



Settembre 2024



Sostegno di progetti Prevenzione nell'ambito delle cure (PADC): Call for Proposals 2025

Colophon**Editrice**

Promozione Salute Svizzera

Foto di copertina

iStock

Foto di copertina allegato

iStock

Informazioni

Promozione Salute Svizzera, Wankdorfallee 5, CH-3014 Berna, Tel. +41 31 350 04 04,
office.bern@promotionsante.ch, www.promozionesalute.ch

Testo originale

Tedesco

Numero d'ordinazione

04.0540.IT 09.2024

La presente pubblicazione è disponibile anche in tedesco e in francese
(numeri d'ordinazione 04.0540.DE 09.2024 e 04.0540.FR 09.2024).

Scarica PDF

www.promozionesalute.ch/padc

© Promozione Salute Svizzera, settembre 2024

Indice

1	Introduzione	4
2	Call for Proposals per il ciclo di sostegno del 2025	5
2.1	Tematiche prioritarie	5
2.2	Ambiti d'intervento prioritari	5
2.3	Ambito di sostegno	5
2.4	Condizioni di sostegno	6
2.5	Richiedenti autorizzati	7
2.6	Presentazione delle richieste di progetto	7
2.7	Selezione dei progetti	8
2.8	Valutazione	8
3	Contatto con il team PADC	9
3.1	Domande relative ai contenuti (Call for Proposals, concorso per tematica specifica)	9
3.2	Domande tecniche (Promotion Digitale)	9
4	Riferimenti bibliografici	9
Allegato: Concorso per una tematica specifica: «Disturbi cronici del sonno – dall'intervento precoce alla prevenzione delle complicanze»		

Abbreviazioni

AS	Ambito di sostegno
MNT	Malattie non trasmissibili
PADC	Prevenzione nell'ambito delle cure
PSCH	Promozione Salute Svizzera
UFSP	Ufficio federale della sanità pubblica

1 Introduzione

Sulla base del piano di misure della Strategia nazionale sulla prevenzione delle malattie non trasmissibili (Strategia MNT) 2025-2028 [1] e del piano per il sostegno di progetti PADC 2025-2028 [2], la Fondazione Promozione Salute Svizzera sostiene progetti volti a rafforzare la prevenzione nell'ambito delle cure (PADC).

Promozione Salute Svizzera sostiene progetti che rientrano nelle tematiche prioritarie delle **malattie non trasmissibili** (MNT), delle **malattie psichiche** e delle **dipendenze**.

La totalità dei progetti mira a consolidare le pratiche di prevenzione lungo tutto il percorso di salute, per salvaguardare la qualità di vita e l'autonomia di persone malate o persone con un alto rischio di contrarre malattie, ridurre il loro ricorso alle cure e, di conseguenza, contenere i costi sanitari.

Il numero di nuovi progetti che possono essere finanziati sulla base del presente Call for Proposals è molto limitato e i requisiti per la presentazione dei progetti sono elevati. La valutazione e la selezione dei progetti seguono una procedura standardizzata, in base alla quale saranno selezionati e sostenuti i progetti che presentano il livello di qualità più elevato. L'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP) partecipa alla pubblicazione dei concorsi e alla selezione dei progetti.

Prima di presentare un progetto, vi invitiamo a leggere attentamente il piano per il sostegno di progetti per il quadriennio 2025-2028 [2] e in caso di domande non esitate a consultare il team PADC di Promozione Salute Svizzera (cfr. capitolo 3), in modo da investire le vostre risorse nel modo più mirato possibile.

INFORMAZIONI IMPORTANTI per il ciclo di sostegno del 2025

• Concorso per una tematica specifica

Nel ciclo di sostegno del 2025 è previsto unicamente il sostegno a progetti presentati da attori sulla base del concorso relativo a una tematica specifica. Si tratta nello specifico di progetti che prevedono l'attuazione delle pratiche di prevenzione descritte nel concorso **«Disturbi cronici del sonno – dall'intervento precoce alla prevenzione delle complicanze»** riportato in appendice al presente Call for Proposals 2025.

• Piattaforma online Promotion Digitale

Le richieste di progetto devono essere presentate attraverso la piattaforma online Promotion Digitale e sono valutate secondo criteri standardizzati.

• Processo di richiesta

Le/I richiedenti presentano direttamente la richiesta di progetto. Le/I richiedenti che presentano i progetti qualitativamente più convincenti sono invitati a partecipare a un colloquio di presentazione al quale sono presenti anche persone esperte interne ed esterne. La decisione finale in merito al sostegno spetta al Consiglio di fondazione di Promozione Salute Svizzera.

2 Call for Proposals per il ciclo di sostegno del 2025

2.1 Tematiche prioritarie

I concorsi relativi a tematiche specifiche vengono definiti di anno in anno dal gruppo di lavoro UFSP/PSCH con il contributo di esperte ed esperti esterni, tenendo conto delle tematiche prioritarie della PADC, ovvero:

- Malattie non trasmissibili (MNT)
- Malattie psichiche
- Dipendenze

2.2 Ambiti d'intervento prioritari

«L'obiettivo per il quadriennio 2025-2028 è consolidare il sostegno di progetti PADC, valorizzare i risultati emersi dai progetti PADC e implementare le buone pratiche in una prospettiva a lungo termine. In questo contesto rimane di fondamentale importanza la salvaguardia della qualità di vita e dell'autonomia di pazienti e familiari attraverso un approccio moltiplicatore.» [2] Gli ambiti d'intervento prioritari del sostegno di progetti PADC contribuiscono al raggiungimento dell'obiettivo della PADC. Al fine di fornire alle/ai pazienti il miglior supporto possibile nel loro percorso di salute individuale, la PADC si adopera per un intervento coordinato da parte del settore sanitario, sociale e comunitario lungo tutta la catena di presa a carico.

Ambiti d'intervento prioritari I (ambiti principali)

- **Punti di contatto** tra pazienti, il loro ambiente di vita e i diversi sistemi che li circondano (settore sanitario, sociale e comunitario) nonché punti di contatto tra i sistemi e gli attori della PADC che operano all'interno di tali sistemi
- Sviluppo e implementazione di **percorsi della salute** per le/i pazienti attraverso la collaborazione, l'interprofessionalità e la multiprofessionalità delle moltiplicatrici e dei moltiplicatori

- **Sostegno all'autogestione** per rafforzare le competenze di autogestione, le risorse e l'autoefficacia per pazienti e familiari

Ambiti d'intervento prioritari II (gruppi di misure trasversali)

- **Formazione, formazione continua e perfezionamento** delle specialiste e degli specialisti del settore sanitario, sociale e comunitario
- **Nuove tecnologie**, in particolare nel settore dati/outcome, eHealth e mHealth
- **Economicità** delle misure

I progetti devono contemplare

- **tutti** gli ambiti principali del gruppo Ambiti d'intervento prioritari I e
- **al contempo almeno** un gruppo di misure trasversali del gruppo Ambiti d'intervento prioritari II.

2.3 Ambito di sostegno

Richieste di attori sulla base di concorsi relativi a tematiche specifiche

Progetti che favoriscono l'integrazione sistematica delle pratiche di prevenzione nel sistema sanitario all'interno degli ambiti individuati ad alta necessità d'intervento.

Contributi per contratto: da 1 a 1,5 milioni di CHF
Durata: 4 anni

Nel ciclo di sostegno del 2025 è prevista l'erogazione di un sostegno a circa 2 progetti di alta qualità. Promozione Salute Svizzera e l'UFSP pubblicano in maniera proattiva concorsi su temi convalidati dal comitato di esperte ed esperti PADC. Quest'anno sono ricercati progetti incentrati sul tema «**Disturbi cronici del sonno – dall'intervento precoce alla prevenzione delle complicanze**». Ulteriori informazioni e riferimenti bibliografici utili per la presentazione dei progetti sono disponibili nell'[appendice](#).

2.4 Condizioni di sostegno

Il piano per il sostegno di progetti PADC [2] disciplina le condizioni e le modalità relative ai criteri standardizzati per la presentazione dei progetti e il processo di selezione. La presentazione dei progetti si effettua sul sito di Promozione Salute Svizzera tramite la piattaforma online Promotion Digitale. Sia il piano sia la piattaforma online sono disponibili alla pagina www.promozionesalute.ch/padc-call.

Il sostegno di progetti PADC non eroga contributi a progetti incentrati sulla ricerca, sullo sviluppo di prodotti o sulla formazione in senso stretto. È tuttavia possibile inserire nel piano del progetto un'attività di ricerca concomitante se questa produce evidenti benefici per il gruppo o i gruppi target.

Oltre al sostegno di progetti PADC, anche altre istituzioni offrono delle opportunità di sostegno, per esempio il [Fondo per la prevenzione del tabagismo](#), il [Fondo per la prevenzione dell'alcolismo](#) e diverse [fondazioni](#) nonché [altre organizzazioni](#). Per i progetti di ricerca nell'ambito della salute e della medicina personalizzate si possono trovare altre opportunità di sostegno alla pagina <https://sphn.ch/services/funding/other-funding-opportunities/>.

Per progetti che contribuiscono, nell'ambito dell'esercizio della professione e della formazione, a una presa a carico efficiente di pazienti lungodegenti si possono trovare ulteriori informazioni alla pagina [Programma di promozione «Efficienza nell'ambito delle cure mediche di base»](#).

Per lo sviluppo di interventi digitali si invita a tenere conto delle raccomandazioni contenute nelle [«Web Content Accessibility Guidelines»](#) (WCAG) 2.1 al fine di garantire l'accessibilità senza barriere alle persone con disabilità.

Promozione Salute Svizzera può assumere fino al 75% dei costi del progetto. È pertanto indispensabile un cofinanziamento pari almeno al 25% dei costi del progetto da parte di uno o più partner.

Ai fini della durabilità del progetto – sia in merito a un finanziamento a lungo termine che agli enti promotori e/o al consolidamento di pratiche di prevenzione nel sistema sanitario – prima della presentazione del progetto è essenziale fare considerazioni concrete sui seguenti aspetti:

- creazione di un consorzio ben organizzato con un'ampia base di partner
 - comunicazione con la persona competente per l'ambito specifico presso il Cantone maggiormente interessato (p. es. delegato ai problemi delle tossicomanie o medico cantonale) tramite la persona di contatto PADC (elenco disponibile sotto [Coordinamento con i Cantoni](#)).
- In particolare bisogna informare il Cantone entro e non oltre il 3 dicembre 2024 in merito ai seguenti punti chiave del progetto:
- descrizione del progetto
 - budget approssimativo
 - tempistica
- coinvolgimento delle/dei pazienti e delle organizzazioni di pazienti
 - possibilità di finanziamento a lungo termine

Una [lista di controllo](#) aiuta a ottenere una visione d'insieme di alcuni punti essenziali per la presentazione del progetto.

Per favorire una messa in rete il più ampia possibile tra i diversi gruppi d'interesse del sistema sanitario, sociale e comunitario, Promozione Salute Svizzera pubblicherà le seguenti informazioni di base su tutte le richieste di progetto presentate: nome del progetto, richiedente principale, tematica o tematiche prioritarie, ambiti d'intervento prioritari, sintesi, area di attuazione, costi totali del progetto, contributo di Promozione Salute Svizzera, durata del progetto ed eventuale link.

2.5 Richiedenti autorizzati

Gli attori che operano nell'ambito delle cure, ovvero le associazioni, organizzazioni, federazioni e istituzioni del settore sanitario, sociale e comunitario, sono autorizzati a presentare progetti in veste di **richiedenti principali**.

Gli attori indicati di seguito sono autorizzati a presentare un progetto solo se sono affiancati da almeno uno dei suddetti richiedenti principali in qualità di **partner di consorzio**:

- le amministrazioni cantonali e comunali
- le università e le scuole universitarie professionali
- le assicurazioni malattia
- gli attori del settore privato

2.6 Presentazione delle richieste di progetto

È prevista l'organizzazione di workshop informativi durante i quali le/i richiedenti possono porre le loro domande personalmente. In queste occasioni non è tuttavia possibile illustrare la propria idea di progetto.

Le richieste di progetto devono essere redatte in tedesco, francese o italiano. Un progetto si considera pervenuto se il modulo di richiesta online, compilato in ogni sua parte con i dati richiesti, viene presentato in forma elettronica entro i termini previsti. Le richieste di progetto non presentate entro i termini stabiliti non saranno prese in considerazione.

Quando	Cosa	Chi
13 settembre 2024	Apertura Call for Proposals 2025 (7° ciclo di sostegno)	PSCH
15 ottobre 2024 17 ottobre 2024 5 novembre 2024 7 novembre 2024	Workshop informativo FR (virtuale) Workshop informativo DE (virtuale) Workshop informativo DE (virtuale) Workshop informativo FR (virtuale)	PSCH e UFSP
17 gennaio 2025, ore 12.00	Termine di presentazione delle richieste di progetto tramite la piattaforma online Promotion Digitale	Richiedenti
13 marzo 2025	Riscontro scritto con invito a un colloquio di presentazione oppure rifiuto della richiesta di progetto	PSCH
24-26 marzo 2025	Colloqui di presentazione (virtuali)	Richiedenti, PSCH, UFSP, persone di contatto PADC dei Cantoni
Metà luglio 2025	Notifica della decisione definitiva sulle richieste di progetto dopo la decisione del Consiglio di fondazione	PSCH
Fine ottobre 2025	Pubblicazione dei progetti selezionati sul sito web di PSCH	PSCH
1° gennaio 2026	Inizio dell'attuazione dei progetti del ciclo di sostegno 2025	Titolari dei progetti

Informazioni più dettagliate si trovano alla pagina: www.promozionesalute.ch/padc-call

2.7 Selezione dei progetti

Il gruppo di lavoro UFSP/PSCH, formato da specialiste e specialisti di entrambe le istituzioni, valuta le richieste di progetto e le sottopone all'attenzione della Direzione e del Consiglio di fondazione di Promozione Salute Svizzera. Il gruppo di lavoro è supportato da persone responsabili della valutazione di Promozione Salute Svizzera, dalle persone di contatto PADC dei Cantoni e dal pool di esperte ed esperti PADC esterni.¹

Le/I richiedenti con le richieste qualitativamente più convincenti saranno invitati a un colloquio di presentazione.

La decisione di ultima istanza sul sostegno dei progetti spetta al Consiglio di fondazione di Promozione Salute Svizzera.

2.8 Valutazione

Le/I titolari dei progetti relativi alla tematica specifica si impegnano a destinare al reporting circa il 5% dei fondi a disposizione del progetto. I rapporti devono analizzare, tra le altre cose, gli aspetti relativi all'attuazione (fattori di successo, punti critici e possibili soluzioni), le prestazioni ottenute dal progetto, il raggiungimento dei gruppi target e degli obiettivi. Inoltre, nel corso della loro attuazione i progetti devono essere sottoposti a una valutazione esterna di natura sommativa che verifica l'efficacia, l'utilità e l'economicità del progetto. Le valutazioni servono a migliorare l'efficacia dei progetti e a generare conoscenze basate sull'evidenza per il consolidamento a lungo termine della PADC. I costi della valutazione esterna sono sostenuti da Promozione Salute Svizzera.

¹ Pool di esperte ed esperti PADC: il pool di esperte ed esperti PADC coordinato da Promozione Salute Svizzera funge da organo consultivo per il gruppo di lavoro UFSP/PSCH per valutare i progetti presentati.

3 Contatto con il team PADC

3.1 Domande relative ai contenuti (Call for Proposals, concorso per tematica specifica)

Le/I responsabili di progetto competenti del team PADC di Promozione Salute Svizzera sono reperibili telefonicamente dal lunedì al mercoledì dalle 9.00 alle 12.00 e il giovedì pomeriggio dalle 14.00 alle 16.00.

- Karin Wyss Müller 031 350 04 29
- Karin Lörvall 031 350 04 91
- Franziska Widmer Howald 031 350 04 02

Prima di prendere contatto con le/i responsabili di progetto, si raccomanda vivamente di leggere il [Piano per il sostegno di progetti PADC](#) [2].

3.2 Domande tecniche (Promotion Digitale)

Per domande tecniche relative alla piattaforma online Promotion Digitale, la preghiamo di contattare il nostro servizio d'informazione sostegno di progetti all'indirizzo projektfoerderung@promotionsante.ch.

4 Riferimenti bibliografici

- [1] Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP), Conferenza svizzera dei direttori e delle direttrici cantonali della sanità (CDS) & Promozione Salute Svizzera (PSCH) (2024). *Piano di misure 2025-2028 sulla Strategia nazionale sulla prevenzione delle malattie non trasmissibili (Strategia MNT)*. Sito web: <https://www.bag.admin.ch/bag/it/home/strategie-und-politik/nationale-gesundheitsstrategien/strategie-nicht-uebertragbare-krankheiten.html>
- [2] Trémeaud, R. & Widmer Howald, F. (2024). *Piano per il sostegno di progetti Prevenzione nell'ambito delle cure (PADC) 2025-2028*. Promozione Salute Svizzera. Sito web: www.promozionesalute.ch/piano-padc

Allegato: Concorso per una tematica specifica

Disturbi cronici del sonno – dall'inter- vento precoce alla prevenzione delle complicanze

Gruppo di lavoro UFSP/PSCH – Prevenzione nell'ambito delle cure



Un concorso promosso congiuntamente da



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Dipartimento federale dell'interno DFI
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

1 Introduzione

La prevenzione nell'ambito delle cure (PADC) si prefigge l'obiettivo di migliorare la qualità di vita e l'autonomia di persone a rischio, persone malate, pazienti e familiari nonché di ridurre il ricorso alle prestazioni sanitarie, garantendo a tutte e tutti la possibilità di accedere facilmente, nel momento giusto e nelle immediate vicinanze, a offerte di prevenzione complete lungo il loro percorso di salute individuale.

Nel quadro del Call for Proposals 2025, il sostegno di progetti PADC eroga risorse finanziarie a beneficio di un concorso proattivo relativo a un tema specifico nell'area d'intervento Prevenzione nell'ambito delle cure (PADC) della Strategia nazionale Prevenzione delle malattie non trasmissibili (Strategia MNT). Il concorso tiene conto anche della Strategia nazionale dipendenze nonché delle misure nazionali per promuovere la salute psichica.

Alla luce della rilevanza del tema e delle attuali lacune nel sistema sanitario, il concorso di quest'anno dal titolo «Disturbi cronici del sonno – dall'intervento precoce alla prevenzione delle complicanze» è dedicato a una problematica che non viene tuttora affrontata in maniera sistematica nel nostro Paese.

2 Contesto

I disturbi del sonno sono uno dei problemi di salute più comuni. In Svizzera circa un terzo di tutte le persone di età superiore ai 15 anni (34,3%) presenta un disturbo del sonno.¹ I disturbi del sonno non riguardano solo la durata del sonno. Si parla di disturbo del sonno anche quando i cicli o le fasi del sonno si discostano dal sonno normale o se il benessere diurno della persona colpita è compromesso: il sonno può essere troppo breve o troppo lungo, caratterizzato da troppe interruzioni oppure non avere un effetto riposante.

La classificazione internazionale delle malattie ICD-11² suddivide i disturbi del sonno nei seguenti sei gruppi:

- **Insonnia:** difficoltà ad addormentarsi e a rimanere addormentati
- **Ipersonnie:** eccessiva sonnolenza diurna oppure necessità di dormire per più di dieci ore
- **Disturbi respiratori legati al sonno:** brevi interruzioni della respirazione, per es. sindrome delle apnee ostruttive nel sonno (OSAS)
- **Disturbi del movimento legati al sonno** come la sindrome delle gambe senza riposo (RLS) e il disturbo da movimenti periodici degli arti (PLMD)
- **Parasonnie:** anomalie comportamentali come sonnambulismo, incubi ricorrenti o bruxismo (digrignare i denti)
- **Disturbi del ritmo circadiano:** modifica del ritmo sonno-veglia naturale, per es. a causa di un cambio di orario (jet lag) o di un lavoro a turni

2.1 Disturbi cronici del sonno

Si parla di disturbo cronico del sonno quando una persona dorme male per almeno tre giorni alla settimana sull'arco di un periodo di almeno tre mesi.

I disturbi del sonno hanno un impatto diretto sul rendimento diurno, che comprende tanto il benessere generale quanto la capacità di affrontare le normali attività quotidiane.³

I disturbi cronici del sonno pongono il sistema della sanità pubblica di fronte a diverse sfide, anche in relazione alle tematiche prioritarie affrontate dalla PADC, ovvero le malattie non trasmissibili, le malattie psichiche e le dipendenze. I disturbi del sonno possono avere delle conseguenze sulle capacità psicomotorie (per es. tempi di reazione) o sulla psiche (per es. ansia, irritabilità, problemi di concentrazione). Possono anche portare ad assenze o insoddisfazione sul lavoro oppure provocare sonnolenza, che a sua volta può essere causa di incidenti stradali o infortuni sul lavoro.⁴

1 <https://ind.obsan.admin.ch/indicator/obsan/einschlaf-oder-durchschlafstoerungen>, Indagine sulla salute in Svizzera 2017 (in tedesco e francese), (consultato il 08.07.2024).

2 WHO (2018). *International Classification of Diseases*; chapt. 7: Sleep-Wake Disorders.

3 American Academy of Sleep Medicine (AASM) (2023). *ICSD-3 International Classification of Sleep Disorders*; 3rd ed. Diagnostic and coding manual.

4 <https://ind.obsan.admin.ch/indicator/obsan/einschlaf-oder-durchschlafstoerungen> (consultato il 04.07.2024).

I disturbi cronici del sonno possono essere sia un sintomo sia un fattore di rischio per alcune MNT come il diabete tipo 2, le malattie cardiovascolari e l'obesità⁵ come pure per malattie psichiche come la depressione e il burnout.⁶ Nell'ultima Indagine sulla salute in Svizzera, realizzata nel 2022, quasi il 2% delle persone interpellate ha dichiarato di assumere quotidianamente medicinali per aumentare l'attenzione o restare svegli più a lungo.⁷ In questo contesto è importante sottolineare che il consumo regolare di tranquillanti o sonniferi comporta un elevato rischio di dipendenza.⁸

I capitoli seguenti illustrano i requisiti di un progetto in termini di obiettivi, gruppi target da raggiungere, setting importanti, elementi specifici della PADC e risultati attesi.

3 Obiettivi

I progetti devono riuscire a sensibilizzare le figure professionali attive nel settore sanitario, sociale e comunitario, i diretti interessati, i pazienti e i familiari riguardo all'importanza della diagnosi precoce e della prevenzione dei disturbi cronici del sonno, mettendo in luce i fattori di rischio e protezione.

La prevenzione nell'ambito delle cure interviene lungo l'intero percorso di salute, realizzando misure preventive volte a

- ridurre il numero di casi ed evitare la cronicizzazione delle malattie grazie alla diagnosi precoce;
- migliorare l'accessibilità alle offerte – soprattutto nei punti di contatto tra il settore sanitario, sociale e comunitario;
- garantire una consulenza e un trattamento completi, tenendo conto delle risorse e coinvolgendo l'entourage della persona affetta da un disturbo del sonno;
- garantire il continuum della salute.

Un sonno migliore si traduce in un migliore stato di salute e una migliore qualità di vita per i diretti interessati, i pazienti e i familiari.

4 Gruppi target

I progetti devono fare in modo che i diretti interessati, i pazienti e i loro familiari possano usufruire di misure erogate dalle figure professionali attive nel settore sanitario, sociale e comunitario (moltiplicatori) e finalizzate a rafforzare il rilevamento (precoce) e l'intervento precoce, migliorare lo stato di salute e mantenere o migliorare la qualità di vita dei diretti interessati, dei pazienti e dei familiari. I progetti devono essere rivolti a un gruppo target il più ampio possibile.

4.1 Gruppi target con necessità d'intervento particolarmente elevata

• **Persone anziane**

Con l'avanzare dell'età si osserva un aumento dei disturbi del sonno (insonnia, gambe senza riposo, apnee notturne, parasonnie), che si riflettono in un peggioramento della qualità di vita e in un aumento del rischio di depressione, demenza, cadute e malattie neurodegenerative.

• **Adolescenti**

I disturbi del sonno in questa fase di vita sono riconducibili a un addormentamento tardivo a causa di alterazioni del cronotipo, attività serali, uso di dispositivi elettronici, sedentarietà e alimentazione malsana, associato ad un risveglio mattiniero. Inoltre, l'adolescenza è una fase di vita critica per quanto concerne lo sviluppo di diverse forme di disagio psichico e malattie psichiche.

• **Persone con un disagio psichico**

Se, da un lato, il disagio psichico può provocare problemi di sonno, dall'altro i disturbi del sonno sono un fattore scatenante per le malattie psichiche.

5 https://www.cdc.gov/sleep/about/index.html#cdc_behavioral_basics_warning_signs-health-benefits-of-sleep (consultato il 04.07.2024).

6 Rémi, J. et al. (2019). Sleep-related disorders in neurology and psychiatry. *Dtsch Arztebl Int* 2019; 116: 681–8. DOI: 10.3238/arztebl.2019.0681

7 <https://ind.obsan.admin.ch/it/indicator/monam/medicamenti-per-il-potenziamento-delle-prestazioni-cognitive-eta-15> (consultato il 04.07.2024).

8 <https://www.dipendenzesvizzera.ch/fatti-e-cifre/farmaci/> (consultato il 04.07.2024).

- **Persone che lavorano a turni**

In Svizzera il 9% della popolazione attiva lavora anche in turni notturni; una quota compresa tra il 30% e il 50% delle persone che lavorano a turni sviluppa un disturbo del sonno (la cosiddetta «sindrome del turnista»).

- **Donne in menopausa**

Durante la menopausa il 60%-80% delle donne soffre di disturbi del sonno, che spesso persistono anche al termine della menopausa.

- **Persone con malattie neurologiche**

I disturbi del sonno sono spesso una complicanza di malattie neurologiche come le lesioni cerebrali traumatiche, il Parkinson, la demenza o l'epilessia, e si possono manifestare sotto forma di sintomo o co-morbilità.

5 Setting

I progetti possono essere realizzati nell'ambito delle cure stazionarie o ambulatoriali o a domicilio. I progetti devono tenere conto non solo del settore sanitario, ma anche del settore sociale e comunitario nonché delle interfacce tra i diversi settori.

Setting importanti

- Ospedali e cliniche di riabilitazione
- Case di cura e riposo
- Studi medici
- Studi di terapisti
- Studi di psichiatria e psicoterapia
- Servizi di assistenza e cura a domicilio
- Centri del sonno
- Farmacie
- Centri di consulenza
- Istituti di formazione

6 Specifiche del progetto

Le richieste di progetto si devono orientare ai seguenti cinque elementi e ne devono tenere debitamente conto.

6.1 Rilevamento (precoce) e intervento precoce

- Diagnosi precoce e sistematica dei sintomi indicativi di un possibile disturbo cronico del sonno

- Messa a punto di offerte preventive che offrono alle persone affette da un disturbo del sonno la possibilità di stabilizzare la propria salute, far fronte alla cronicizzazione nonché prevenire o ritardare il deterioramento dello stato di salute e lo sviluppo di co-morbilità
- Riduzione dei fattori di rischio associati ai disturbi del sonno come lo stress, l'abuso di alcol, nicotina e farmaci, i pasti notturni, la mancanza di attività fisica
- Messa a punto di offerte preventive volte a salvaguardare la salute dei familiari

6.2 Coordinamento

- Promozione di un approccio multiprofessionale e interdisciplinare
- Messa in rete di tutti gli attori coinvolti nel processo di diagnosi, trattamento e consulenza, compresi i diretti interessati, i pazienti e i familiari
- Miglioramento dei punti di contatto tra i diversi sistemi (settore sanitario, sociale e comunitario) nei quali gravitano le persone che presentano un rischio accresciuto o una forma già conclamata di un disturbo del sonno

6.3 Formazione, sostegno all'autogestione

- Sensibilizzazione e/o formazione delle figure professionali attive nel settore sanitario, sociale e comunitario riguardo ai fattori di rischio e protezione dei disturbi cronici del sonno
- Integrazione di offerte di sostegno all'autogestione e delle competenze di salute per le persone che presentano un rischio accresciuto o una forma già conclamata di un disturbo cronico del sonno come pure per i loro familiari

6.4 Finanziamento

Riflessione sul finanziamento a lungo termine del progetto e pianificazione di misure ad hoc: la struttura del progetto deve prevedere la presenza di attori adeguati (per es. Cantone, assicuratori), che possono garantire un finanziamento continuativo del progetto e che partecipano attivamente sia alla pianificazione che alla realizzazione del progetto.

6.5 Nuove tecnologie

Per rispondere alle sfide inerenti ai quattro elementi precedenti, è auspicabile la messa a punto di soluzioni che prevedono l'uso delle nuove tecnologie (per es. sensori, applicazioni, intelligenza artificiale). In questo contesto è particolarmente importante tenere in considerazione sia le questioni etiche che la protezione e la sicurezza dei dati.

7 Outcome attesi

- La riduzione del fardello individuale della malattia e delle complicanze associate ai disturbi del sonno, insieme al rafforzamento delle risorse e delle competenze di salute individuali, si traduce in una migliore salute fisica, psichica e sociale delle persone che presentano un rischio accresciuto o una forma già conclamata di un disturbo del sonno come pure dei loro familiari.
- Presenza di un processo sistematico che permette di individuare tempestivamente i sintomi indicativi di un possibile disturbo cronico del sonno.
- Migliore collaborazione sia tra le diverse figure professionali attive nel settore sanitario, sociale e comunitario che tra le figure professionali e le persone che presentano un rischio accresciuto o un disturbo cronico del sonno già conclamato nonché i loro familiari.
- Le figure professionali attive nel settore sanitario, sociale e comunitario dispongono di migliori competenze in relazione ai fattori di rischio e protezione per i disturbi cronici del sonno.
- Aumento della soddisfazione sul lavoro e della capacità lavorativa delle figure professionali attive nel settore sanitario, sociale e comunitario.
- Presenza di soluzioni di finanziamento che consentono di ancorare gli interventi preventivi nella pratica quotidiana in un'ottica di moltiplicazione e durabilità.

8 Richiedenti previsti

Attori e fornitori che erogano servizi di cura, terapia, trattamento e consulenza (in ambito stazionario, ambulatoriale e a domicilio), enti e organizzazioni specializzati in disturbi del sonno (centri del sonno) e altri enti attivi nel campo della salute pubblica.

Poiché i progetti si orientano al concetto del percorso di salute, sono tenuti a rispettare le seguenti condizioni nella fase di concezione del progetto:

- coinvolgimento di attori del settore sanitario, sociale e comunitario
- presenza di un ampio consorzio, ancorato in diversi cantoni
- coinvolgimento tempestivo dei diretti interessati, pazienti e familiari o di un'organizzazione che le rappresenti nella pianificazione del progetto e presenza di una loro rappresentanza in seno al consorzio