

Slow Medicine



Sobria Rispettosa Giusta

NEWSLETTER APRILE 2026

5x1000

**Aiutateci a diffondere una medicina sobria, rispettosa e giusta
per la salvaguardia dei pazienti, dei professionisti della sanità,
del SSN e della sostenibilità ecologica**

**DONA IL
5X1000**

Inserisci il Codice Fiscale di Slow Medicine ETS

97587690153

Slow Medicine



Sobria Rispettosa Giusta

VITA ASSOCIATIVA
WEBINAR 28 APRILE 2026

PUBBLICARE MENO, SAPERE (FORSE) DI PIÙ

WEBINAR

martedì 28 aprile 2026
dalle 17:00 alle 18:30

Paola Arcadi colloquierà con **Luca De Fiore**
sulla ricerca tra riduzione degli sprechi,
rispetto per i pazienti
ed equità nell'accesso alla conoscenza



Prossimo Webinar

Martedì 28 aprile dalle ore 17:30 alle ore 18:30
Paola Arcadi colloquierà con Luca De Fiore

**PARTECIPA AL
WEBINAR**

WEBINAR 12 MARZO 2026

LA BUONA CURA: UNA SFIDA PER UNA SANITÀ MIGLIORE

giovedì 12 marzo 2026
dalle 17:00 alle 18:30

Gino Parca intervista **Sandro Spinsanti**
autore di
“Un'altra pratica della cura”



WEBINAR

Slow Medicine



Sobria Rispettosa Giusta

Nel webinar del **12 marzo** abbiamo vissuto un momento di confronto davvero prezioso con **Gino Parca** e **Sandro Spinsanti**, dedicato ad un tema centrale per il futuro della sanità: **il concetto di Cura**.

Creare un vero ponte tra chi cura e chi riceve cura, resta il principale obiettivo, rendendo l'assistenza sanitaria più umana, completa e capace di rispondere alla complessità della vita delle persone.

Se non sei riuscito a seguirlo in diretta, puoi rivedere l'intero webinar su **YouTube**.

[GUARDA IL WEBINAR](#)

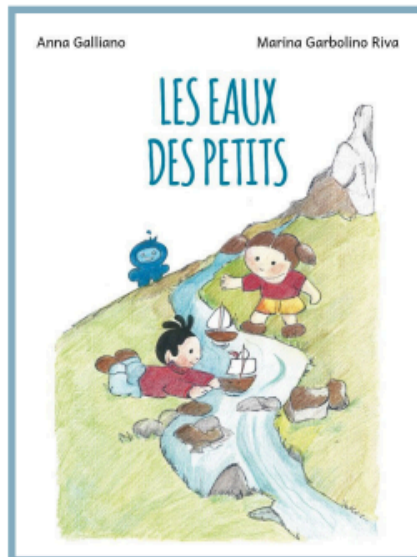
I MERCOLEDI' DELLA MEDICINA

LA MEDICINA GIUSTA
Né troppo, né troppo poco



DOMENICA 22 MARZO 2026

Presentazione del libro
LES EAUX DES PETITS



FIRMACOPIE CON LE AUTRICI

Ore 16.30

Libreria À La Page
Via Porta Pretoria 14 - Aosta



In occasione della **Giornata mondiale dell'acqua**, domenica **22 marzo** alle **16.30** presso la **libreria À La Page di Aosta** si è tenuta la presentazione del libro **Les Eaux des Petits** scritto da **Anna Galliano** e **Marina Garbolino Riva**.

Un percorso alla scoperta dei corsi d'acqua più importanti della **Valle d'Aosta**, pensato per i bambini e utile anche agli adulti.

Il volume vuole proporre un percorso di conoscenza e sensibilizzazione, nella convinzione che un bambino consapevole dell'importanza dell'acqua possa diventare un adulto capace di rispettare questo bene essenziale.

Il libro, promuovendo la connessione con gli elementi naturali e le memorie del passato e valorizzando l'acqua come bene prezioso per la nostra salute, è perfettamente in linea con i principi di "Montagna Slow", progetto dell'associazione nazionale **Slow Medicine ETS** per un approccio alla Montagna sobrio, rispettoso e giusto, che favorisca la salute e il benessere per tutti e tuteli l'ambiente e la biodiversità.

**Riflessioni sullo slow della Musica Antica, Slow
Medicine e Montagna Slow**



Concerto “Musicali Affetti” con l’Ensemble Musica Inaudita e la direzione artistica del maestro Alessandro Ratti Barigazzi - Sabato 11 aprile dalle 20.30 presso la Parrocchia del Villair di Quart (in Valle d’Aosta).

Si è trattato di un concerto di Musica Antica, manoscritti musicali dimenticati - non più uditi – offerti dall’Ensemble Musica Inaudita attraverso esecuzioni caratterizzate da una nuova chiave interpretativa.

La musica antica è meditativa e trascendente, aiuta a rallentare e riflettere. È “slow”.

Nel corso della serata abbiamo affiancato l’ascolto della musica di **Tomaso Albinoni, Georg Friedrich Händel, Johann Sebastian Bach** a qualche considerazione su altre realtà che ci invitano ad un approccio slow e riflessivo: **Slow Medicine e Montagna Slow.**

In un mondo di violenza, di culto della velocità e delle nuove tecnologie, questi approcci slow possono permetterci di ritrovare quei valori umani che ci legano al passato e appaiono sempre più necessari anche per i nostri tempi.





Il film affronta uno dei temi più delicati: l'eutanasia. Ma non lo fa per giudicare. Non c'è dibattito ideologico, solo una domanda concreta e scomoda: chi può permettersi una "buona morte"? E a quali condizioni?

Sullo sfondo, una critica lucida e la sanità pubblica che fatica a reggere il potere del denaro che apre porte e la burocrazia che schiaccia l'umanità.

Eppure, anche in questo scenario, resta una speranza: nei legami che si ricuciono, nei gesti di cura, nei libri che passano di mano in mano, nelle seconde possibilità.

Un film che parla di fine vita, sì...

Ma soprattutto di come vivere — fino all'ultimo respiro — con dignità, relazioni e senso.

[LEGGI LA RECENSIONE](#)

Ricordiamo Giuseppe Fattori



È con profondo rammarico che apprendiamo della scomparsa del **dottor Giuseppe Fattori**, figura cardine della sanità modenese, pioniere a livello internazionale della comunicazione per la salute e supporto per l'attività svolta da **Slow Medicine ETS**.

Professore a contratto presso il **Dipartimento di Scienze Politiche e Sociali dell'Università di Bologna** e riferimento scientifico per il marketing sociale. Ha trasformato la comunicazione sanitaria in uno strumento di prevenzione, promuovendo stili di vita sani. In qualità di presidente della sezione modenese di **ISDE (Medici per l'Ambiente)**, ha promosso il progetto degli **"Ambulatori verdi"**, volto a ridurre l'impatto ambientale delle strutture. Ha collaborato con i massimi esperti mondiali di marketing sociale, portando l'esperienza modenese su scala globale. Come **Direttivo di Slow Medicine ETS** ci stringiamo con affetto al dolore dei familiari e terremo vivi in noi i suoi valori e i suoi insegnamenti.

Sandra Venero nominata Socio Onorario

Il **Consiglio Direttivo di Slow Medicine**, su proposta del Presidente, con delibera del 20 marzo 2026, ha deciso di nominare **Sandra Venero Socio Onorario della nostra Associazione**.

Cofondatore e past president di Slow Medicine ETS, Coordinatore della campagna "Fare di più non significa fare meglio - Choosing Wisely Italy", ha dato un contributo significativo all'attività di Slow Medicine con entusiasmo e grande competenza.

Grazie Sandra!



RACCOMANDAZIONI

Sezione "RACCOMANDAZIONI CHOOSING WISELY ITALY - SLOW MEDICINE ETS" nel sito ISS

È in fase di formalizzazione l'accordo tra **Slow Medicine ETS/Choosing Wisely Italy** e l'**Istituto Superiore di Sanità (ISS)**: "Buone pratiche per l'appropriatezza clinica".

In questo ambito, nella pagina del sito [ISS "Sistema Nazionale linee guida – ISS"](#) è stata creata la sezione:

RACCOMANDAZIONI CHOOSING WISELY ITALY - SLOW MEDICINE ETS

Questa sezione raccoglie le raccomandazioni aggiornate sviluppate nell'ambito della collaborazione tra **Istituto Superiore di Sanità e Choosing Wisely Italy – Slow Medicine ETS**, finalizzate a promuovere l'appropriatezza clinico-assistenziale e il governo della domanda sanitaria. La sezione intende offrire un punto di accesso aggiornato e facilmente consultabile alle raccomandazioni, favorendone la diffusione tra i professionisti sanitari e sostenendo l'adozione di pratiche assistenziali più appropriate, efficaci e sostenibili.

Sono al momento contenute nella pagina del sito ISS le raccomandazioni:

- [SIRM - Società Italiana di Radiologia Medica Interventistica](#)
- [AIGO - Associazione Italiana Gastroenterologi ed Endoscopisti Digestivi Ospedalieri](#)
- [FADOI - Federazione delle Associazioni dei Dirigenti Ospedalieri Internisti](#)

- [SIPMeL - Società Italiana di Patologia Clinica e Medicina di Laboratorio](#)

Dato che l'iniziativa si inserisce nel più ampio quadro delle azioni orientate al contenimento delle liste d'attesa attraverso strumenti di indirizzo clinico-assistenziale volti a ridurre la variabilità non giustificata delle pratiche professionali, prevenire l'overuse assistenziale e favorire un utilizzo più appropriato delle risorse disponibili, è prevista la prossima pubblicazione di altre raccomandazioni **Choosing Wisely Italy** che:

- riguardino in particolare esami clinici
- siano state revisionate da non più di tre anni
- siano accompagnate dalla compilazione del modulo ufficiale ISS per la dichiarazione dei conflitti di interesse dai componenti che hanno preso parte al processo di elaborazione o aggiornamento delle raccomandazioni

Aggiornamento e integrazione del documento ASPETTI DI METODO DELLE RACCOMANDAZIONI DELLA CAMPAGNA CHOOSING WISELY-ITALY

In occasione dell'accordo tra **Slow Medicine ETS/Choosing Wisely Italy** e **l'Istituto Superiore di Sanità (ISS)** è stato revisionato e integrato il documento [ASPETTI DI METODO DELLE RACCOMANDAZIONI DELLA CAMPAGNA CHOOSING WISELY-ITALY](#), che era stato redatto nel 2017.

Sono state aggiunte le parti riguardanti:

- il conflitto di interesse (compilazione del modulo ufficiale ISS per la dichiarazione dei conflitti di interesse dai componenti che hanno preso parte al processo di elaborazione o aggiornamento delle raccomandazioni)
- la revisione delle raccomandazioni almeno ogni 3 anni (le raccomandazioni devono essere sottoposte a revisione almeno ogni tre anni, o in anticipo qualora emergano nuove evidenze scientifiche, aggiornamenti di linee guida internazionali o modifiche normative. Tale revisione è richiesta in particolare al fine della loro pubblicazione da parte dell'Istituto Superiore di Sanità)
- l'attualità delle voci bibliografiche (la letteratura scientifica utilizzata a supporto delle raccomandazioni deve essere preferibilmente recente e, di norma, non antecedente ai cinque anni dalla data di elaborazione o aggiornamento della raccomandazione).

Inoltre, è stata inserita la descrizione di **Green Choosing Wisely Italy** e indicata per esteso la modalità di citazione delle voci bibliografiche.

[SCARICA IL DOCUMENTO](#)

"Acqua di rubinetto ed acqua in bottiglie di plastica: fare la scelta giusta per la salute e l'ambiente"

In occasione della **Giornata mondiale dell'acqua 22 marzo 2026**, **ISDE Italia**, insieme alle Società scientifiche e alle associazioni aderenti alla Campagna nazionale di prevenzione dei danni alla salute da esposizione alla plastica, tra cui **Choosing Wisely Italy**, ha pubblicato il documento: "[Acqua di rubinetto ed acqua in bottiglie di plastica: fare la scelta giusta per la salute e l'ambiente](#)".

L'Italia si conferma tra i maggiori consumatori mondiali di acqua in bottiglia, con oltre 250 litri pro capite all'anno e circa 15 miliardi di bottiglie di plastica utilizzate

ogni anno. Un primato legato anche a una percezione distorta della qualità dell'acqua di rubinetto e a strategie di marketing particolarmente incisive. Questo modello di consumo comporta rilevanti conseguenze ambientali e sanitarie: la produzione e lo smaltimento delle bottiglie di plastica implicano l'uso di risorse fossili e generano rifiuti persistenti, mentre l'esposizione a micro e nanoplastiche e a sostanze chimiche potenzialmente nocive (tra cui interferenti endocrini) rappresenta un rischio per la salute, in particolare nelle fasi più vulnerabili della vita come gravidanza e infanzia. Al contrario, l'acqua di rubinetto in Italia è sicura e di elevata qualità.

Ricordiamo a questo proposito [la raccomandazione ISDE Italia in Choosing Wisely Italy del 2015, aggiornata nel 2024](#).

LEGGI L'ARTICOLO

ARTICOLI CONSIGLIATI

Una buona deprescrizione è possibile

Le benzodiazepine vengono prescritte sempre più frequentemente oltre la durata dei loro potenziali benefici, comportando rischi importanti per i pazienti. Le nuove **Linee Guida della American Society of Addiction Medicine** suggeriscono che la riduzione graduale delle benzodiazepine è sicura e fattibile ed andrebbe implementata maggiormente. I medici dovrebbero rivalutare regolarmente rischi e benefici della loro prescrizione e coinvolgere i pazienti sostenendo dei processi di cura condivisi.

LEGGI L'ARTICOLO

Come comunicare i numeri

Questo articolo discute come i professionisti sanitari debbano comunicare ai propri pazienti, in modo più efficace, i numeri relativi alla loro salute. Gli autori evidenziano che molti pazienti hanno difficoltà nell'interpretare dati numerici e propongono cinque raccomandazioni basate su evidenze: usare numeri invece di termini verbali vaghi, mantenere denominatori coerenti, presentare differenze di rischio assolute anziché relative, utilizzare rappresentazioni grafiche adeguate e spiegare il contesto clinico dei valori riportati. L'obiettivo è migliorare la comprensione, ridurre fraintendimenti e favorire decisioni informate condivise.

LEGGI L'ARTICOLO

Un consumo moderato di caffè e tè associato a un minor rischio di demenza e declino cognitivo

Lo studio, segnalato da **UPO Aging Project**, evidenzia che un consumo più elevato di caffècaffeinato e tè può essere associato a un minor rischio di demenza e a un profilo più favorevole di declino cognitivo, sia percepito dai partecipanti sia misurato con test neuropsicologici, dove disponibili.

Le associazioni più marcate si evidenziano nel caso di consumi moderati ovvero 2-3 tazze di caffè al giorno o 1-2 tazze di tè al giorno. Il caffè decaffeinato non

mostra, al contrario, effetti protettivi dal rischio demenza.

[LEGGI L'ARTICOLO](#)

SEGNALAZIONI

EACHLETTER: la newsletter di EACH ITALIA

Each è l'Associazione internazionale per la comunicazione in ambito sanitario, un'organizzazione dedicata a esplorare e migliorare le modalità di comunicazione tra operatori sanitari, pazienti e familiari.

Segnaliamo la prima newsletter curata dal network italiano di Each. **Paola Mosconi**, socia di Slow Medicine e membro dello scorso Direttivo, è nel **Comitato di Redazione**.

Si tratta di un numero zero, molto interessante, diviso in 3 sezioni: ricerca, insegnamento, implementazione.

L'obiettivo dichiarato della newsletter è di far conoscere le attività di EACH e allargare il network italiano dei soci, dare visibilità al tema della comunicazione nei contesti di cura, creare interesse verso la rete EACH favorendo contatti e collaborazioni e fungere da volano per idee, progetti, attività, eventi sui temi della comunicazione nei contesti di cura.

Per saperne di più iscrivetevi e/o scrivete a: info@eachitalia.it

ESSERE CAREGIVER – e-book

Segnaliamo questo e-book pubblicato nell'ambito del **progetto Aging Project-UPO**, edito da **Zadig**, che offre consigli pratici e riflessioni per chi assiste una persona anziana con demenza. Essere Caregiver è un percorso estremamente complesso, sia dal punto di vista pratico che emotivo.

La pubblicazione è rivolta a tutti, facilmente comprensibile, un compendio ricco di informazioni utili e di consigli su come organizzarsi tra tempo, priorità da definire e burocrazia, come gestire lo stress emotivo, definire nuovi equilibri famigliari e trovare supporti utili.

[LEGGI L'E-BOOK](#)



È stato realizzato nell'ambito del **progetto COSIsiFA** il primo corso FAD per i cittadini: **Vaccinare bimbi e bimbe: una scelta consapevole**.

Disponibile fino al 31 dicembre 2026

[FAD](#)

UNISCITI ALLE NOSTRA COMMUNITY



SLOW MEDICINE

Sede Legale: Corso Vittorio Emanuele II, 52 – 10123 Torino (TO) – Codice Fiscale 97587690153

Segreteria: Infocongress S.r.l. | E-mail: info@slowmedicine.it

Web: www.slowmedicine.it | Tel. 342.0404432

Questa email è stata inviata a {{ contact.EMAIL }}.

Hai ricevuto questa email perché sei iscritto/a alla nostra newsletter.

[Annulla iscrizione](#)