tecnologie e degli interventi psico-sociali
- **Aumento della consapevolezza e riduzione dello stigma per un miglioramento della qualità della vita:** supportare le persone con demenza e i loro familiari fornendo loro corrette informazioni sulla malattia e sui servizi disponibili per facilitare un accesso ad essi quanto piu' tempestivo possibile. Migliorare la qualità di vita e della cura e promuovere la piena integrazione sociale per le persone con demenze anche attraverso strategie di coinvolgimento personale e familiare. **Favorire tutte le forme di partecipazione, in particolare attraverso il coinvolgimento delle famiglie e delle Associazioni, sviluppando non solo l'empowerment delle persone ma anche quello della comunità.**



CORSO DI FORMAZIONE PRATICO SULL'UTILIZZO DELLO STRUMENTO SUNFRAIL



Overview of individual components of multi-domain interventions for healthy brain aging: a selection of possible elements for cognitive training and physical activity embedded in a social environment, depending on specific biological factors

(Hertzog et al., 2008; Park and Bischof, 2013; Valenzuela and Sachdev, 2009)

CORSO DI FORMAZIONE PRATICO SULL'UTILIZZO DELLO STRUMENTO SUNFRAIL



Il memory training:

Il progetto Memory Training Liguria (MTrail) - nato nel 2011 all'interno del più ampio progetto europeo sull'invecchiamento attivo "Q-AGEING" come progetto pilota di prevenzione primaria cognitiva da avviare sul territorio genovese sottoforma di corsi di allenamento della memoria.

Il training cognitivo è un intervento di potenziamento della memoria che ha l'obiettivo di far acquisire strategie per alleviare le difficoltà che una persona può incontrare nelle normali attività di vita quotidiana. Gli studi scientifici hanno dimostrato l'efficacia di questi corsi, con risultati che si mantengono nel tempo e ricadute molto positive sul benessere globale della persona.



CORSO DI FORMAZIONE PRATICO SULL'UTILIZZO DELLO STRUMENTO SUNFRAIL



Il memory training:

- Si è avviato e sostenuto il corso di memory training, invitando i soggetti che rispondevano positivamente alla domanda “ha notato una riduzione della memoria”.
- sono stati valutati da uno specialista psichiatra in quanto essendo un corso proattivo nei confronti del decadimento cognitivo i soggetti devono essere in buona salute fisica e psichica
- Gli utenti che hanno aderito sono stati molto contenti di aver partecipato



CORSO DI FORMAZIONE PRATICO SULL'UTILIZZO DELLO STRUMENTO SUNFRAIL



- Si è sentito solo per la maggior parte del tempo?

Lo strumento di primo approccio potrebbe essere la Geriatric Depression Scale (GDS) 30 o 15 items

Il punteggio finale può variare da 0 (nessun segno di sintomi depressivi) a 15 (Probabile presenza di depressione) con uno stato intermedio tra i 6 e i 9 punti in cui i sintomi mostrano una discreta possibilità di depressione e che dovrà, perciò, essere valutata dal MMG, da un medico specialista o da uno psicologo abilitato.

CORSO DI FORMAZIONE PRATICO SULL'UTILIZZO DELLO STRUMENTO SUNFRAIL



- Si è sentito solo per la maggior parte del tempo?
- abbiamo organizzato insieme ai volontari AVO (associazione volontari ospedalieri) e agli assistenti sociali, il telefono amico, dove sono stati organizzati degli incontri telefonici, per sollevare queste persone dall'isolamento e [solitudine.in](https://www.solitudine.in) realtà sono anche serviti come alert per tutte quelle situazioni di pericolo che si possono verificare, divenendo un punto importante di collaborazione
- sono attivi 15 “telefoni amici”



CORSO DI FORMAZIONE PRATICO SULL'UTILIZZO DELLO STRUMENTO SUNFRAIL



- **Ha avuto difficoltà economiche ad affrontare le cure dentarie e le spese sanitarie durante l'ultimo anno?**

Ci sono strumenti come il **Livelihood Key Programme Indicators List**, che aiutano ad indagare questo aspetto, la narrazione del primo colloquio valutativo consente comunque di indagare se e quanto gli aspetti economici incidono sulla capacità dell'individuo e della sua famiglia di mantenersi in salute

CORSO DI FORMAZIONE PRATICO SULL'UTILIZZO DELLO STRUMENTO SUNFRAIL

