

ALLEGATO

*Sunfrail tool: focus sulle dimensioni*

Lo strumento Sunfrail è stato concepito nel 2016 da un team di esperti multiprofessionali sulla base di questionari esistenti per la valutazione della fragilità, individuando gli allarmi più rilevanti legati all'insorgenza precoce della fragilità.

Pertanto, non è una scala e non calcola i punteggi come scale geriatriche standard ampiamente utilizzate (es. Scala Rockwood, scala Fried, scala Tilburg, Edmonton e altre) e il suo scopo non è quello di classificare o stratificare i soggetti, ma di generare allarmi sui possibili "sintomi" di fragilità. Gli alert, se necessario, dovrebbero indicare una direzione verso il supporto e i servizi appropriati.

È composto da 9 domande che esplorano tre domini: bio-fisico, psicologico-cognitivo e socio-economico.

QUESTIONARIO Q9- SUNFRAIL		
Domande		
1. Assume regolarmente 5 o più farmaci al giorno?	<input type="checkbox"/> Sì	<input type="checkbox"/> No
2. Nell'ultimo anno ha perso peso involontariamente tanto che i suoi vestiti sono diventati larghi?	<input type="checkbox"/> Sì	<input type="checkbox"/> No
3. Nel corso dell'ultimo anno la sua condizione fisica l'ha costretta /o a camminare meno?	<input type="checkbox"/> Sì	<input type="checkbox"/> No
4. È stata/o visitata/o dal suo medico di famiglia nell'ultimo anno?	<input type="checkbox"/> Sì	<input type="checkbox"/> No
5. È caduta/o una o più volte durante l'ultimo anno?	<input type="checkbox"/> Sì	<input type="checkbox"/> No
6. Ha notato una riduzione della memoria nell'ultimo anno?	<input type="checkbox"/> Sì	<input type="checkbox"/> No
7. Si è sentita/o sola/o per la maggior parte del tempo?	<input type="checkbox"/> Sì	<input type="checkbox"/> No
8. In caso di bisogno, può contare su qualcuno vicino a lei?	<input type="checkbox"/> Sì	<input type="checkbox"/> No
9. Ha avuto difficoltà economiche ad affrontare le cure dentarie e le spese sanitarie durante l'ultimo anno?	<input type="checkbox"/> Sì	<input type="checkbox"/> No

Come evidente, è uno strumento semplice per l'uso quotidiano nelle cure primarie e nelle strutture di assistenza di comunità che può essere somministrato non solo da medici e infermieri, ma anche da altri professionisti e attori della comunità in modo che la fragilità possa essere identificata in una fase iniziale e non limitatamente ai contesti clinici.

## Esplorazione del dominio bio-fisico

<p>1. PRENDI REGOLARMENTE 5 O PIÙ FARMACI AL GIORNO?</p>	<p>Questo punto clinico è correlato alla multi-morbilità e alla poli-farmacoterapia. Il numero di farmaci è un fattore molto rilevante anche se bisogna prendere in considerazione l'effetto di confusione/dimenticanza di assunzione dei farmaci, integratori occasionali e temporanei. Nel mondo clinico "reale" il resoconto del numero di malattie è molto più difficile da ottenere da parte di persone anziane che hanno maggiori difficoltà a ricordare il tipo di malattia ma hanno, invece, più familiarità con il numero e il tipo di farmaci assunti regolarmente.</p>
<p>2. HAI PERSO PESO INVOLONTARIAMENTE NELL'ULTIMO ANNO TANTO TALE CHE I TUOI VESTITI SIANO DIVENTATI LARGHI?</p>	<p>Il peso e la perdita di peso sono parametri importanti dello stato fisico e del cambiamento durante l'ultimo anno. Ciò può avere conseguenze importanti, in termini di funzione fisica, se non adeguatamente affrontato e trattato. La malnutrizione è comune tra le persone anziane e potrebbe portare alla perdita di massa muscolare (sarcopenia). Normalmente è facile da correggere.</p>
<p>3. HAI CAMMINATO MENO A CAUSA DEL TUO STATO FISICO?</p>	<p>Il camminare è una variabile dello stato di salute generale dell'individuo più anziano e una lenta velocità di deambulazione (&lt;0,8 metri/sec) è stata dimostrata in diversi studi come un importante indicatore di esiti avversi per la salute nelle persone anziane. La capacità, ma anche l'abitudine di camminare, potrebbe dipendere da diverse barriere tra cui condizioni meteorologiche, isolamento sociale, mancanza di mezzi di trasporto. L'item affronta, quindi, il nesso causale tra la ridotta deambulazione e lo stato fisico.</p>
<p>4. SEI STATO VISITATO DAL TUO MEDICO DI BASE NELL'ULTIMO ANNO?</p>	<p>Una questione importante in termini di cure sanitarie e strategie preventive è la frequenza degli accessi o delle visite regolari effettuate dai medici di base durante l'anno. Nella maggior parte dei Paesi dell'UE, l'accesso ai medici di base non è solo dedicato a controllare i problemi di salute fisica, ma è anche diretto a spiegare e comunicare questioni sociali in sospeso. La preoccupazione di disturbare i medici di base per problemi minori può tenere nascoste le persone e i loro problemi.</p>
<p>5. SEI CADUTO 1 O PIÙ VOLTE NELL'ULTIMO ANNO?</p>	<p>La caduta è un evento critico nel rischio di fragilità e disabilità. Nella domanda viene affrontato lo stato di cadute ricorrenti. Va sottolineato che la caduta ha anche rilevanti implicazioni psicologiche, oltre alle ben note conseguenze fisiche.</p>

## Esplorazione del dominio psicologico - cognitivo

<p>6. HAI NOTATO UNA RIDUZIONE DELLA MEMORIA NELL'ULTIMO ANNO?</p>	<p>Il deterioramento cognitivo interferisce in modo significativo con l'autonomia quotidiana e la risposta affermativa a questo punto indica la necessità di ulteriori indagini. Cambiamenti e sintomi di declino della memoria possono verificarsi più tardi del previsto durante il corso della demenza, ma raramente vengono testati sistematicamente anche con una domanda.</p>
--	---

## Esplorazione del dominio socio-economico

<p>7. TI SENTI SOLO LA MAGGIOR PARTE DEL TEMPO?</p>	<p>Le persone potrebbero sentirsi davvero sole indipendentemente dalla presenza reale o potenziale di parenti e/o altri caregiver. La solitudine è stata indicata come indicatore di declino funzionale e morte nelle persone anziane. Vivere da soli potrebbe essere un concetto ingannevole, essendo una scelta specifica dell'individuo e non suggerire invece una sorta di fragilità sociale. Le persone anziane potrebbero non dichiarare la presenza di assistenti/badanti a causa di incombenze fiscali o altri problemi economici. Questo elemento è trasversale sia per il dominio sociale che per il dominio psicologico.</p>
<p>8. IN CASO DI NECESSITÀ PUOI CONTARE SU QUALCUNO VICINO A TE?</p>	<p>Questo punto esplora la resilienza o la capacità dell'individuo di far fronte al cambiamento o alle mutate esigenze e l'importante valore della "riserva sociale" in caso di bisogno.</p>
<p>9. HAI AVUTO DIFFICOLTÀ ECONOMICHE AD AFFRONTARE LE SPESE PER LE CURE DENTALI E SANITARIE NELL'ULTIMO ANNO?</p>	<p>Questa domanda affronta l'importante concetto che il basso reddito e le difficoltà economiche sono indicatori indipendenti di sopravvivenza e un fattore chiave nel favorire strategie di prevenzione nelle persone anziane. La cura dentale è fondamentale per una corretta alimentazione e talvolta non è facile da coprire.</p>