

## Ce contează pentru pacienții cu obezitate când vine vorba de rezultatele auto-gestionării

### Introducere

Majoritatea persoanelor de peste 65 de ani au una sau mai multe afecțiuni cronice de sănătate. Gestionarea acestor afecțiuni utilizează astăzi între 70% și 80%\* din costurile de asistență medicală.

Cei mai mulți pacienți cu afecțiuni cronice au grijă singuri de afecțiunea lor acasă și în comunitate, fiind adesea ajutați de familie sau de alte persoane. O parte esențială a unei îngrijiri bune a bolilor cronice și a prelungirii speranței de viață o reprezintă acordarea unui sprijin adecvat pacienților pentru auto-gestionare.

Studiile sugerează că un sprijin corect pentru auto-gestionarea afecțiunilor cronice poate îmbunătăți sănătatea pacienților și poate aduce valoare în societate. Totuși, astăzi, profesioniștilor din domeniul sănătății și factorilor politici de decizie le lipsesc informații despre cele mai adecvate activități de educare pentru auto-gestionare (numite „intervenții de auto-gestionare”, sau **IAG**) în funcție de context și de caracteristicile pacienților și a afecțiunii.

**COMPAR-EU** este un proiect finanțat parțial de Comisia Europeană în cadrul programului său cadru de cercetare „Horizon 2020”. Acesta a început în ianuarie 2018 și se va încheia în decembrie 2022. Scopul proiectului este să identifice, să compare și să clasifice cele mai eficiente și mai rentabile IAG pentru adulții din Europa care au una din următoarele patru afecțiuni cronice: diabet zaharat de tip 2 (DZ2), boala pulmonară obstructivă cronică (BPOC), obezitate sau insuficiență cardiacă. **Proiectul a dezvoltat 4 seturi de rezultate de bază (SRB) pentru a ghida intervențiile de auto-gestionare în aceste boli și va continua să dezvolte un instrument online de luare a deciziilor pentru factori de decizie, cercetători, pacienți și industria de specialitate.**

### Context

Afecțiunile cronice afectează peste **80% dintre persoanele de peste 65 de ani**. De asemenea, între **70% și 80%** dintre costurile de asistență medicală provin din gestionarea bolilor cronice. Literatura de specialitate sugerează că pentru o activitate de cercetare **selecție adecvată** a rezultatelor IAG este **esențială**, dacă rezultatele urmează să influențeze politica de informare și de luarea deciziilor. IAG pot îmbunătăți de asemenea rezultatele clinice și societale în tratarea afecțiunilor cronice.

### Ce este auto-gestionarea/auto-îngrijirea?

Auto-gestionarea este definită ca „ceea ce persoanele, familiile și comunitățile fac cu intenția de a promova, menține sau restabili sănătatea și de a face față bolilor și dizabilităților, cu sau fără sprijinul profesioniștilor din domeniul sănătății. Auto-gestionarea include, dar nu se limitează la: *auto-prevenirea, auto-diagnosticarea, auto-medicația și auto-gestionarea bolilor și dizabilităților*”.

### Ce este un set de rezultate de bază?

Un set de rezultate de bază este o listă de rezultate pe care pacienții și profesioniștii din domeniul sănătății le recomandă a fi considerate, evaluate și raportate în cadrul cercetărilor efectuate în domeniile respective. Înainte de stabilirea unui SRB, reprezentanții COMPAREU au efectuat cercetări și analize ample în literatură.

### Cum a fost dezvoltat acest SRB?

În primul rând, cercetătorii COMPAREU au analizat literatura științifică și au găsit o listă lungă de rezultate diferite în urma aplicării unor intervenții de auto-gestionare. Consorțiul proiectului COMPAREU, a selectat apoi cele mai importante rezultate. Setul de rezultate de bază a fost finalizat în urma unui proces Delphi la care au participat un grup de pacienți, reprezentanți ai organizațiilor de pacienți, cercetători și profesioniști din domeniul sănătății din întreaga Europă, la Berlin în 2018.

Grupul a votat 15 rezultate care să facă parte din SRB-ul final. Dintre aceste **15 rezultate, 5 sunt considerate deosebit de importante** de către toți participanții, primind un vot foarte ridicat (> 70%) de aprobare din partea participanților. Celelalte zece rezultate, pentru care au existat opinii mixte în grup, fac și ele parte din SRB.

### Ce este un proces Delphi?

Un proces Delphi este o tehnică care urmărește obținerea unui compromis și a acordului asupra opiniilor unui grup de experți, printr-o serie de chestionare structurate și consultări.

### Ce este un rezumat în limbaj comun?

Un rezumat în limbaj comun este un rezumat al unui proiect de cercetare, folosit pentru a explica idei complexe și termeni tehnici și științifici persoanelor care nu au cunoștințe anterioare despre subiect. Acestea sunt importante nu numai pentru pacienți, ci și pentru nespecialiști și profesioniști medicali nespecializați.

### Ce aduce nou această cercetare?

Un punct forte al SRB COMPAREU este că se bazează foarte mult pe preferințele pacienților, reflectând totodată și perspectivele clinicienilor, cercetătorilor și reprezentanților societății civile. Suntem încrezători că SRB și rezultatele suplimentare reflectă preferințele tuturor părților interesate cheie. Prin urmare, acest SRB ar putea fi aplicat în funcție de context, la multe situații din Europa și chiar din întreaga lume.

Ca un pas următor, SRB-urile vor fi utilizate pentru a dezvolta un instrument online, care să sprijine luarea deciziilor de către factorii politici, profesioniștii din domeniul sănătății, cei care elaborează ghiduri de management al bolilor cronice, pacienții și familiile acestora cu privire la care sunt cele mai potrivite IAG în diferite contexte.

### Care sunt rezultatele pe care pacienții le consideră cele mai importante?

Cele mai importante **cinci rezultate** pentru pacienți în privința auto-gestionării obezității au fost:

#Auto-eficacitatea #Participarea și luarea deciziilor #Respectarea programului de tratament #Interacțiuni sociale și #Relația dintre pacient și furnizorul de servicii de sănătate

## Setul complet de rezultate pentru obezitate

COMPAR-EU	
SETUL DE REZULTATE DE BAZĂ	
Rezultatul preferat pentru auto-gestionare:	Explicație:
Auto-eficacitate	Convingerea unei persoane că aceasta este capabilă să facă ceva anume, legat de un anumit scop pe care aceasta dorește să îl atingă; sentimentul de încredere și de a fi în control. Educația în domeniul sănătății <sup>1</sup> este un factor care poate contribui la auto-eficacitate.
Participarea și luarea deciziilor	Capacitatea de a participa activ la luarea de decizii de îngrijire și tratament (atât cât aceasta dorește), de a se simți motivată.
Interacțiuni sociale	Relațiile cu prietenii; să aibă încrederea/energia/motivația de a participa la activități sociale; relațiile cu familia și/sau capacitatea de a avea grijă de copii.
Relația dintre pacient și echipa de furnizare a serviciilor medicale	Încrederea în profesionistul din domeniul sănătății; cât de bună este comunicarea dintre pacient și profesioniștii din domeniul sănătății; a avea suficient timp pentru consultare; cât de mulțumit este pacientul în general în ceea ce privește îngrijirea sa; pacientul simte că are suficiente informații.
Respectarea programului de tratament.	Măsura în care pacientul urmează programul de tratament agreed, cum ar fi dieta, planul de exerciții fizice, sfaturi privind stilul de viață etc., în ansamblu; administrarea medicamentelor prescrise.
Auto-monitorizare (inclusiv înregistrarea datelor monitorizate)	Măsura în care un pacient se monitorizează în mod regulat, conform acordului cu profesioniștii din domeniul sănătății, de exemplu simptomele sau greutatea sa.
Calitatea vieții – Funcționarea fizică și psihologică	1) Activități obișnuite: a fi capabil să desfășoare activități obișnuite, cum ar fi igiena personală, treburile casnice, gestionarea finanțelor. 2) Normalitate: a se simți capabil să aibă o viață „normală”. 3) Mobilitate: A fi capabil, de exemplu, de a merge, a urca scările, a se apleca, a încrucișa picioarele, a se ridica de pe scaune. 4) Muncă: A fi capabil să facă sarcini de lucru sau să de a avea o slujbă plătită. 5) Activități fizice: a fi capabil să

<sup>1</sup> Deținând abilitățile cognitive și sociale care permit unei persoane de a găsi informații legate de sănătate, pentru a înțelege informațiile, pentru a aprecia credibilitatea acestora și pentru a lua măsurile adecvate în viața de zi cu zi (de ex. alegerile stilului de viață, auto-îngrijirea etc.)

	participe și să se bucure de activități fizice. 6) Depresie: senzație de depresie. 7) Anxietate: senzație de anxietate. 8) Stres: senzație de stres.
<b>A face față cu boala</b>	Cât de bine se simte o persoană să facă față stresului sau altor dificultăți cauzate de boală; Atitudine mentală față de afecțiune.
<b>Activarea pacientului</b>	Cunoștințele, abilitățile și încrederea pe care o persoană le are în gestionarea propriei sănătăți și îngrijiri medicale, inclusiv sentimentul de a fi responsabil pentru sine, și de a se simți mobilizat să acționeze, atunci când este necesar. Educația este un proces de mobilizare pentru mulți pacienți, care le permite să preia controlul asupra sănătății lor.
<b>Integrarea la locul de muncă</b>	A fi capabil să îndeplinească sarcini de lucru, de a avea o slujbă plătită sau pentru a putea face parte și a se simți inclus într-o echipă, mediu de lucru etc.
<b>Activități fizice</b>	Activitate fizică/exerciții conform recomandărilor ( <b>Respectarea planului de exerciții</b> ).
<b>Gestionarea greutății corporale</b>	1) Pierdere în greutate: scădere în greutate. 2) Greutate stabilă: capacitatea de a păstra o greutate stabilă. 3) mărimea taliei: măsurarea circumferinței taliei.
<b>Managementul comorbidităților</b>	1) Controlul tensiunii arteriale: scăderea tensiunii arteriale sau necesitatea de a utiliza mai puține medicamente pentru tensiunea arterială. 2) Reducerea șansei de a dezvolta alte afecțiuni cronice: precum afecțiuni ale inimii, diabet, boală coronariană, sindrom metabolic. (Obezitatea este un factor de risc pentru dezvoltarea altor afecțiuni cronice.)
<b>Eficacitatea costurilor pentru sistemul de sănătate – rezultate bazate pe valoare</b>	1) Costuri pentru sistemul de sănătate; economii de costuri pentru sistemul de sănătate ca urmare a intervenției de auto-gestionare; raportul impact-preț al intervenției de auto-gestionare (eficiență a costurilor).
<b>REZULTATE SUPLIMENTARE*</b>	
<b>Diminuarea comportamentelor dependente</b>	De ex. alcool, droguri, jocuri de noroc, cumpărături... Limitarea/Eliminarea, dacă nu excluderea comportamentelor care creează dependență, în special alcoolul, este importantă.
<b>Calitatea somnului</b>	1) Probleme de respirație în timpul somnului: A putea respira ușor când dormi/nu mai este nevoie de mască în timpul somnului la fel de mult ca înainte (apnee obstructivă în timpul somnului). 2) Calitatea generală a somnului.
<b>Efecte secundare ale medicației</b>	Probleme sau leziuni legate de tratament, cum ar fi efectele secundare ale medicamentelor sau efectele secundare ale intervențiilor chirurgicale.
<b>Durere</b>	Senzație de durere sau disconfort.
<b>Viața sexuală</b>	Pentru a putea avea o viață sexuală satisfăcătoare.

\*Rezultatele suplimentare sunt rezultate care au fost considerate secundare în ceea ce privește importanța pentru pacienți, cercetători și profesioniști din domeniul sănătății.

# COMPAR-EU

[Aveți nevoie de informații suplimentare?](#)

Vă rugăm contactați [contact@self-management.eu](mailto:contact@self-management.eu)

De asemenea, puteți vizita pagina de web al proiectului: <https://self-management.eu/>

Partenerii proiectului sunt [Institutul de Cercetare Avedis Donabedian](#) din Spania; [Forumul European al Pacienților](#); [Institutul de Evaluare a Tehnologiei Medicale](#) din Țările de Jos; [Institutul neerlandez pentru cercetarea serviciilor de sănătate](#); [OptiMedis AG](#) din Germania; [Universitatea Ioannina](#) din Grecia și [Institutul de Cercetare Sant Pau](#) din Spania.

## Coordonator al proiectului:



## Partenerii proiectului:



This project has received funding from the European Union's Horizon 2020 Research and Innovation Programme under grant agreement No 754936. The content of this leaflet reflects only the COMPAR-EU groups' views, and the European Commission is not liable for any use that may be made of the information contained herein.

