

## **AIHC: Health Coaching ed empowerment**

L'Health Coaching è una pratica professionale che emana dal Coaching, con il quale condivide l'etica, i valori, alcune competenze professionali, e rappresenta nello scenario sanitario una forma di supporto solidale per il benessere dei pazienti e perciò socialmente utile.

L'Health Coaching è quindi considerato, a tutti gli effetti, come una nuova disciplina professionale che coniuga i principi guida del Coaching con le buone prassi volte a tutelare e promuovere la salute delle persone e il loro stato di benessere psico-fisico attraverso l'adozione di stili di vita più salutari ed una corretta adesione alle terapie.

L'Health Coaching come professione si ispira alle indicazioni della Commissione europea sul fronte della *prevenzione* e della *centralità del paziente (patient-centricity)* nella gestione *attiva* della sua condizione di salute.

A tal proposito è di recente pubblicazione su PUBMED<sup>1</sup> una ricerca che ha esaminato empiricamente i benefici per l'*attivazione* del paziente derivanti dall'applicazione di un programma di cure/terapeutico inclusivo di interventi di Health Coaching.

I benefici sono stati misurati anche rispetto all'aderenza alle cure e soprattutto verificati attraverso le analisi cliniche dei pazienti, portando ad una riduzione delle spese sanitarie e al miglioramento dei risultati clinici.

Inoltre un recente studio<sup>2</sup> condotto dalla facoltà di Medicina dell'Università di San Francisco (California) evidenzia, tra le altre cose, come l'intervento della figura professionale dell'Health Coach fornisca al paziente un ponte di collegamento tra lui ed il personale sanitario, per la vicinanza al proprio linguaggio ed il rapporto di fiducia che si viene ad instaurare tra Health Coach e Paziente. Una relazione basata sulla fiducia permette al paziente di essere franco, fare domande utili, esprimere apprezzamenti o dissentire in maniera autentica.

Inoltre permette di identificare le domande efficaci da rivolgere al personale medico e paramedico e questo riduce la paura e l'ansia del paziente in maniera significativa, ma anche le incomprensioni dei medici e costituisce un buon deterrente verso la "medicina difensiva".

I portatori di interesse a vario titolo del sistema sanitario stanno mostrando un'attenzione particolare verso le diverse modalità che vanno in questa direzione.

Poiché stiamo attraversando un momento di crisi sistemica del Sistema Sanitario Nazionale, e la spesa sanitaria e terapeutica è diventata insostenibile per la comunità, la figura dell'Health Coach potrebbe rivelarsi utilissima nella gestione efficace del cambio di paradigma: fare meglio prevenzione, diagnosi e cura con minore sprechi, ottenere maggiore compliance alle terapie e all'adozione di stili di vita salutari con minore investimento di tempi e di impegno da parte del personale medico e paramedico, che potrebbero focalizzarsi sulla gestione dei casi più importanti ed urgenti.

In questo scenario nasce l'Associazione Italiana di Health Coaching, la prima ONLUS con un focus specifico sull'empowerment delle persone con una diagnosi, un'Associazione che si basa su un rigoroso approccio scientifico a cui gli Health Coach AIHC sono chiamati. Soprattutto nel lavorare sua base delle buone prassi di "*patients engagement*" stabilite dalle autorità sanitarie in Italia<sup>3</sup>.

---

<sup>1</sup><https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28245652>

<sup>2</sup><http://www.annfammed.org/content/14/6/509.full>

<sup>3</sup> P. Ferrari: Istituto Superiore di Sanità

L'Associazione Italiana di Health Coaching promuove il consolidamento di un sistema sociale ed economico in cui tutti i soggetti pubblici e privati, profit e non profit che operano nel Sistema Sanitario Nazionale, perseguono il miglioramento della qualità della vita delle persone affette da patologie di qualsiasi genere e a qualsiasi stadio, anche in via preventiva, favorendo il processo di ritorno al benessere o il mantenimento di uno stato di salute accettabile per le persone.

La missione dell'Associazione è quindi quella di promuovere la ricerca, la cultura e la diffusione delle pratiche di Health Coaching applicate alla cura e al benessere delle persone.

Inoltre AIHC diffonde e promuove la pratica dell'Health Coaching nella governance e nel funzionamento di organizzazioni pubbliche e private, e ne favorisce l'applicazione attraverso strategie, approcci e format coerenti

Gli Health Coach AIHC hanno come obiettivo quello di fornire a pazienti, infermieri e a tutti gli "health care provider", i principali elementi teorici e abilità pratiche necessari alla costruzione di relazioni di valore tra medici e pazienti, al mantenimento di consapevoli stili di vita per la salute dei pazienti, a ridurre la pressione impropria sugli ambulatori ed i pronto soccorsi, ad accedere in modo adeguato alle giuste cure, con un risparmio di costi impropri sia per la tasca dei pazienti che per il sistema sanitario nazionale.

Questo obiettivo viene perseguito attraverso il disegno e l'erogazione di opportuni format e servizi:

- ✓ Le sessioni di caregiver empathy
- ✓ Le sessioni gruppali di empowerment
- ✓ I moduli di Yoga della risata
- ✓ La spesa alimentare guidata e il coaching gastronomico
- ✓ Le passeggiate meditative
- ✓ Il laboratorio di Arte Terapia
- ✓ Il laboratori di Musico terapia e cantastorie del Benessere
- ✓ Il modulo di valorizzazione professionale, dopo la malattia
- ✓ Io e l'altro, incontri di counselling individuale
- ✓ Il drama-based training
- ✓ L'energia della clowterapia
- ✓ Scopri la tua Voce, come potenziare la Patient Voice

Nella giornata dell'11 marzo prossimo, l'Associazione ha organizzato il suo primo **Meeting Lab** del 2017, **"Ritornare al benessere malgrado la malattia, alleati per l'empowerment"**, nel quale con un focus sui pazienti cronici, avrà modo di illustrare a medici, infermieri, pazienti, caregiver, farmacisti, associazioni di volontariato, dirigenti del servizio sanitario ed ospedaliero, funzioni che si occupano di patient advocacy e market access nelle aziende farmaceutiche, esperti di CSR, giornalisti e assicurazioni sanitarie quali sono le attività principali del 2017 e le linee programmatiche dell'associazione.

Luciana Romanazzo – Direttore Esecutivo AIHC  
con il contributo di Rossana Rap – Comitato Direttivo AIHC