



Gruppo Italiano per una Sanità Partecipata

**Il Gruppo Italiano per una Sanità Partecipata ha come principale obiettivo di rendere concreta l'interazione e la collaborazione tra associazioni di cittadini e pazienti, istituzioni e comunità medico-scientifica.**

([www.partecipasalute.it/cms\\_2/node/6401](http://www.partecipasalute.it/cms_2/node/6401))

Condivide il messaggio del progetto "Fare di più non significa fare meglio", che ha lo scopo di migliorare la qualità e la sicurezza dei servizi sanitari attraverso la riduzione di pratiche (esami di controllo e trattamenti) che, secondo le conoscenze scientifiche disponibili, non apportano benefici significativi alle persone alle quali sono generalmente prescritte, ma possono, al contrario, esporle a rischi. L'idea è rafforzare un clima culturale che non rincorra il consumo di farmaci, esami, interventi quando non sono necessari e non sono di beneficio provato.

Il Gruppo Italiano per una Sanità Partecipata vuole contribuire indicando 5 passi utili nel fare scelte di salute ponderate, dalla parte del cittadino. Alcuni suggerimenti riguardano il momento della visita e vogliono stimolare il dialogo entro un rapporto di fiducia col medico - necessario per una scelta condivisa - altri riguardano più in generale le richieste e le aspettative in ambito sanitario. Nel dialogo con il medico è importante avere chiare tutte le alternative e le scelte disponibili.

I 5 passi suggeriti qui accanto sono un aiuto per raccogliere informazioni utili per prendere insieme decisioni consapevoli.



*per fare buone scelte*  
**per la salute**



**Quando chiedi un esame di controllo o un farmaco ricordati che "Chiedere di più non significa necessariamente curarsi meglio" e tieni presente che:**

- Se il medico non ti prescrive esami o farmaci può essere la cosa giusta per te
- Fare controlli a tappeto può essere inutile e dannoso
- Nuovi farmaci ed esami non sono necessariamente migliori di quelli già disponibili



**Se il medico ti prescrive un esame di controllo, un farmaco o un intervento chirurgico ricordati che "Fare di più non significa fare meglio" e chiedi:**

- Cosa succede se non faccio questo esame/trattamento?
- Ci sono alternative più semplici e sicure?
- Ho veramente bisogno di questo esame/trattamento?
- Quali sono i rischi?
- Che spese devo affrontare?



**Prima di andare dal medico, prepara una lista delle domande che vorresti fare o dei dubbi che vuoi chiarirti. Può essere utile anche preparare un elenco dei sintomi.**



**Durante la visita chiedi al medico di scrivere le indicazioni che ti dà e, se vuoi saperne di più, chiedi dove poter trovare altre informazioni, opuscoli o siti internet. Condividi sempre con il tuo medico le informazioni che trovi.**



**Se devi fare un esame di controllo o un intervento chirurgico, informati su quanti esami o interventi di quel tipo sono stati fatti in un anno dal medico e dal reparto a cui ti rivolgi. Puoi chiederlo al medico di medicina generale, allo specialista, alle associazioni di pazienti o cercare su Internet.**

*Per saperne di più*



- **PROGETTO "FARE DI PIÙ NON SIGNIFICA FARE MEGLIO"** di Slow Medicine: <http://www.slowmedicine.it/fare-di-piu-non-significa-fare-meglio/la-storia-di-choosing-wisely.html>
- **ESAMI INUTILI:** ecco quali evitare: <http://www.altroconsumo.it/salute/diritti-del-malato/speciali/esami-inutili/2>
- **QUALITÀ, CORRETTEZZA E AGGIORNAMENTO DELL'INFORMAZIONE MEDICA IN RETE:** il MisuraSiti: [http://www.partecipasalute.it/cms\\_2/node/18](http://www.partecipasalute.it/cms_2/node/18)
- **VALUTAZIONE CAMPAGNE INFORMATIVE SULLA SALUTE,** rispondi al questionario: [http://www.partecipasalute.it/cms\\_2/test-misuracampagna](http://www.partecipasalute.it/cms_2/test-misuracampagna)
- **ALTRE DOMANDE DA FARE AL MEDICO:** sito dell'Istituto Superiore di Sanità: [http://www.snlg-iss.it/news\\_domande\\_medico\\_2](http://www.snlg-iss.it/news_domande_medico_2)
- **VALUTAZIONE DEGLI ESITI DEGLI INTERVENTI SANITARI:** Programma Nazionale Esiti: <http://95.110.213.190/PNEed14/index.php>
- **DOVE SONO LE PROVE?** Una migliore ricerca per una migliore assistenza sanitaria: [http://www.partecipasalute.it/cms\\_2/node/2479](http://www.partecipasalute.it/cms_2/node/2479)

[segreteria.gispa@gmail.com](mailto:segreteria.gispa@gmail.com)