

Prevenire è meglio che curare!

Quattro azioni fondamentali nello sviluppo e nella tutela della tua salute

La prevenzione è un'azione di cambiamento socio-culturale sostanziale, e come tale suscita immancabili difese o rifiuti. La reazione immediata di fronte a una proposta/ipotesi di cambiamento è: “se ora sono chiamato a cambiare , vuol dire che quanto ho fatto finora è sbagliato!”.

La prevenzione quindi per essere attuata a fronte di una prima reazione sempre difensiva, deve fronteggiare numerosi tabù e resistenze, in primo luogo proprio da parte degli utenti.

La Prevenzione Primaria ha il suo campo d'azione sul soggetto sano e si propone di mantenere le condizioni di benessere e di evitare la comparsa di malattie. In particolare è un insieme di attività, azioni ed interventi che attraverso il potenziamento dei fattori utili alla salute e l'allontanamento o la correzione dei fattori causali delle malattie, tendono al conseguimento di uno stato di completo benessere fisico, psichico e sociale dei singoli e della collettività o quanto meno ad evitare l'insorgenza di condizioni morbose.

La Prevenzione Secondaria attiene a un grado successivo rispetto alla prevenzione primaria, intervenendo su soggetti già ammalati, anche se in uno stadio iniziale (fasi prodromiche o precliniche). Rappresenta un intervento di secondo livello che mediante la diagnosi precoce di malattie, in fase asintomatica (programmi di screening) mira ad ottenere la guarigione o comunque limitarne la progressione. Consente l'identificazione di una malattia o di una condizione di particolare rischio seguita da un immediato intervento terapeutico efficace, atto a interromperne o rallentarne il decorso.

La Prevenzione Terziaria fa riferimento a tutte le azioni volte al controllo e contenimento degli esiti più complessi di una patologia. Consiste nell'accurato controllo clinico-terapeutico di malattie ad andamento cronico o irreversibili, ed ha come obiettivo quello di evitare o comunque limitare la comparsa sia di complicazioni tardive che di esiti invalidanti. Con prevenzione terziaria si intende anche la gestione dei deficit e delle disabilità funzionali consequenziali ad uno stato patologico o disfunzionale. Si realizza attraverso misure riabilitative e assistenziali, volte al reinserimento familiare, sociale e lavorativo del malato, e all'aumento della qualità della vita.

La prevenzione quaternaria o prevenzione della ipermedicalizzazione o prevenzione della medicina non necessaria, è una forma di prevenzione in medicina, al fine di prevenire, ridurre o evitare le conseguenze della “commercializzazione” della malattia. Essa può essere definita come “Azione intrapresa per identificare pazienti a rischio di overmedicalization (sovra-medicalizzazione), per proteggerli da un approccio medico aggressivo, scorretto e suggerire interventi che siano eticamente accettabili; tale concetto è ormai accettato in varie branche della medicina”.