



Un sondaggio rivela che gli italiani sanno poco delle medicine, anche di quelle che si comprano senza ricetta. “È necessario innalzare il livello di consapevolezza delle persone”. La Guida all'uso corretto dei farmaci realizzata da Coop Salute

di Silvia Fabbri

Farmaci, prima di mandarli giù pensaci

In Italia manca l'alfabetizzazione sanitaria. Gli italiani non capiscono le parole dei medici, né quelle dei foglietti dei farmaci. Ma nessuno, fino ad ora, aveva indagato le conoscenze degli italiani in questo ambito, in modo da strutturare una campagna di comunicazione fatta su misura, in base ai bisogni effettivamente emersi”. Parola di Annalaura Carducci, coordinatrice dell'Osservatorio della Comunicazione sanitaria dell'Università di Pisa e docente di Igiene presso la Facoltà di scienze matematiche, fisiche e naturali che assieme a Coop ha condotto una ricerca per indagare il livello di conoscenze e di percezione del rischio da parte delle persone che acquistano i farmaci da banco. Per arrivare a produrre materiali informativi ad hoc, che tentino di sanare le lacune e di far ragionare le persone su ciò che decidono di mandar giù.

La ricerca dal titolo “Farmaci ingoiati o farmaci ragionati?” è stata condotta partendo da un questionario di 18 domande, strutturato in modo da valutare come le persone si informano, quanto sono aggiornate – ovvero se conoscono le caratteristiche principali dei farmaci da automedicazione, come si identificano, dove si acquistano – se capiscono il significato dei termini più comuni presenti nei foglietti illustrativi e quanto sono consapevoli, cioè

se hanno una sufficiente percezione del rischio legato all'uso dei questi farmaci. Sono stati raccolti 1.416 questionari, diffusi in modo da incrociare le variabili socio-demografiche dei consumatori (età, titolo di studio, attività lavorativa, sesso) in sette sedi selezionate (ipercoop di Livorno, Torino, Bologna, Milano, Bari, Sarzana, Roma).

Il farmaco da banco

La prima carenza rilevata dal questionario è relativa alla **comprensione dei termini** usati per



i farmaci di largo uso. Solo il 37% sa che i farmaci senza ricetta corrispondono ai farmaci “da banco”, mentre il 40% li confonde con i generici. Solo il 61% dei pazienti, poi, conosce il bollino “smile” che indica il farmaco da automedicazione. “In questo caso – rileva Carducci – dobbiamo purtroppo segnalare una carenza da parte delle istituzioni, perché al momento dell'introduzione del farmaco generico non è stata fatta un'adeguata informazione, ingenerando equivoci che oggi, ormai, è diventato difficile chiarire”. “Ma uno dei risultati che ci ha colpiti di più – spiega – e che evidenzia un cortocircuito comunicativo da risolvere, è l'incapacità da parte della maggior parte del campione di individuare l'esatta poso-

»»»»

Guida all'uso corretto dei farmaci

Quando compri un farmaco senza ricetta “ragiona prima di ingoiare”

Coop Salute ha recentemente realizzato una guida all'uso corretto dei farmaci, molto utile per tutte quelle persone che intendono assumere un farmaco da banco per risolvere un momentaneo disturbo di salute. Gli argomenti trattati nella guida sono: le domande da fare a se stessi, al farmacista o al medico per un'automedicazione ragionata; la spiegazione delle parole difficili più usate nei foglietti illustrativi dei farmaci da banco; la “Carta delle pillole”, utile per chi usa più farmaci contemporaneamente. I contenuti della guida sono stati prodotti dall'Osservatorio della

Comunicazione Sanitaria dell'Università di Pisa utilizzando un linguaggio il più possibile semplice. L'Osservatorio della Comunicazione Sanitaria esamina i messaggi che la comunicazione di massa produce in materia di salute valutandone il linguaggio, i contenuti e gli effetti su conoscenze e opinioni della popolazione e trasmettendo alle fonti di informazione indicazioni per correggere eventuali errori e distorsioni (<http://ocs.isti.cnr.it>)

Per scaricare la Guida:

<http://www.e-coop.it:80/portaWeb/portlets/coopSalute/coopSalute.portal>





logia, cioè di fare un calcolo piuttosto banale”. Alla richiesta, infatti, di calcolare il numero massimo di compresse da assumere in un giorno in base all’indicazione: “Prendere 1-2 compresse una-due volte al giorno”, solo il 60% del campione ha dato la risposta corretta (cioè 4). “Va comunque evidenziato - rileva Carducci - che fra coloro che hanno sbagliato prevalgono comunque gli errori per difetto, dimostrando un atteggiamento di cautela”.

E il foglietto illustrativo? Non a caso viene anche chiamato “bugiardino”, tant’è vero che anche se l’86% dichiara di leggerlo, solo il 67% risponde di trarne un qualche aiuto. Il 23% ne risulta allarmato, e il 9% confuso.

Le parole difficili

Ma quali sono le parole che risultano di difficile comprensione? Quasi tutti capiscono “principio attivo” (84%), pochi (solo il 62%) “interazioni”. Qualcuno di più sa che le controindicazioni riguardano i casi in cui non è indicato assumere il farmaco: ma il 30% del campione le associa al concetto di problemi di salute causati dal farmaco.

Sempre per “misurare” il livello di comprensione del foglietto illustrativo - che secondo un’analisi di linguistica computazionale



dovrebbe avere un livello di leggibilità da scuola superiore - il questionario si è poi soffermato sulle parole che descrivono i sintomi correlati ai farmaci: quasi tutti capiscono “cefalea” (al 90%) ma “ematuria”, cioè la presenza nel sangue delle urine, la conosce solo il 19%. Anche la “stipsi” è nota solo al 60% delle persone. Tra gli effetti indesiderati, il meno conosciuto è “nefrite”, cioè **un’inflammatione al rene: ne dà un’interpretazione corretta solo il 46% degli interpellati**. Per quanto riguarda le proprietà farmacologiche la parola “mucolitico” è quella meno nota, nonostante i troppi sciroppi per la tosse che ci autosomministriamo ai primi freddi.

Farà male o no?

Una sezione particolarmente ragionata del questionario ha poi voluto valutare le conoscenze relative alla percezione del rischio con l’attribuzione di vero/falso a una sequenza di 12 affermazioni. È risultato che **solo il 36%, sa che chi soffre di**

pressione alta dovrebbe usare con cautela gli antinfiammatori, ma già il 70% comprende che i farmaci senza ricetta possono non andare d’accordo con altri farmaci. “Nel complesso - commenta Carducci - il livello di consapevolezza del rischio è piuttosto elevato, ma **esiste una quota di persone che sottostima il rischio di interazioni tra farmaci da banco e altri farmaci e di usi inappropriati**. L’analisi stratificata del campione, tentando una lettura di genere che sarebbe interessante approfondire, le donne risultano più prudenti e più informate, probabilmente perché sono quelle che sono più attente alla loro salute”. Sempre a proposito del rischio di interazione, sono la minoranza (40%) quelli che, al momento dell’acquisto di un farmaco da banco, avvisano il farmacista che stanno prendendo un altro preparato.

I rischi di abuso

“Il risultato di questa indagine, la prima del genere che viene svolta nel nostro paese - conclude Carducci - rispecchia in parte una realtà che già conoscevamo, anche se non in modo così preciso: ovvero che **l’Italia manca di alfabetizzazione sanitaria**: laddove per alfabetizzazione intendiamo la capacità di acquisire, comprendere e utilizzare informazioni per la propria salute. È un problema in particolare italiano, credo anche dovuto al fatto che non prediligiamo la cultura di tipo scientifico, ma anche - soprattutto - al fatto che le campagne informative da parte istituzionale sono fatte in modo estemporaneo, non mirato. Un problema sottovalutato, perché una maggiore consapevolezza da parte delle persone abbasserebbe i rischi di abuso e dunque i costi sanitari globali. Ecco perché negli altri paesi europei ricerche come quella che abbiamo condotto sono assai più frequenti, così come le campagne informative per i cittadini. Non c’è dubbio che la consapevolezza e la percezione del rischio sono alla base di un corretto uso dei farmaci da banco”.



L’Associazione L’acqua che balla organizza a Rovereto - con il patrocinio del Collegio delle Ostetriche della provincia di Trento e del Comune di Rovereto Pari Opportunità - un seminario

Per la Festa della Donna

Un seminario per conoscersi meglio

di due giorni (6 e 7 marzo) con la dott.ssa Alexandra Pope: “Donne e potere: svelare una nuova consapevolezza femminile”. Il seminario offrirà la possibilità di lavorare sul potere psicologico e spirituale del ciclo, per imparare ad aprirsi alle sue forze nascoste, per utilizzarlo come saggia guida interiore e svelare così una coscienza femminile.

Alexandra Pope è psicoterapeuta ed esercita la professione da oltre 20 anni, offrendo terapie individuali e di gruppo. Conduce seminari e conferenze in Australia e in Europa e si occupa di formazione presso università, scuole di naturopatia, centri di counselling e istituzioni sanitarie dove tiene conferenze sul

ciclo mestruale e la salute delle mestruazioni, insegnando alle donne a riconoscere la natura del loro potere e come usarlo per aumentare la creatività e il proprio benessere psicofisico. È autrice tra gli altri di *The Wilde Genie* (Sally Milner Pub., 2001), tradotto in italiano *Mestruazioni* (Terranuova, 2007), che sarà presentato a Rovereto il 4 marzo alle 18.00 (libreria Blu Libri). (c.g.)

Per informazioni

Laura Tonello: 348 9212552
latonello@hotmail.com
Per contattare Alexandra Pope:
www.wildgenie.com