

Comunicato stampa – Olten, 19 settembre 2025

L'auto-aiuto rafforza il sistema sanitario svizzero

I gruppi di auto-aiuto sostengono le persone malate e i loro familiari nell'affrontare la malattia e le sfide legate alla salute. Il progetto «Competenze in materia di salute grazie a ospedali favorevoli all'auto-aiuto», realizzato dalle fondazioni Info-Auto aiuto Svizzera e Promozione Salute Svizzera tra il 2021 e il 2025, è stato valutato dalla Scuola universitaria professionale di Lucerna (HSLU) su mandato di Promozione Salute Svizzera. I risultati della valutazione dimostrano chiaramente il successo del progetto e l'elevato potenziale dell'auto-aiuto per il sistema sanitario svizzero e per un'assistenza sostenibile alle persone malate e ai loro familiari.

In Svizzera esistono circa 2'700 gruppi di auto-aiuto. Essi svolgono un ruolo centrale nel sistema sanitario: sostengono le persone direttamente interessate e i loro familiari, rafforzano le competenze in materia di salute e l'autoefficacia, promuovono il benessere psicologico e favoriscono la partecipazione sociale. In questo modo, i gruppi di auto-aiuto integrano le cure stazionarie e ambulatoriali nonché il follow-up, costituendo un pilastro essenziale di un sistema sanitario incentrato sulle persone assistite.

Integrare maggiormente l'auto-aiuto nel percorso di cura

Con il progetto «Competenze in materia di salute grazie a ospedali favorevoli all'auto-aiuto», la Fondazione Auto aiuto Svizzera si è posta l'obiettivo di collegare meglio l'auto-aiuto al sistema sanitario. La HSLU ha accompagnato il progetto dal 2021 all'aprile 2025 nell'ambito di una valutazione commissionata da Promozione Salute Svizzera. I risultati ottenuti saranno integrati in modo duraturo nel nuovo modello «Promuovere l'auto-aiuto negli ospedali e nelle istituzioni sanitarie» a partire dal 2026.

Dall'inizio del 2025, questo modello è riconosciuto come misura di miglioramento della qualità (MMQ) nel campo d'azione «Sistema incentrato sulla persona assistita» da H+, l'associazione mantello degli ospedali svizzeri, nell'ambito del contratto di qualità della Confederazione (art. 58a LAMal). La fase di transizione verso il nuovo modello beneficia inoltre di un sostegno finanziario e di un accompagnamento da parte della Commissione federale per la qualità (CFQ) per il periodo 2024–2026.

È necessario un maggiore margine di manovra per l'auto-aiuto

I principali risultati della valutazione del progetto «Ospedale favorevole all'auto-aiuto» sono stati presentati il 27 agosto 2025 nel corso di un evento specialistico presso la HSLU a Lucerna. La valutazione, commissionata da Promozione Salute Svizzera, conferma che l'auto-aiuto può essere utile lungo l'intero percorso di cura: dalle cure stazionarie ai trattamenti ambulatoriali fino al follow-up.

Sulla base delle conoscenze acquisite, Promozione Salute Svizzera ha elaborato un policy brief che illustra le sfide cui sono confrontate le istituzioni sanitarie quando intendono promuovere l'auto-aiuto autogestito. Il documento formula inoltre raccomandazioni concrete destinate ai decisori della Confederazione e dei Cantoni, agli ospedali, alle strutture di assistenza ambulatoriale e ai

professionisti della salute, indicando sia soluzioni già esistenti da portare avanti sia nuove piste da sviluppare.

Cooperazione e integrazione dell'auto-aiuto: un investimento che ripaga

Affinché la collaborazione tra ospedali e gruppi di auto-aiuto sia efficace, è necessario che il modello «Promuovere l'auto-aiuto» venga attuato in modo coerente lungo l'intero percorso di cura. Una delle numerose raccomandazioni del policy brief di Promozione Salute Svizzera prevede inoltre l'integrazione attiva dei gruppi di auto-aiuto nelle offerte di formazione di base e continua, nelle misure di qualità, nonché nei dialoghi trilaterali e negli eventi pubblici.

Il modello rafforza la collaborazione interprofessionale e fornisce un contributo essenziale alle cure integrate. Inoltre, l'integrazione dei gruppi di auto-aiuto nei processi clinici genera un arricchimento reciproco delle competenze.

Affinché una cooperazione duratura e diffusa tra l'auto-aiuto e il sistema sanitario possa avere successo, oltre a un ancoraggio giuridico dell'auto-aiuto, è essenziale che la Confederazione e, per quanto possibile, tutti i Cantoni mettano a disposizione risorse sufficienti e che sia garantito un finanziamento misto e stabile, che combini fondi provenienti da diverse fonti, tra cui Cantoni, ospedali, fondazioni, imprese, organizzazioni senza scopo di lucro e privati.

Ulteriori informazioni sul Policy Brief di Promozione Salute Svizzera

Prevenzione nell'ambito delle cure: raccomandazioni per promuovere l'auto-aiuto nel sistema sanitario (Policy brief 3).

Auto aiuto Svizzera

Dal 2000, la Fondazione Auto aiuto Svizzera opera a livello nazionale al servizio dell'auto-aiuto autogestito, indipendentemente dal tema, dal grado di coinvolgimento o dalla forma di sostegno, seguendo il principio «Insieme è meglio». Dal 2001 la Fondazione beneficia di un mandato di prestazioni dell'Ufficio federale delle assicurazioni sociali (UFAS), che attua in collaborazione con 22 centri e punti di contatto auto -aiuto e con diverse organizzazioni di auto-aiuto, a favore di circa 2'700 gruppi di auto-aiuto e 43'000 partecipanti, su quasi 300 tematiche.

L'auto-aiuto autogestito apporta un contributo importante al sistema sociale e sanitario svizzero. La Fondazione Info-Entraide Svizzera si impegna per un maggiore riconoscimento dell'auto-aiuto autogestito e delle sue offerte in tutto il Paese.

Info-Entraide Svizzera

Neuhardstrasse 38 | CH-4600 Olten

Tel. 061 333 86 01 | info@selbsthilfesuisse.ch | www.infoentraidesuisse.ch