

Il dolore cronico è una realtà che interessa milioni di persone in Italia e nel mondo. Nonostante la sua elevata prevalenza e il pesante impatto sociale, spesso viene trascurato nelle politiche sanitarie e nella comunicazione istituzionale. Questa sottovalutazione non è solo un problema di visibilità: ha ricadute concrete sulla qualità della vita dei pazienti, sul carico assistenziale e persino sui costi del sistema sanitario pubblico.

In questo articolo, analizzeremo le ragioni che stanno dietro a questo fenomeno e cercheremo di offrire una lettura basata su dati e strumenti concreti, come la piattaforma Releaf, per migliorare la condivisione e la sensibilizzazione su questo tema. Vedremo inoltre **miglior terapia del dolore** come la Legge 38/2010 ha provato a colmare alcune lacune e quali criticità permangono, soprattutto riguardo al rischio di abuso farmacologico e alla corretta gestione degli oppioidi.

## Il dolore cronico in Italia: prevalenza e impatto sociale

Non basta dire “basta volerlo” per comprendere l’enormità del problema. Il dolore cronico colpisce circa il **20% della popolazione adulta** italiana, secondo stime ufficiali. Significa che almeno 12 milioni di persone convivono con un dolore persistente che dura oltre i 3 mesi, spesso con intensità tale da compromettere la qualità della vita e la capacità lavorativa.

Indicatore Valore stimato Prevalenza dolore cronico ~20% popolazione adulta Riduzione media giornaliera della produttività fino al 40% Percentuale di persone con dolore che non riceve trattamento adeguato oltre 50%

Il dolore cronico influisce anche sulle relazioni sociali, l’umore e la salute mentale del paziente. Inoltre, rappresenta un costo enorme per la sanità pubblica e per l’economia, dovuto a visite mediche ripetute, ricoveri, terapie inefficaci, assenteismo lavorativo e disabilità. Ecco perché il dolore cronico va considerato come una reale emergenza di salute pubblica.



## Invisibilità clinica e sottodiagnosi: perché il dolore cronico resta nascosto?

Un problema fondamentale è che il dolore cronico spesso rimane “invisibile” nel percorso clinico. Non basta la semplice dichiarazione di fastidio da parte del paziente: il dolore è soggettivo e non si vede sulle radiografie, né si misura con un esame del sangue. Questo crea due grandi ostacoli:

- **Sottodiagnosi:** molti pazienti non ricevono una diagnosi precisa o non vengono indirizzati tempestivamente ai centri di terapia del dolore, rimanendo in un limbo tra varie specialità;
- **Non riconoscimento istituzionale:** il dolore cronico non sempre è inserito nei programmi prioritari di screening o cura, rischiando così di essere trattato come “effetto secondario” rispetto ad altre patologie.

La piattaforma Releaf sta diventando uno strumento fondamentale proprio per superare questa barriera. Offre la possibilità a pazienti, operatori sanitari e associazioni di comunicare i dati sulla diffusione e sui sintomi del dolore cronico, facilitando così un confronto reale e aggiornato, non solo su carta ma anche sui social network come Facebook, Twitter, Telegram e WhatsApp.

## Legge 38/2010: diritti di accesso e tutele per il paziente con dolore cronico

Una svolta normativa importante è stata rappresentata dalla **Legge 38/2010**, che ha sancito il diritto di ogni cittadino a non soffrire inutilmente. Questa legge ha introdotto:

1. Il diritto al sollievo dal dolore, in tutte le fasi della malattia;
2. Obblighi per le strutture sanitarie di adottare protocolli per la terapia del dolore;
3. L’istituzione di registri nazionali per monitorare la diffusione del problema e l’efficacia dei trattamenti;
4. Garantire l’assistenza domiciliare e l’integrazione con cure palliative.

Tuttavia, a quasi quindici anni dall’entrata in vigore, molte regioni italiane mostrano un’applicazione disomogenea e incompleta della legge. Spesso la domanda fondamentale resta: *ok, ma chi paga e come si accede?*



Le difficoltà burocratiche, la carenza di specialisti e di strutture dedicate, inoltre, limitano l’accesso alle terapie più efficaci, lasciando molti pazienti soli a gestire il dolore senza un supporto adeguato.

## Il rischio abuso farmaci e il tema oppioidi

Una delle criticità più delicate riguarda la gestione farmacologica del dolore cronico. Gli oppioidi sono tra i farmaci più potenti per il controllo del dolore severo, ma il loro uso deve essere accuratamente monitorato per evitare dipendenze, effetti collaterali e “abuso farmaci”.

La sfida delle politiche sanitarie sta quindi nel trovare un equilibrio tra:

- Garantire l'accesso ai farmaci necessari;
- Non sottovalutare il dolore per la paura di prescrivere oppioidi;
- Attuare programmi di sorveglianza e educazione al corretto uso.

In questo contesto, un approccio multidisciplinare che include terapisti del dolore, medici di base, psicologi, esperti in medicina del lavoro e associazioni pazienti si rivela vincente. Inoltre, la piattaforma Releaf contribuisce a scambiare esperienze e buone pratiche, favorendo un'informazione trasparente sul tema degli oppioidi e alternative terapeutiche.

## **Conclusioni: verso una maggiore attenzione istituzionale al dolore cronico**

Il dolore cronico non può più essere relegato a un tema marginale nelle politiche sanitarie. La sua prevalenza, l'impatto sociale e la sofferenza individuale richiedono un **cambiamento di paradigma**, fondato su:

- Maggiore sensibilizzazione e formazione degli operatori sanitari;
- Semplificazione nell'accesso alle cure previste dalla Legge 38/2010;
- Promozione di strumenti digitali come la piattaforma Releaf per monitorare e condividere i dati;
- Bilanciamento consapevole tra efficacia terapeutica e rischio farmaci;
- Coinvolgimento attivo dei pazienti e delle loro reti sociali per denunciare invisibilità e ritardi.

Diffondere queste informazioni è indispensabile per stimolare un'attenzione istituzionale continua e la presa in carico globale del dolore cronico come *vera* priorità di salute pubblica.

Condividi questo articolo sui tuoi canali social - Facebook, Twitter, Telegram, WhatsApp - per contribuire a far emergere una realtà troppo spesso ignorata.