

Essentia



Marzo 2023

Dossier

04 **Le malattie croniche, una questione di salute pubblica**

06 **Avete detto malattie croniche?**

In pratica

08 **Soffro di una malattia cronica;
quali sono le spese prese a carico?**

assura.

**«Fortunatamente esistono
i mezzi per evitare, o quanto
meno ritardare, la comparsa
di alcune malattie.»**



Malattie cardiovascolari, diabete, cancro, affezioni croniche alle vie respiratorie, disturbi muscoloscheletrici, patologie psichiche, ecc. Le malattie croniche colpiscono un quarto della popolazione svizzera.

Pur non essendo trasmissibili, queste malattie di lunga durata possono avere un impatto significativo sul benessere di una persona e sulle sue capacità di studiare o lavorare, di svolgere le attività quotidiane o di intrattenere relazioni sociali. E dato che la maggior parte di esse si sviluppa con l'età, l'invecchiamento della popolazione le rende una questione di salute pubblica sempre più cruciale.

Fortunatamente esistono i mezzi per evitare, o quanto meno ritardare, la comparsa di alcune malattie. La maggior parte di questi è alla portata di ognuno di noi. In particolare, si possono prevenire i rischi conducendo uno stile di vita sano, facendo gli esami di diagnosi precoce consigliati e, se una malattia è accertata, è possibile limitarne le conseguenze seguendo e monitorando regolarmente il trattamento prescritto.

Da parte loro, le autorità pubbliche hanno la responsabilità di agire ad altri livelli. Infatti, è nel nostro ambiente quotidiano che alcune malattie croniche hanno origine. Ed è ben noto il rapporto tra queste ultime e fattori quali la qualità dell'aria e dell'acqua, l'esposizione al rumore o la disponibilità di aree verdi e per il tempo libero o di impianti sportivi.

La strategia «Prevenzione delle malattie non trasmissibili» del Consiglio federale tiene conto di questa realtà sostenendo un gran numero di mezzi d'azione, valorizzando al contempo il ruolo dell'informazione e della sensibilizzazione della popolazione. Queste sono infatti un fattore chiave affinché il malato acquisisca le conoscenze e le competenze necessarie per diventare più autonomo, per partecipare alla definizione del proprio percorso di cura e per essere attivamente coinvolto in esso in modo da avere una qualità di vita il più possibile soddisfacente.

Questo numero di *Essentia* si inserisce in questa logica d'informazione e di sensibilizzazione. Le auguro una piacevole lettura.

Ruedi Bodenman
Direttore Generale

Le malattie croniche, una questione di salute pubblica

In Svizzera, un quarto della popolazione soffre di una o più malattie croniche quali il diabete, il cancro o patologie cardiovascolari.





Avete detto malattie croniche?

Spesso vengono chiamate malattie croniche, perché progrediscono lentamente e, dato che hanno scarse possibilità di guarigione, di solito durano a lungo. Malgrado non si trasmettano da una persona all'altra, colpiscono una percentuale sempre più importante della popolazione.

Le malattie croniche più diffuse

- Diabete
- Cancro
- Malattie cardiovascolari
- Affezioni respiratorie croniche, in particolare asma
- Disturbi muscoloscheletrici, ad esempio mal di schiena cronico
- Problemi psichici

Le cause principali

L'insorgenza di una malattia cronica è spesso legata a diversi fattori:

- Patrimonio genetico.
- Caratteristiche fisiologiche: peso, pressione sanguigna, livello di grasso, livello di colesterolo, ecc.
- Stile di vita: alimentazione sbilanciata, sedentarietà, tabagismo, inattività fisica, abuso di alcol, ecc.
- Fattori ambientali, sociali ed economici: inquinamento atmosferico, interferenti endocrini, alimenti ultra-lavorati, stress, sforzi fisici sul lavoro, ecc.



Meglio prevenire...

Per limitare i rischi di contrarre una malattia cronica, è consigliato smettere di fumare, moderare il consumo di alcol, seguire una dieta equilibrata, proteggersi dal sole e praticare un'attività fisica regolare.

Inoltre, la diagnosi precoce è un'opportunità per assicurarsi o per individuare una malattia in fase iniziale, prima della comparsa dei sintomi, e per aumentare le possibilità di guarigione. In particolare, esistono dei test di diagnosi precoce per le malattie cardiovascolari, il diabete, i problemi psichici e diversi tipi di cancro.

Molti cantoni propongono programmi di diagnosi precoce del cancro al seno e del cancro coloretale. Su swisscancerscreening.ch è possibile trovare una lista di questi cantoni, nonché informarsi sulle modalità pratiche delle loro iniziative.

La vaccinazione è anche un efficace mezzo di prevenzione contro numerose malattie infettive e protegge dai tumori causati da agenti patogeni come l'epatite B (cancro del fegato) o l'HPV (cancro dell'utero o del canale anale).

Vivere con una o più malattie croniche

In quattro nozioni chiave:

Vaccinazione

Per proteggersi dalle malattie infettive in quanto possono aggravarsi quando il nostro stato di salute è fragile. Per esempio, la vaccinazione e i richiami contro l'influenza e lo pneumococco sono consigliati in caso di diabete e di insufficienza renale, mentre quelli contro l'epatite B in caso di emofilia.

Medico di riferimento

Per assicurare il coordinamento del percorso di cure, essendo la prima fonte di informazioni nonché la persona di fiducia del paziente.

Osservanza delle cure

Oltre un terzo delle persone affette da malattie croniche non segue alla lettera la terapia prescritta. Tuttavia, cure adeguate e regolari sono essenziali per vivere con la malattia e limitarne la progressione.

Sostegno delle associazioni

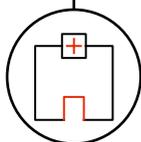
Per ottenere informazioni mirate, seguire una formazione per imparare a vivere con la malattia, ricevere un sostegno personale o incontrare altri malati. Tra queste associazioni, la Lega contro il cancro, l'Associazione svizzera per il diabete, la Lega polmonare, la Società svizzera emofilia o la Lega svizzera contro il reumatismo.

Soffro di una malattia cronica; quali sono le spese prese a carico?

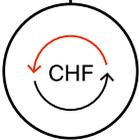
Proprio perché durano a lungo, le malattie croniche hanno inevitabilmente un impatto sulla vita quotidiana, che può andare dalla necessità di seguire un trattamento medico, al cambiamento delle proprie abitudini, come ridurre o abbandonare le proprie attività professionali. Di seguito, un elenco aggiornato della copertura delle principali conseguenze di queste patologie da parte delle assicurazioni sociali.



Le spese sanitarie legate alla malattia sono prese a carico dall'assicurazione di base, conformemente alla legge federale sull'assicurazione malattie (LAMal), previa deduzione della franchigia scelta. Una volta raggiunto l'importo della franchigia, l'assicuratore malattie assume il 90% dei costi, mentre il rimanente 10% resta a carico dell'assicurato, fino a un massimo di 700 franchi all'anno per gli adulti e di 350 franchi per chi ha meno di 18 anni. In caso di ospedalizzazione stazionaria, bisogna anche considerare una partecipazione ai costi di degenza di 15 franchi al giorno.



Se il malato cronico possiede una o più assicurazioni complementari, queste ultime intervengono in base alla loro copertura specifica. Per esempio, per l'assunzione dei costi di un ricovero in reparto privato o di farmaci naturali e terapie alternative.



Le malattie croniche provocate da determinate attività professionali e dovute all'uso di sostanze nocive o a particolari lavori sono coperte dall'assicurazione contro gli infortuni (LAINF). È il caso di alcune malattie croniche infettive o affezioni alle vie respiratorie.

Se lo stato di salute di una persona ne riduce la capacità di lavorare e di guadagnarsi da vivere, è probabile che l'assicurazione invalidità intervenga per un sostegno in previsione di una riabilitazione professionale o un'eventuale rendita. A seconda della situazione, possono essere coinvolte altre assicurazioni private o sociali, come l'assicurazione in caso di incapacità di guadagno professionale o privata, l'assicurazione contro la disoccupazione o l'assistenza sociale.

Il parere dell'esperta Assura



Catia Dias
Responsabile dei
servizi delle prestazioni
ambulatoriali, Le Mont-
sur-Lausanne

Non è sempre facile orientarsi tra le molteplici assicurazioni sociali. Tanto più che lo stesso caso medico può far capo a più di una. Il medico è un interlocutore chiave per le questioni mediche, ma è anche in grado di dare informazioni sulla presa a carico dei trattamenti e dei dispositivi. Ovviamente, anche gli specialisti di

Assura sono a disposizione per dare una mano ai nostri assicurati.

Tra l'altro, dato che le malattie croniche sono di lunga durata, consiglio di tenere un piccolo dossier in cui conservare tutti i certificati medici e le prescrizioni di cure, farmaci, dispositivi medici o servizi di sostegno, come l'aiuto domiciliare. Se si ha tutto a portata di mano, si ha anche una visione globale del trattamento ed è possibile fornire rapidamente i documenti necessari, in particolar modo quando è richiesto l'intervento di più di un'assicurazione.

10 Fatti e cifre

Sui nostri social network



L'ambiente in cui viviamo influisce sulla nostra salute. Cambiamenti climatici, aria, rumore, sostanze chimiche, acqua potabile, irradiazione, natura... sono tutti fattori determinanti. La tutela della salute deve quindi estendere il suo raggio d'azione agli ecosistemi. È quanto si propone di dimostrare il numero di settembre della rivista Spectra, pubblicata dall'@UFSP (disponibile in francese e tedesco).

👉 <https://bit.ly/3Bggq6Hq>



Scopra la nostra pagina Facebook:
facebook.com/AssuraCH

9'500

È il numero dei decessi riconducibili al tabagismo ogni anno in Svizzera. Collegato a molti tumori (polmoni, bocca, faringe, laringe, vescica, pancreas, ecc.), è il principale fattore di rischio prevenibile.

Fonte: UFSP

Età

Questo fattore è fortemente associato allo sviluppo di una malattia cronica, o alla presenza di più malattie croniche. Il 60% delle persone tra i 50 e i 64 anni non ha alcuna malattia cronica. Questa percentuale scende a 46% tra chi ha dai 65 ai 79 anni e ad appena il 29% dopo gli 80 anni.

Fonte: Obsan

L'eccessivo consumo di alcol aumenta il rischio di cancro (esofago, bocca, faringe, laringe, colon e retto, seno, fegato) ed è un importante fattore di rischio per altre malattie croniche come la bronchite cronica o l'enfisema. Può anche aggravare altre patologie, come il diabete o la psoriasi.



80%

È la percentuale dei costi sanitari dovuta alle malattie croniche, che corrisponde a 50 miliardi di franchi ogni anno.

Fonte: UFSP

Alcune malattie croniche colpiscono più le donne che gli uomini a causa di specificità genetiche, ormonali e anatomiche proprie delle persone di sesso femminile. Questo vale in particolare per l'osteoporosi, l'asma e le malattie cardiovascolari.



Le malattie croniche colpirebbero dal 10 al 30% dei bambini. Le più frequenti sono l'asma, le allergie, l'obesità e i disturbi dell'attenzione. Qualunque sia la malattia, la sua presa a carico ha la specificità di essere definita in base all'età, allo sviluppo e al contesto familiare del bambino.

Assicurazioni complementari infortunio

Dato che l'assicurazione obbligatoria contro gli infortuni non copre tutto, la nostra gamma di assicurazioni complementari in questo ambito è pensata per rispondere alle necessità di ognuno. Che la persona assicurata sia indipendente, impiegata, casalinga o stia studiando, la gamma Previsia si adatta a tutte le situazioni.

In seguito a un infortunio beneficia di capitali in caso di decesso, invalidità, ospedalizzazione nonché dell'accesso al reparto privato. Le assicurazioni complementari contro gli infortuni qui di seguito sono valide in tutto il mondo.

Assicurazione infortuni	Previsia	Previsia Plus	Previsia Maxi	Previsia Extra
Ospedalizzazione in reparto privato		✓	✓	✓
Capitale in caso di decesso	✓	✓	✓	✓
Capitale in caso di invalidità	✓	✓	✓	✓
Capitale in caso di ospedalizzazione				✓
Indennità giornaliera in caso di ospedalizzazione		✓	✓	✓
Indennità per perdita di guadagno		✓	✓	✓
Spese di guarigione		✓	✓	✓

Per qualsiasi domanda, può contattare i nostri consulenti alla clientela.

Fanno fede le condizioni d'assicurazione. Questo documento è redatto a titolo puramente indicativo per fornire una panoramica delle varie coperture assicurative. Determinano il diritto alle prestazioni solo le condizioni generali e speciali d'assicurazione.



Contatto

assura.ch

0800 277 872
(numero gratuito)

