



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

COMUNICATO STAMPA

Dieci anni di consulenza contro le cadute: 6000 visite domiciliari e circa 1900 cadute evitate. Un grande traguardo!

Dal 2015 la Lega svizzera contro il reumatismo aiuta le persone anziane a prevenire le cadute con un programma di visite domiciliari unico nel suo genere, che oggi festeggia il suo 10° anniversario e presto sarà integrato nell'assicurazione di base.

Zurigo, 6 novembre 2025

La Lega svizzera contro il reumatismo segna un importante traguardo: 6000 visite domiciliari effettuate nell'ambito della consulenza contro le cadute sull'intero territorio nazionale. Dal 2015 terapisti e terapeuti in possesso di una formazione specifica offrono consulenze direttamente a casa delle persone anziane. Durante un'unica visita domiciliare eliminano i possibili punti d'inciampo, mostrano esercizi e guidano lo svolgimento di attività quotidiane personali con l'obiettivo di prevenire i principali rischi di caduta. Questa consulenza è unica nel suo genere in tutta la Svizzera: per la sua compattezza, interdisciplinarietà ed efficacia. Quasi la metà delle cadute che richiederebbero un trattamento possono essere evitate grazie alla visita domiciliare della Lega svizzera contro il reumatismo. Anche la percentuale delle cadute e la paura di cadere diminuiscono. Ad oggi è stato possibile prevenire circa 1900 cadute. In futuro, con l'integrazione del programma nell'ordinanza sulle prestazioni (OPre), sarà possibile accedervi attraverso l'assicurazione di base. Nel 2025 ricorre il 10° anniversario del programma.

«L'arrivo della signora Viganò è stato un sollievo», racconta Beatrice Kern-Bockhorn. La donna, 81enne, è affetta da osteoporosi e ha alle spalle numerose operazioni alla schiena. 16 viti stabilizzano la sua colonna vertebrale. La visita domiciliare della terapeuta della Lega svizzera contro il reumatismo le ha trasmesso fiducia e l'ha resa di nuovo sicura: «È importante conoscere tutti i pericoli di infortunio che si nascondono in casa, dove in fondo vorrei poter restare il più a lungo possibile. È questo il mio desiderio più grande», afferma la donna.

Beatrice Kern-Bockhorn rappresenta una delle 6000 persone anziane che finora hanno ricevuto una consulenza contro le cadute della Lega svizzera contro il reumatismo. Ogni visita è un momento personale e, nel complesso, si traduce in migliaia di cadute evitate.

«Spesso vado a casa con un sorriso», racconta Daniela Viganò, fisioterapista della Lega svizzera contro il reumatismo. «Ogni persona è diversa dalle altre. Tutte però condividono lo stesso desiderio: poter continuare a vivere a casa propria in completa sicurezza».

Da Lucerna all'intera Svizzera

Non è un caso che la Lega svizzera contro il reumatismo si dedichi al tema della consulenza contro le cadute. Nel 2011 ha iniziato a sviluppare questa attività per colmare in modo efficiente ed efficace le lacune assistenziali esistenti. Ha fatto quindi ricorso alle proprie competenze





specialistiche in materia di osteoporosi, uno dei principali quadri clinici reumatologici, alla propria pluriennale esperienza nell'ambito del movimento e della mobilità in età avanzata nonché a una combinazione innovativa di misure di ergoterapia e fisioterapia.

La consulenza contro le cadute ha avuto inizio nel 2013 come progetto pilota nel Cantone Lucerna per poi estendersi a tutta la Svizzera a partire dal 2015. Da allora il programma è stato costantemente monitorato e ulteriormente sviluppato con la collaborazione di terapisti e terapeuti, mediche e medici di famiglia, organizzazioni Spitex pubbliche, autorità cantonali, partner come la Pro Senectute e l'Ufficio prevenzione infortuni (UPI), assicuratori e figure esperte nella ricerca sui servizi sanitari. I risultati sono impressionanti: Secondo il rapporto sull'efficacia di uno studio prospettivo sulla consulenza contro le cadute la metà (48%) delle cadute che richiederebbero un trattamento medico sono state evitate grazie alla visita domiciliare della Lega svizzera contro il reumatismo. Anche la percentuale delle cadute e la paura di cadere sono diminuite. Ad oggi è stato possibile prevenire in totale 1900 cadute. La consulenza contro le cadute è unica nel suo genere in tutta la Svizzera per la sua compattezza, interdisciplinarietà ed efficacia. Nel 2025 ricorre il 10° anniversario del programma.

Il reumatismo e un aumentato rischio di caduta

Le persone che soffrono di malattie reumatiche, come ad esempio l'osteoporosi o l'artrosi, sono più soggette al rischio di caduta. Dolore, insicurezza nella deambulazione, limitazione nei movimenti e debolezza muscolare aumentano le probabilità di cadere. Soprattutto nei casi di osteoporosi, una caduta può provocare una frattura al collo del femore e, di conseguenza, la perdita di autonomia. Daniela Viganò sottolinea: «Le cadute non sono un aspetto secondario. Spesso sono il fattore che determina un'escalation nelle persone anziane, in particolare in quelle affette da reumatismo».

Una consulenza efficace

Un elemento centrale dell'offerta della Lega svizzera contro il reumatismo è rappresentato dal fatto che la consulenza contro le cadute si svolge direttamente presso l'abitazione delle persone anziane, nel luogo dove potrebbero verificarsi. E dove si nascondono in concreto le insidie. Durante la visita domiciliare, le terapisti e i terapeuti specializzati valutano il rischio di caduta individuale, la situazione abitativa e la funzionalità fisica. Mostrano esercizi e forniscono suggerimenti per ridurre al minimo i pericoli di caduta nello svolgere le incombenze quotidiane.

La consulenza contro le cadute offerta dalla Lega svizzera contro il reumatismo si basa su una standardizzazione coerente del processo, che consente di monitorare la qualità e l'efficacia e rappresenta in Svizzera un approccio unico nel suo genere nell'ambito della prevenzione delle cadute. Questo processo mette al primo posto la persona anziana, a cui viene fornita una consulenza personale e che viene istruita nella propria abitazione, là dove il rischio di cadere è sempre presente. Nasce così un equilibrio ottimale tra efficienza del processo e umanità.

Finora la consulenza contro le cadute era assunta da alcune assicurazioni complementari o pagata privatamente. Con l'integrazione nell'assicurazione di base, le persone a partire dai 65



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

anni soggette a un elevato rischio di caduta, da luglio 2026 non avranno più questo ostacolo economico.

Ulteriori informazioni

Tina Spichtig, relazioni pubbliche e media, tel. 044 487 40 66, t.spichtig@rheumaliga.ch

Le immagini e i contenuti relativi a Beatrice Kern-Bockhorn sono tratti dalla testimonianza pubblicata nel numero 3/2025 della rivista «CSS E LEI?» della CSS.



BU: Beatrice Kern-Bockhorn si augura di poter restare nella sua abitazione il più a lungo possibile. ©Matthias Jurt



BU: Beatrice Kern-Bockhorn mentre esegue un esercizio con la fisioterapista Daniela Vigano. ©Matthias Jurt



Lega svizzera contro il reumatismo · Josefstrasse 92 · 8005 Zurigo · Telefono 044 487 40 00 · Ordini telefonici 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



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

La **Lega svizzera contro il reumatismo** interviene là dove esistono lacune assistenziali, non solo tra le persone direttamente interessate ma anche tra il personale specialistico del settore sanitario. Grazie a lei, queste lacune vengono colmate. È un'organizzazione mantello che include diciassette leghe cantonali contro il reumatismo e sei organizzazioni nazionali dei pazienti.

È il primo punto di contatto per le persone con una malattia reumatica, offre consulenze a bassa soglia e funge da centro di aggiornamento poliedrico per le specialiste e gli specialisti in materia (mediche e medici di famiglia, personale infermieristico, farmaciste e farmacisti, fisioterapiste e fisioterapisti, ergoterapiste e ergoterapisti, assistenti di studio medico). È inoltre promotrice di progetti di assistenza innovativi, ad esempio nel campo della prevenzione e dell'assistenza di base. La Lega svizzera contro il reumatismo è stata fondata nel 1958, si finanzia prevalentemente tramite donazioni e si fregia del marchio di qualità ZEWO per organizzazioni di pubblica utilità.

Il termine **reumatismo** racchiude 200 differenti malattie dell'apparato locomotore, a carico quindi dei muscoli, dei tendini, delle articolazioni, delle ossa o del tessuto connettivo. Causa spesso forti dolori e limitazioni nei movimenti e può coinvolgere anche gli organi. In Svizzera vivono circa due milioni di persone affette da reumatismo. Una malattia che può manifestarsi già in età infantile o adolescenziale: 1 su 1000 soffre di una malattia reumatica.

