

Mal di schiena addio?

Anche se la maggior parte di coloro che si sono messi nelle mani di un fisioterapista si dice soddisfatta, la scelta tra un sistema sanitario pubblico poco efficiente e uno privato troppo oneroso resta difficile. Tra lunghe attese, parcelle salate e cure alternative non sempre il numero di sedute e le tecniche usate sono considerate sufficienti a risolvere tutti i problemi.



FISIOTERAPIA E FISIOTERAPISTI IN ITALIA

A tutto il 2005, anche se è difficile fare una stima, in Italia si contano circa 40.000 fisioterapisti. Ogni anno le nostre università (sono 39 i corsi di studio in fisioterapia) sfornano circa 2.500 laureati: il corso di laurea (tre anni di corso e due di specializzazione) sarà presto l'unica via per poter accedere alla professione. Con la legge n. 43 del 1 febbraio del 2006 (della quale il Governo non ha, però, ancora emesso i decreti attuativi) è prevista la creazione di ordini professionali nell'area parasanitaria, fra cui probabilmente quello dei fisioterapisti. Le questioni irrisolte a oggi sono perciò ancora parecchie, non ultima quella dell'abilitazione alla professione per chi sta già esercitando e non arriva direttamente dal corso di laurea. Altra questione è quella dei laureati in Scienze motorie, la cui laurea (per la legge 27 del 3 febbraio 2006) sarebbe al momento comparabile a quella in fisioterapia, a patto che si frequenti un non meglio precisato "corso su paziente".

Quanto è utilizzata la fisioterapia in Italia? Per quali patologie ci si rivolge generalmente a queste cure? Quale tipo di trattamento e per quanto tempo viene di solito applicato? Con quale risultato e con quali costi? Per rispondere a queste domande e delineare un quadro degli italiani che si affidano alla fisioterapia, abbiamo svolto una indagine statistica. L'analisi è stata condotta tra l'ottobre e il novembre del 2005, in 4 paesi del gruppo Euroconsumers: Italia, Belgio, Spagna e Portogallo. In ciascuno

di questi paesi, un questionario è stato inviato a un campione di popolazione dai 18 ai 75 anni. Questo, quindi, doveva essere compilato preferibilmente da un adulto della famiglia che è ricorso personalmente alla fisioterapia negli ultimi due anni; nel caso in cui nessuno avesse fatto sedute in questo periodo, gli intervistati avrebbero dovuto compilare soltanto una specifica parte del questionario. Abbiamo ricevuto in totale quasi 10.000 questionari debitamente compilati,

dei quali 1.852 in Italia. I risultati ottenuti sono rappresentativi per la popolazione italiana dai 18 ai 75 anni.

Una cura negli ultimi due anni

Il 63% degli intervistati dice di avere consultato un fisioterapista almeno una volta nel corso della propria vita. La nostra indagine riguarda principalmente quelli la cui ultima seduta di fisioterapia

E CHI NON HA FATTO FISIOTERAPIA NEGLI ULTIMI DUE ANNI?

Il 56% delle persone che hanno compilato il questionario non ha fatto sedute di fisioterapia nel corso degli ultimi due anni; due terzi di questi non sono (per il momento) mai ricorsi alla fisioterapia nel corso della loro vita.

Tuttavia, il 70% degli intervistati che non si sono rivolti a un fisioterapista in questi ultimi due anni ha sofferto, in quel periodo, di uno o più problemi che avrebbero potuto giustificare sedute di fisioterapia (problema alla schiena, al collo, alle caviglie ecc.). Se non hanno fatto ricorso alla fisioterapia, è, dicono, soprattutto perché non c'era ragione di farlo o perché il loro problema non era tale da essere trattato da un

fisioterapista. Solo il 30% dichiara di avere totale fiducia nell'efficacia della fisioterapia.

Il gruppo di coloro che di recente non hanno consultato un fisioterapista (pur avendone potenzialmente la necessità) è, globalmente, un po' più giovane e più numeroso al Sud rispetto al gruppo che ha seguito un trattamento negli ultimi due anni, anche se non ci sono in genere altre differenze fondamentali.

In altri termini, non si può dire che la fisioterapia sia inaccessibile a una certa parte della popolazione, ma forse l'offerta sanitaria potrebbe essere più carente nelle regioni del sud Italia.

risale a meno di due anni prima; si tratta del 44% circa del campione (uomini e donne in uguale misura): è su questo gruppo che abbiamo focalizzato la nostra attenzione.

Soprattutto per il mal di schiena

È in particolar modo per problemi legati all'apparato locomotore (problemi muscoloscheletrici soprattutto alla schiena, vedi grafico in basso) che si fa appello alla fisioterapia (91% delle risposte). In Italia è ancora bassa (9%) la percentuale di persone che ricorrono alla fisioterapia per altri settori come quello del parto e post-natale, i disturbi neurologici, la fisioterapia postoperatoria e i disturbi cardiovascolari, contro il 23% dei pazienti che lo fanno in Belgio. Quasi la metà degli intervistati ha fatto ricorso alla fisioterapia per risolvere un solo problema tra quelli per i quali ci si rivolge in genere alla fisioterapia; si tratta della percentuale più alta tra i paesi della nostra indagine, che al contrario tendono

a rivolgersi al fisioterapista per più problemi contemporaneamente: è il caso, per esempio, della Spagna dove due pazienti su tre fanno sedute di fisioterapia per due o tre problematiche allo stesso tempo.

Consiglio da amico

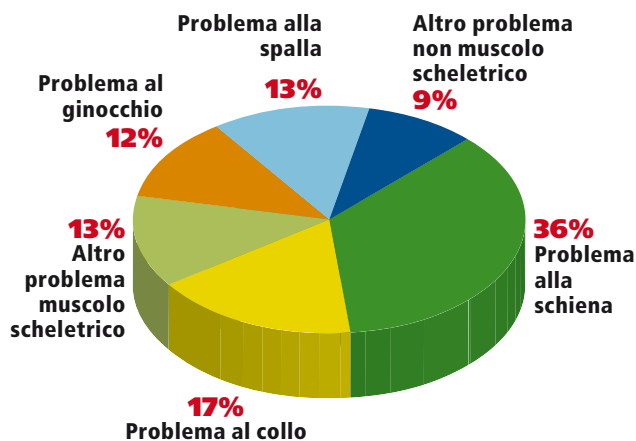
Per quale ragione avete scelto proprio un determinato fisioterapista? La scelta nella maggior parte degli intervistati è dettata dai consigli di amici, parenti o colleghi (28%). Un'altra ragione della scelta è la sua vicinanza al domicilio o al luogo di lavoro (28%), anche se il 22% afferma di non aver scelto personalmente un dato fisioterapista, ma di esserselo visto assegnare dalla Asl di competenza o dall'ospedale nel quale si era ricoverati.

Fisioterapia sì, ma non subito

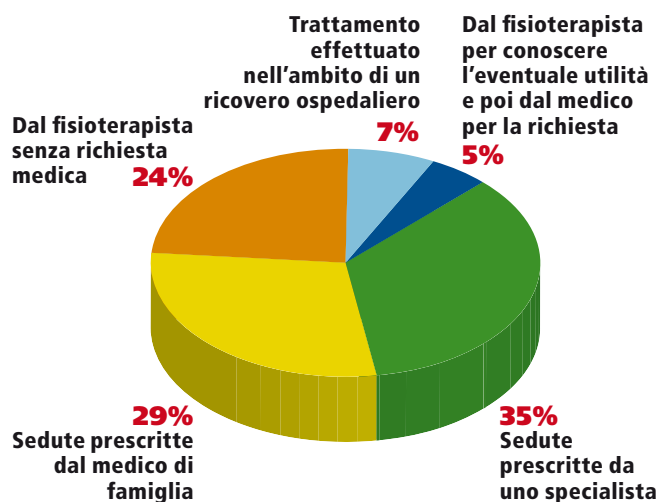
Quasi tre intervistati su quattro sono passati da un medico prima di iniziare un trattamento di fisioterapia. Tuttavia, dopo la Spagna, siamo il paese in cui

ci sono state più persone (il 24% per l'esattezza) che hanno preferito recarsi direttamente dal fisioterapista senza consultare il proprio medico di base né uno specialista (vedi grafico in basso). In realtà è bene ricordare che i trattamenti fisioterapici dovrebbero essere prescritti da un medico. Per poter usufruire delle cure nella sanità pubblica in Italia è in genere richiesta la visita dal fisiatra (che fa la diagnosi e valuta la gravità della patologia); è utile comunque avere un consulto da uno specialista anche quando ci si cura privatamente. Quando compare per la prima volta un problema per il quale queste cure potrebbero essere utili, gli Italiani non pensano immediatamente alla fisioterapia come rimedio. Tre quarti dei pazienti ha tentato in prima battuta di risolverlo con altri mezzi, principalmente con farmaci antidolorifici o antinfiammatori (56%), con un'operazione chirurgica (16%), con una fasciatura o un tutore

PER QUALE PRINCIPALE RAGIONE È RICORSO AL FISIOTERAPISTA?



COME È ARRIVATO ALLA FISIOTERAPIA?





4,2
Quanto soffre
o si sente
limitato
in questo
momento?

6,6
Quanto è
soddisfatto dei
risultati del
trattamento?

7,1
Quanto soffriva
o si sentiva
limitato appena
prima di iniziare
il trattamento di
fisioterapia?

► ortopedico (17%) o con una terapia non convenzionale, per esempio rivolgendosi all'osteopata o al chiropratico (7%).

Pubblico o privato

L'Italia, come tutti gli altri paesi europei, offre ai cittadini la possibilità di farsi curare sia in strutture pubbliche che in strutture private. Anche le sedute di fisioterapia possono essere effettuate attraverso il servizio sanitario nazionale, pagando un ticket (in base alla regione di appartenenza e alle caratteristiche del paziente), oppure recandosi presso uno studio privato di un fisioterapista o un centro specializzato, pagando il costo dell'intera prestazione di tasca propria. Indipendentemente dall'utilizzo del sistema pubblico o di quello privato, come si può vedere dai dati nella pagina accanto, gli intervistati sono soliti svolgere le sedute di fisioterapia o direttamente nello

studio di un fisioterapista (45%) o in centri specializzati in riabilitazione (34%). La percentuale delle sedute praticate a domicilio resta in Italia abbastanza modesta (9%) anche se di gran lunga più alta rispetto a quelle di Spagna (4%) e Portogallo (2%).

Strutture pubbliche: meno fiducia

In generale, anche se non si raggiungono le percentuali spagnole, più di un italiano su due preferisce usufruire del sistema sanitario privato per le sedute di fisioterapia (52%), a fronte di un paziente su tre che predilige la sanità pubblica. La scelta sembra essere legata alle possibilità economiche degli intervistati anche se, tra le persone con difficoltà economiche, quelle che si recano dai privati sono più o meno la stessa percentuale di quelle che si affidano all'assistenza sanitaria nazionale: il dato potrebbe rivelare un giudizio critico dei cittadini

sull'efficienza delle strutture pubbliche, spesso (come vedremo) afflitte da tempi di attesa troppo lunghi e da difficoltà nell'ottenere gli appuntamenti.

Attese insostenibili

Fissare un appuntamento può risultare più o meno complicato se ci si rivolge a una struttura pubblica o al sistema sanitario privato: solo il 4% dei pazienti di strutture private ha trovato difficoltà nel fissare un appuntamento (l'hanno giudicata addirittura una cosa "facile" nel 57% dei casi), contro il 20% di chi invece si è servito della sanità pubblica. Inoltre, in Italia, dal momento in cui si richiede un trattamento al giorno in cui si inizia la prima seduta, passano in media (tra pubblico e privato) 12 giorni: il triplo di quelli che occorrono in Belgio. Ben più lunga l'attesa se ci si rivolge al servizio sanitario nazionale: ci vogliono 21 giorni a fronte dei 6 necessari in media per iniziare un trattamento privato. Molti (38%) hanno iniziato il trattamento più tardi di quanto ritenessero necessario a causa principalmente della mancanza di tempo da parte del fisioterapista (lista d'attesa piena); ciò capita decisamente più spesso nelle strutture pubbliche (65%) che in quelle dei privati (34%). Dai dati di pagina 13 si può vedere quanto dura in media una seduta in relazione al luogo in cui viene effettuata: in Italia una seduta dura in media 41 minuti (leggermente meno che in Spagna e in Portogallo); il tempo medio è leggermente inferiore nelle strutture pubbliche (37 minuti) che privatamente (45 minuti).

Trattamenti a lungo termine

Abbiamo chiesto (sia a coloro che hanno un trattamento ancora in corso sia a quelli che lo hanno già terminato) quante sedute hanno effettuato e per quante settimane. Tra chi aveva terminato il trattamento (81%), i pazienti che hanno avuto problemi di schiena hanno seguito in media 17 sedute, ma per il 10% di loro il trattamento ha comportato almeno 30 sedute, distribuite in media su 33 settimane. Considerando tutte le varie patologie in media si effettuano 19 sedute, anche se il 25% dei pazienti ha praticato un massimo di 10 sedute, mentre un altro quarto ne ha dovuto seguire più di 20.

MANI, ESERCIZI E STRUMENTI

Il fisioterapista in genere combina diverse tecniche nel corso di un ciclo di sedute (vedi dati a pagina 13): massaggi, esercizi, manipolazioni e mobilizzazione, e non ultimo il ricorso alla strumentazione tecnica. Più che negli altri paesi in Italia c'è la discutibile abitudine ad affidarsi esclusivamente (o prevalentemente) agli strumenti (il 18% degli intervistati dichiara di non aver subito altro genere di trattamento se non con le macchine). Su questo tipo di terapie i pareri sono però discordi e non esistono in molti casi prove scientifiche inconfutabili della loro efficacia; in Belgio, proprio per questa ragione, non vengono rimborsate terapie come ionoforesi e magnetoterapia.

Eccone comunque alcuni esempi:

- **Elettroterapia:** Tens e ionoforesi. Mentre la prima sfrutta le proprietà della corrente elettrica a bassa tensione per bloccare la trasmissione dei messaggi di dolore verso il cervello (o rilassare i muscoli), la seconda la sfrutta per facilitare la penetrazione dei farmaci attraverso la cute.
- **Laserterapia, magnetoterapia e ultrasuoni:** utilizzano rispettivamente le proprietà antalgiche e antinfiammatorie del laser, dei campi magnetici e degli ultrasuoni.
- **Termoterapia:** radarterapia, paraffinoterapia, marconiterapia, raggi infrarossi. Sfruttano l'applicazione del calore a fini terapeutici.

Passando ai trattamenti ancora in corso (19%), tra i quali ci sono i pazienti cronici, un quarto delle persone intervistate è in cura da più di 3 anni con, a volte, migliaia di sedute.

Sedute troppo costose

I soggetti della nostra indagine dichiarano di aver pagato di tasca propria una media di 22 euro a seduta, ma questa cifra nasconde differenze rilevanti tra pubblico e privato e tra le varie terapie. Infatti circa un quarto del campione ha pagato meno di 4 euro per seduta, mentre un altro quarto ne ha spesi più di 30. Chi si rivolge al sistema sanitario privato rischia di pagare in media quasi 7 volte di più di quelli che si rivolgono alle strutture pubbliche: una seduta con il sistema sanitario privato costa circa 26 euro, mentre solo 4 euro con quello pubblico (anche se in Spagna, per esempio, questa quota non si paga del tutto). Per fortuna in Italia c'è la buona abitudine di chiedere in anticipo informazioni sui costi delle sedute: più della metà degli intervistati, infatti, ha avuto l'accortezza di chiedere (prima di iniziarlo) quanto sarebbe loro costato il trattamento, contro soltanto il 26% degli spagnoli.

Risultati all'altezza?

Tra i pazienti della nostra indagine, risulta che gli italiani sono quelli meno soddisfatti dei risultati del trattamento al quale si sono sottoposti: in media assegnano un giudizio di soli 6,6 su 10 (contro per esempio il 7,5 dei belgi). Ma, come sempre, ci sono forti differenze individuali: il 25% dei partecipanti è costituito da insoddisfatti (con un

giudizio di massimo 5), mentre il 50% dei pazienti attribuisce come voto 7 o più al trattamento. Il livello di soddisfazione di chi si rivolge alle strutture pubbliche (6,2) è più basso di quello di coloro che si sono fatti curare in strutture private (7,1). A trattamento terminato, il criterio che

influenza di più la soddisfazione è la possibilità di adattare la cura in maniera flessibile al problema; la soddisfazione è inferiore quando il fisioterapista ha applicato una sola tecnica piuttosto che una combinazione di vari metodi. Per i pazienti ancora in trattamento, il criterio che determina di più la loro

DOVE SONO STATE EFFETTUATE LE SEDUTE?



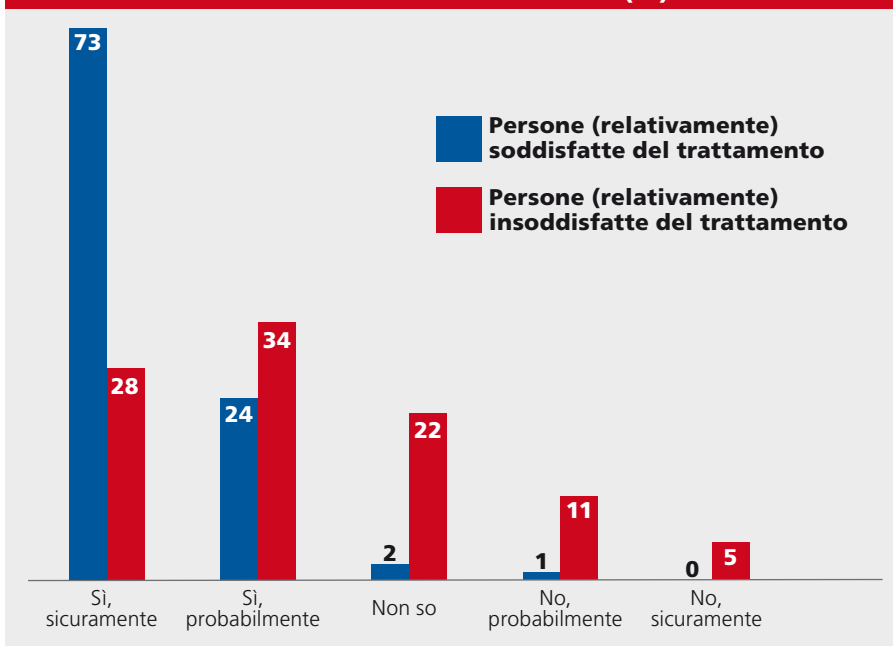
QUALI TECNICHE SONO STATE IN GENERE APPLICATE?



QUAL È STATA LA DURATA DELLE SEDUTE (MINUTI)?



RACCOMANDEREBBE LA FISIOTERAPIA A UN PARENTE/AMICO CON LO STESSO DISTURBO? (%)



► soddisfazione è la percezione che il fisioterapista sia competente. Abbiamo chiesto, poi, ai pazienti in quale misura raccomanderebbero la fisioterapia a un parente (o a un conoscente) che soffre dello stesso problema: il 73% di quelli che si sono dichiarati soddisfatti del trattamento (voto 6 o più) raccomanderebbe di sicuro la fisioterapia a un parente (vedi grafico qui sopra).

Le sedute che non bastano

Abbiamo chiesto ai pazienti il cui trattamento è terminato se il numero di sedute effettuate fosse sufficiente a migliorare il problema: il 42% di loro ritiene di no. Un italiano su tre

(tra quelli che non hanno risolto il problema) ha preferito non effettuare ulteriori trattamenti; tutti gli altri, invece, hanno deciso di continuare a fare qualcosa nel tentativo di risolvere il problema: il 20% è tornato dal medico che gli ha prescritto medicinali, il 13% ha usato la medicina non convenzionale e il 12% ha iniziato nuove sedute di fisioterapia (su prescrizione medica). Coloro che si sono rivolti a un terapeuta non convenzionale (osteopata, chiropratico...) sono i più soddisfatti della soluzione scelta per rimediare all'insufficienza delle sedute di fisioterapia.

Al contrario, il 14% del campione ha messo fine al trattamento di fisioterapia prima del previsto. Le principali ragioni dichiarate sono l'assenza di miglioramento del problema (citato da circa un terzo di loro) e il costo troppo elevato del trattamento (18%).

Cambio vita: forse

Il fisioterapista non è soltanto un terapeuta, ma ha anche il dovere di aiutare il paziente dandogli consigli sullo stile di vita: una serie di problemi fisici sono infatti dovuti o accentuati da cattive abitudini, che occorre dunque correggere. Come dimostrano i dati qui a lato, il 56% dei partecipanti all'indagine ha cambiato alcuni comportamenti durante o dopo il trattamento. È

QUANTI HANNO CAMBIATO COMPORTAMENTI/ABITUDINI



soprattutto sull'attività fisica che gli intervistati hanno modificato le loro abitudini (più sport e in genere una vita più attiva, camminate, maggiore attenzione alle corrette posture...). Una parte non trascurabile ha detto anche di avere modificato le abitudini di lavoro (soppressione dei lavori pesanti, miglioramento della postura sul lavoro...), di sonno (per esempio l'acquisto di un altro letto) o di svago (l'abbandono di uno sport).

Soddisfatti, ma non troppo

Al termine di questa indagine, circa il 75% dei pazienti è soddisfatto o molto soddisfatto dei risultati ottenuti. Ciò implica, comunque, che un quarto dei pazienti non è rimasto contento delle cure ricevute (a volte limitate solo alle terapie con utilizzo di strumentazioni); fra di essi ci sono parecchi pazienti cronici, che non hanno visto migliorare il loro problema a seguito del trattamento.

In Italia, inoltre, la situazione è aggravata dalla scarsa efficienza del sistema sanitario pubblico e dai costi troppo elevati di quello privato: con il primo è in genere più complicato prendere appuntamento e occorre aspettare in media tre settimane prima di iniziare la prima seduta. Se è vero che nelle strutture private i tempi di attesa si riducono a solo 6 giorni e che in genere il livello di soddisfazione dei pazienti è più alto, è anche vero che i suoi costi arrivano ad essere anche 7 volte quelli pubblici per le stesse prestazioni.

È bene sapere che la fisioterapia non può offrire una risposta soddisfacente a tutti i tipi di patologie e che esistono profonde differenze tra le diverse tecniche di trattamento proposte; l'efficacia di alcune di esse non è scientificamente dimostrata (o per lo meno è ancora dibattuta) e le regole e gli istituti per tutelare la professionalità degli operatori del settore sono ancora in via di definizione. Per queste ragioni, il consiglio è quello di informarsi sempre in modo approfondito e di affidarsi possibilmente a un medico prima di iniziare una qualunque seduta di fisioterapia.