

PREVENZIONE E EDUCAZIONE DEL PAZIENTE

L'educazione e la prevenzione sono parte integrante del percorso assistenziale del paziente con BPCO e devono essere erogate in modo strutturato, documentato e ripetuto nei diversi setting (medico di medicina generale, specialistica pneumologica, riabilitazione, ambulatori dedicati). L'intervento educativo deve essere personalizzato in base a gravità, comorbidità, alfabetizzazione sanitaria, e alla disponibilità di caregiver e dovrebbe fornire al paziente e ai suoi caregiver le conoscenze, le abilità e gli strumenti necessari per:

1. Ridurre il rischio di progressione della malattia e delle esacerbazioni;
2. Migliorare l'aderenza alle terapie e l'autogestione;
3. Promuovere comportamenti di prevenzione primaria e secondaria (es. cessazione del fumo, vaccinazioni, riduzione dell'esposizione a inquinanti).

I contenuti minimi dell'intervento educativo comprendono:

Informazioni sulla malattia: natura cronica della BPCO, fattori di rischio (tabacco, esposizione professionale, inquinamento), sintomi di allarme.

Cessazione del fumo: consigli motivazionali, offerta proattiva di programmi strutturati per smettere (counselling breve, terapia farmacologica dove indicata, rimando a servizi locali). Registrare lo stato tabagico ad ogni visita. (Priorità principale per prevenzione primaria e secondaria).

Vaccinazioni: raccomandare e facilitare la vaccinazione antinfluenzale annuale, vaccino antipneumococco con i nuovi vaccini coniugati (es. PCV20/PCV21 o combinazioni PCV15 + PPSV23 secondo le indicazioni del piano nazionale di prevenzione vaccinale), e vaccinazioni per patogeni emergenti quando indicate (es vaccinazione contro il virus respiratorio sinciziale (RSV) per soggetti eleggibili e altre vaccinazioni (es. COVID-19, pertosse) secondo le indicazioni locali. Documentare stato vaccinale.

Riduzione esposizione ad agenti nocivi e qualità dell'aria: consigli pratici su evitare esposizioni lavorative/ambientali, uso di protezioni, monitoraggio qualità dell'aria locale e misure domiciliari (es. ventilazione).

Istruzione sull'uso dei farmaci inalatori: dimostrazione pratica obbligatoria (teach-back) su dispositivo e tecnica inalatoria, controllo e correzione ad ogni visita e registrazione della tecnica. Fornire materiale illustrato e, se possibile, video dimostrativi.

Piano di autogestione/esacerbazione: consegna di un piano scritto individuale che identifichi segnali d'allarme, azioni immediate (modifiche terapia, quando contattare MMG/PS/ambulatorio pneumologico - internistico dedicato), contatti utili e calendario per follow-up. I pazienti ad alto rischio devono avere accesso rapido a percorsi dedicati.

Attività fisica e riabilitazione: promozione di attività fisica quotidiana, screening per idoneità a programma di riabilitazione respiratoria e referral tempestivo quando indicato.

Nutrizione e gestione del peso: consigli dietetici e rimando a nutrizionista se perdita di peso/inadeguatezza nutrizionale.

Adesione terapeutica e self-management delle comorbidità: strategie per migliorare l'aderenza (pill-box, reminder, coinvolgimento caregiver) e integrazione della gestione delle comorbidità (cardiovascolari, diabete, depressione).

Gestione psicologica e supporto sociale: screening per ansia/depressione, offerta di supporto psicologico e servizi sociali se necessario.

Modalità di erogazione

- **Prima presa in carico:** colloquio educativo strutturato alla diagnosi/ingresso nel PPDTA; consegna del materiale scritto e del piano d'azione.
- **Follow-up programmati:** ripetizione e verifica della tecnica inalatoria, aggiornamento piano esacerbazione, revisione vaccini e stato tabagico ad ogni visita.
- **Formazione continua:** personale sanitario (MMG, infermieri, fisioterapisti) formati su counselling per cessazione del fumo, teach-back inhaler, e riabilitazione respiratoria.

Strumenti e materiale informativo

Schede informative semplici e multilingue, video dimostrativi (uso inalatori, tecniche di respirazione), app per promozione attività fisica e per promemoria terapia, contatti per servizi locali di cessazione del fumo e riabilitazione.