

Come realizzare un adeguato follow-up psicologico con gli strumenti della telemedicina

Dott.ssa Simonetta Sarro

Psicologa

Centro di Chirurgia dell'Obesità

Ospedale di Magenta ASST-OVEST Milanese

L'emergenza Covid-19 ha comportato un drastico cambiamento nell'approccio alla vita, alla quotidianità ed anche alla cura del sé, fisico e mentale.

... I processi di cura, le visite mediche, i controlli post-intervento sono stati condizionati significativamente dalla pandemia...

... i pazienti sono stati travolti da un'ondata di incertezza e smarrimento...

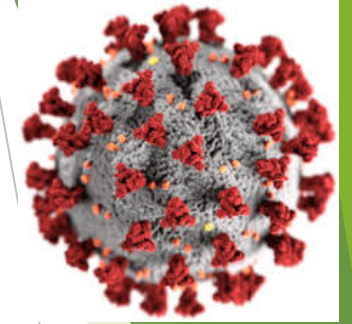
... quando verrò operato?

... come verrò seguito una volta operato?

... rimarrò solo o verrò comunque seguito?

La telemedicina, è stata l'ancora di speranza per molti pazienti, nonostante magari l'iniziale diffidenza, per capire che

“NO, NON VERRO' LASCIATO SOLO E CONTINUERO'AD ESSERE SUPPORTATO E SEGUITO”



FOLLOW-UP A DISTANZA: QUALI MEZZI

► Diversi sono gli strumenti a disposizione dello psicologo e del paziente, per poter continuare un adeguato follow-up.

► Nella mia esperienza clinica i più diffusi sono:

SKIPE (tramite id di registrazione)

WHATSAPP (tramite numero di tel)

Consentono una consulenza psicologica tramite videochiamata.

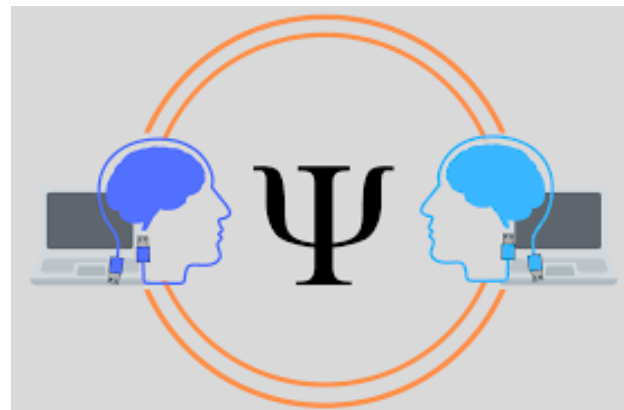
Possono essere scaricate su qualsiasi tablet o smartphone;

Skype consente anche l'accesso da pc.



RINEGOZIARE LA RELAZIONE

- ▶ Un intervento di follow-up a distanza comporta un nuovo setting, più articolato di quello in presenza.
- ▶ Non c'è più solo il setting scelto dal terapeuta, ma anche quello che il paziente sceglie di mostrare; pz che si trova a dover far entrare il terapeuta in un proprio spazio personale.
- ▶ il pz potrà avere dubbi o perplessità che meritano di essere trattati e sciolti, affinché non inficino sul processo di cura (alcuni più prettamente tecnici, altri più relazionali-emotivi).



FOLLOW-UP A DISTANZA: VANTAGGI

- ▶ Continuità nel processo di cura;
- ▶ Strumento sicuro e accessibile, senza rischi di contagio;
- ▶ Confermata efficacia da diversi studi clinici (es. Hedman E. et al., 2012 per efficacia TCC online);
- ▶ Maggior flessibilità e facilità di accesso (es. ridotta la fatica di spostamento).



FOLLOW-UP A DISTANZA: SVANTAGGI

- ▶ Pregiudizio del pz, magari più anziano o poco incline all'uso della nuova tecnologia;
- ▶ Timore per la tutela della privacy: il pz può sentirsi meno a suo agio a parlare da casa sua, per timore di essere ascoltato;
- ▶ Riduzione dello spazio visivo, che può comportare la perdita parziale della comunicazione non verbale;
- ▶ Problemi di connessione, che possono comportare la non fluidità della parola;
- ▶ Riduzione di eventuali tecniche-strumenti clinici utilizzabili.



Ricordiamo ai pazienti, e a noi stessi...

...CHE LA VITA E' ADESSO...

MENTRE SI RIMANDA, LA VITA PASSA

(SENECA)