



COMUNICATO STAMPA

Il programma per la prevenzione delle cadute riduce il tasso di caduta del 24 percento

Nuovo studio della Lega svizzera contro il reumatismo e della ZHAW

Zurigo, 10 giugno 2021

Le cadute sono la seconda causa più frequente di incidenti in Svizzera. Due terzi delle cadute avvengono a casa e sono a rischio soprattutto le persone anziane. Il programma per la prevenzione delle cadute «Sicuri tutti i giorni» della Lega svizzera contro il reumatismo si svolge dal 2011 presso le abitazioni delle persone anziane ed è affiancato regolarmente dalle competenze scientifiche dell'Università di Scienze applicate di Zurigo (ZHAW). I nuovi risultati dello studio dimostrano con chiarezza che il programma per la prevenzione delle cadute ha permesso di ridurre le cadute e risparmiare costi sanitari.

[I risultati dello studio prospettico](#) dell'Università di Scienze applicate di Zurigo (ZHAW) dimostrano con chiarezza che il programma per la prevenzione delle cadute «Sicuri tutti i giorni» della Lega svizzera contro il reumatismo è molto efficace e fornisce un contributo importante alla prevenzione delle cadute. La Prof.ssa Dr.ssa Karin Niedermann, direttrice dello studio, spiega: «Ogni caduta evitata è un grande successo perché spesso si evitano allo stesso tempo limitazioni motorie e perdita di autonomia.» Lo studio si è svolto su un periodo di quattro anni (2016–2019).

La prima parte dello studio è stata incentrata sulla riduzione delle cadute: il tasso di caduta delle persone anziane è calato del 24 percento un anno dopo la visita domiciliare. Sono stati riscontrati anche moderati effetti positivi a lungo termine: la paura di cadere delle persone anziane è risultata ridotta, mentre ci sono stati miglioramenti nella quantità di movimento e nella qualità della vita per quanto riguarda le limitazioni e i problemi nelle attività quotidiane.

La seconda parte dello studio ha valutato il rapporto costi/efficacia del programma per la prevenzione delle cadute. I risultati dimostrano che la partecipazione al programma per la prevenzione delle cadute ha evitato nel corso di un anno il 48 percento delle cadute con trattamento medico. In altre parole, sono necessarie solo dodici visite domiciliari per evitare una grave caduta con conseguenze mediche. «Solo pochi studi su programmi di prevenzione in Svizzera sono riusciti a illustrare i risparmi sui costi medici diretti con la stessa chiarezza di questo studio sulla prevenzione delle cadute.», afferma la Prof.ssa Dr.ssa Karin Niedermann.

L'obiettivo: meno cadute e più autonomia

Nelle persone anziane, le cadute non sono solo più frequenti, ma comportano spesso conseguenze gravi, come ricoveri ospedalieri o perdita dell'autonomia. Per affrontare questo problema, nel 2011 la Lega svizzera contro il reumatismo ha iniziato a sviluppare il [programma per la prevenzione delle cadute «Sicuri tutti i giorni»](#). «Ci sono state comunicate numerose possibilità di miglioramento e speriamo di continuare ad avere la forza di affrontare autonomamente la quotidianità. Non per niente si dice che per restare in salute bisogna muoversi», afferma un anziano partecipante.





Rheumaliga Schweiz
Ligue suisse contre le rhumatisme
Lega svizzera contro il reumatismo

Nel corso di una visita domiciliare, un/una fisioterapista o ergoterapista segnala alle persone anziane i pericoli di caduta nella loro abitazione. Attraverso misure concrete come il fissaggio dei tappeti e alcuni esercizi di movimento, il/la specialista aiuta le persone anziane a ridurre il proprio rischio.

Le assicurazioni malattie sostengono questo programma

Il programma per la prevenzione delle cadute della Lega svizzera contro il reumatismo è stato sostenuto fin dall'inizio da diverse assicurazioni malattie. Attualmente partecipano, tra le altre, CSS, Sanitas e Atupri. Le persone interessate possono rivolgersi direttamente alla propria assicurazione malattie.

Altre informazioni

Monika Siber, Responsabile della comunicazione, tel. 044 487 40 60, m.siber@rheumaliga.ch

Lega svizzera contro il reumatismo

La Lega svizzera contro il reumatismo è un'organizzazione mantello che include 19 leghe contro il reumatismo cantonali e regionali nonché sei organizzazioni nazionali dei pazienti. Il suo impegno è dedicato alle persone colpite e si rivolge a interessati, medici e health professional con informazioni, consulenza, corsi, formazione continua e ausili per la vita quotidiana. La Lega svizzera contro il reumatismo è stata fondata nel 1958 e si fregia del marchio di qualità ZEWO per organizzazioni di pubblica utilità.



Lega svizzera contro il reumatismo · Josefstrasse 92 · 8005 Zurigo · Telefono 044 487 40 00 · Ordinazioni 044 487 40 10 · Fax 044 487 40 19

E-mail info@rheumaliga.ch · www.reumatismo.ch · Conto postale 80-2042-1 · Banca UBS Zurigo, Sede centrale, Conto 590.960.01F · N. IVA 356 901