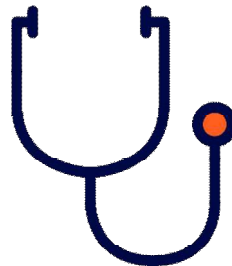




# Piano Locale della Prevenzione 2014-2019

## Programma 4 - Guadagnare Salute Piemonte *Promozione della Salute e Prevenzione nel Setting Sanitario*



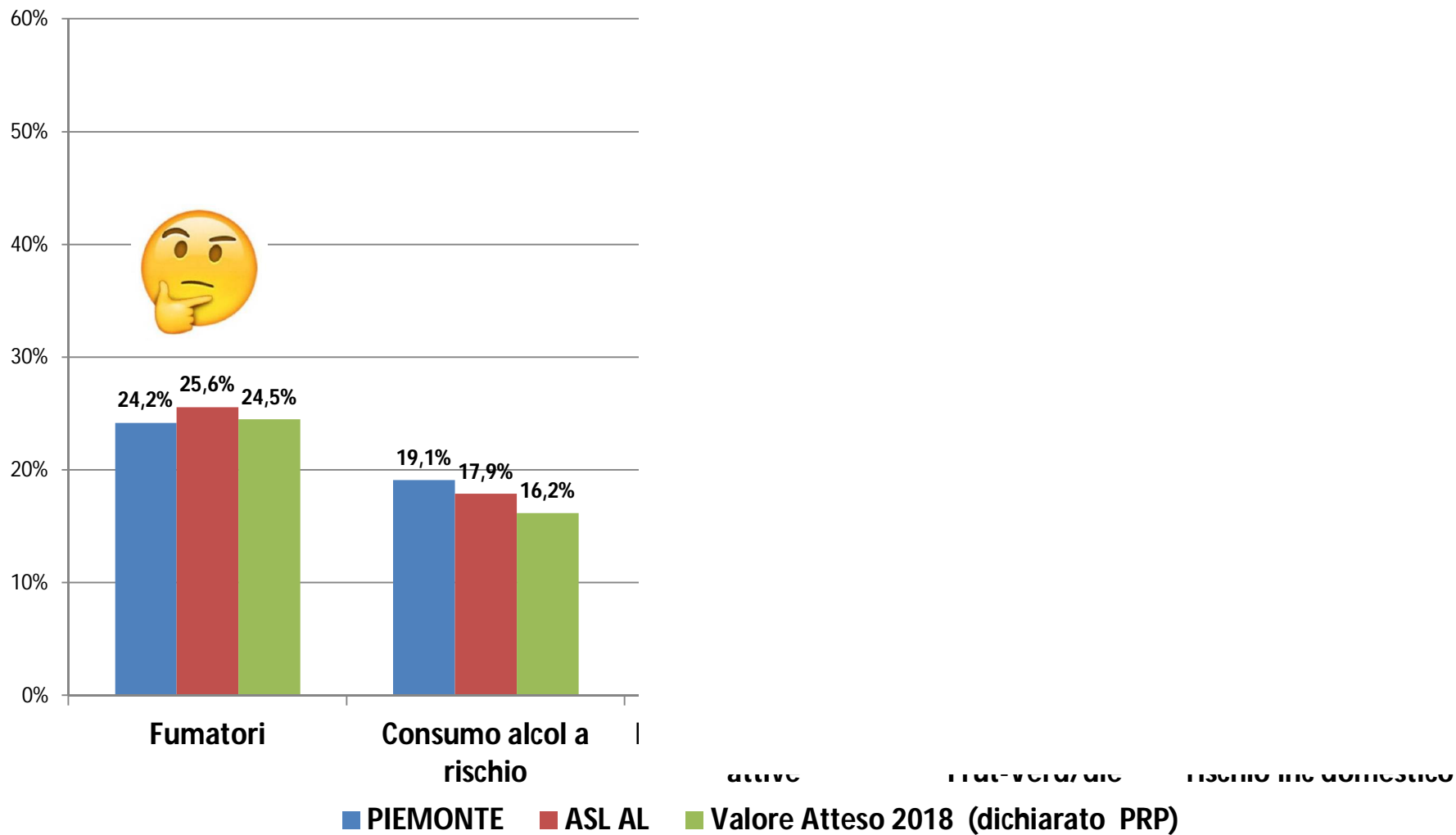
Alessandria – 2 dicembre 2019

Dott. Mauro Brusa – S.S. Promozione della Salute e Medicina d’Iniziativa - ASL AL

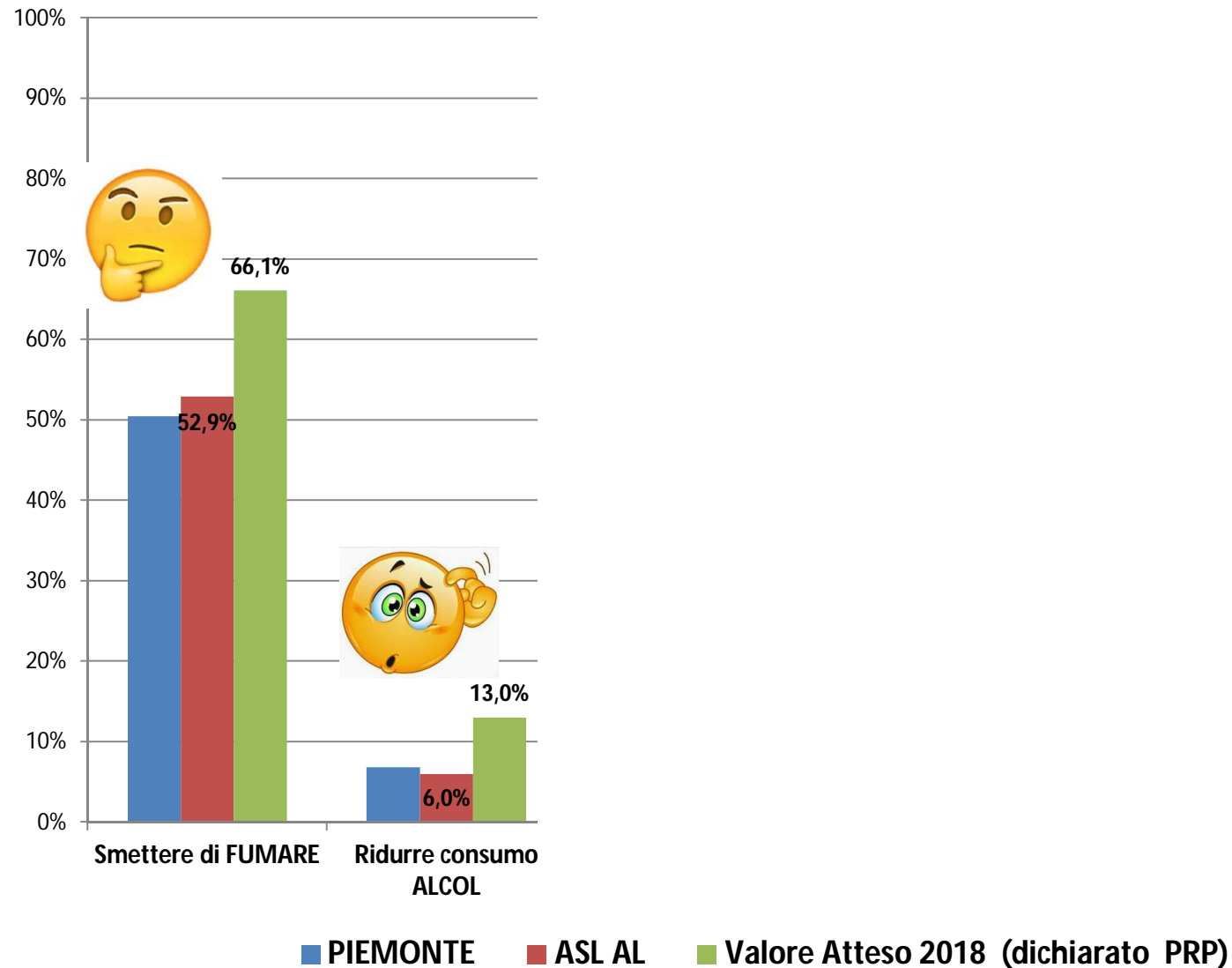
# LINEE STRATEGICHE DEL PROGRAMMA 4

- 1) **Rendere disponibili** agli operatori sanitari **informazioni e indicatori** che descrivono i **problemi/bisogni di salute** della popolazione locale.
- 2) **Migliorare competenze e abilità comunicative-relazionali** degli operatori sanitari, dei MMG e dei PLS, **per interventi brevi di counselling** (sui temi individuati come prioritari dal PRP) **sfruttando le opportunità di contatto** con pazienti, familiari e caregivers **e promuovere empowerment** negli assistiti, pazienti e familiari.
- 3) **Promuovere integrazione e collaborazione tra Strutture e Servizi**, territoriali e/o ospedalieri, **per implementare azioni validate**, all'interno di specifici percorsi preventivi e/o diagnostico-terapeutici, **rispetto a comportamenti e stili di vita** (*contrasto di quelli a rischio e promozione di quelli protettivi*).

# COMPORAMENTI E STILI DI VITA 18 – 69 ANNI (DATI PASSI 2013-2016)



# CONSIGLI DEGLI OPERATORI SANITARI SU STILI DI VITA 18 – 69 ANNI (DATI PASSI 2013-2016)



2. **Migliorare competenze e abilità comunicative-relazionali** degli operatori sanitari, dei MMG e dei PLS, **per interventi brevi di counselling** (sui temi individuati come prioritari dal PRP) **sfruttando le opportunità di contatto** con pazienti, familiari e caregivers **e promuovere empowerment** negli assistiti, pazienti e familiari.

## Azioni del Programma 4 che prevedono la formazione degli operatori sanitari sugli interventi comunicativi brevi (competenze e abilità di base del counselling)

- Azione 4.1.1 Promozione dell'**ALLATTAMENTO AL SENO**
- Azione 4.2.1 Riduzione/cessazione del **TABAGISMO**
- Azione 4.2.3 Identificazione precoce del consumo a rischio/dannoso di **ALCOL**
- Azione 4.3.5 Prevenzione **INCIDENTI DOMESTICI**
- Azione 4.1.8 Interventi per una **CORRETTA NUTRIZIONE** in soggetti a rischio
- Azione 4.1.3 Inserimento della tematica dell'**ESERCIZIO FISICO** a scopo terapeutico per pazienti con patologie croniche e per operatori dei relativi servizi

## Migliorare Competenze e Abilita' Comunicative/Relazionali negli operatori sanitari è strategico per :

- Promuovere nelle persone decisioni e cambiamenti consapevoli rispetto agli Stili di Vita
- Sviluppare nel paziente capacità di auto-gestione delle Malattie Croniche (empowerment del paziente)
- Favorire l'adesione ai PDTA (compliance del paziente)
- Migliorare gli interventi degli operatori sanitari : l'efficienza (ottimizzare il poco tempo) e l'efficacia (migliorare i risultati)





# Caratteristiche di una Formazione Specifica per gli interventi brevi sugli STILI di VITA

- Individuazione dei Destinatari :

- a) operatori che riconoscono il tema/stile di vita come rilevante per gli obiettivi di salute del proprio paziente/utente : ad es. Ostetriche (fumo/alcol), Infermieri di Cardiologia e Pneumologia, Medici e Infermieri di Famiglia, ecc. ;
- b) operatori che intercettano pazienti/utenti in situazioni "opportunistiche" per un intervento breve sugli stili di vita : ad es. operatori del Servizio Trasfusionale con i donatori, Infermieri ADI con pazienti e caregivers, ecc.

- Obiettivi/contenuti della formazione:

- a) Non solo informazioni ma abilità comunicative di base (**Chiedere – Ascoltare – Informare senza essere "prescrittivi"**)
- b) Presentazione di strumenti di supporto da utilizzare durante l'intervento breve :
  - Test di autovalutazione (Fagherstrom, Audit-C,...)
  - Pieghevoli contenenti Informazioni pratiche (ad es. come misurare le Unità Alcoliche) e indicazioni precise sui Servizi Specialistici dell'ASL (Centro Antifumo, Servizi Nutrizionali, ecc.)

**3. *Promuovere integrazione e collaborazione tra Strutture/Servizi***, territoriali e/o ospedalieri, e ***Risorse della Comunità locale per implementare azioni validate***, all'interno di specifici percorsi preventivi e/o diagnostico-terapeutici, ***rispetto a comportamenti e stili di vita*** (*contrasto di quelli a rischio e promozione di quelli protettivi*).

# Medici di Medicina Generale e Interventi Brevi sugli Stili di Vita

**PROGETTO FUMO** Inserito negli *accordo aziendali*, con i *Medici di Medicina Generale*, dal 2014 al 2016, e **ora nel PDTA per la BPCO**, con l'obiettivo di :

1. Promuovere la cessazione dal fumo di tabacco, in una parte degli assistiti fumatori, **utilizzando un apposito strumento come guida per l'intervento**
2. Favorire l'integrazione e la sinergia tra i MMG e i Servizi specialistici per il trattamento del tabagismo

Interventi brevi FUMO	2014	2015	2016
MMG coinvolti	206 (62%)	215 (65%)	165 (49%)
Fumatori coinvolti	2400	2500	1900
N° stimato di chi ha smesso a 12 mesi	72	75	57

**PROGETTO ALCOL** Inserito nell'*accordo aziendale del 2017 e 2018* al fine di **identificare precocemente il consumatore a rischio**,

fornire informazioni e promuovere consapevolezza sulle proprie abitudini al bere

Interventi brevi ALCOL	2017	2018
MMG coinvolti	182 (56%)	179 (56%)
Pazienti coinvolti	2184	2148

# Promozione della salute e dell'attività fisica

Opportunità per gli operatori sanitari di orientare i pazienti verso  
Gruppi di Cammino **valorizzando le risorse locali**



## CasaleCammina

4 percorsi settimanali per camminare, conoscere il territorio, migliorare la salute

**Orario invernale in vigore dal 17 Settembre 2018 al 29 Marzo 2019**  
(le camminate saranno sospese da Lunedì 17 Dicembre 2018 a Sabato 5 Gennaio 2019)

**Lunedì ore 15** Ritrovo Castello – 1,30/2 ore, km 6 - **PERCORSO BOSCO DELLA PASTRONA**  
(in alternativa sentiero lungo Po basso, Argine Malpensata; Oltreponte).

**Accompagnatori:** Giovanna 333 1295600, Iolanda 340 2274805, Patricia 335 6425368.

**Martedì ore 9** Ritrovo Canile Cascine Rossi – 2 ore, Km 6 - **PERCORSO CON L'AMICO A QUATTRO ZAMPE.**

**Accompagnatori:** Enrico 347 2448070, Germano 328 2552386, Gianni 347 6402748.

**Mercoledì ore 15** Ritrovo Stazione ferroviaria – 1,30/2 ore, km 6 - **PERCORSO CITTADELLA**  
(in alternativa Borgo Ala, Lungo Po baracche Barbesino, Porta Milano).

**Accompagnatori:** Silvana 3487028443, Silvia 331 1113399, Vittorio 334 9566810.

**Sabato ore 15** Ritrovo all'Edicola v.le O. Marchino – 1,30/2 ore, km 6 - **PERCORSO GROTTA DI LOURDES**  
(in alternativa Rotondino, Morana, Panoramica, Parco dell'Eternot).

**Accompagnatori:** Carlina 333 2270166, Claudio 347 5806805, Silvana 348 0 334902.

n.b.: all'occorrenza, si formeranno due gruppi; questo al fine di consentire ad ognuno di camminare col proprio passo





Programma di Attività Fisica Adattata  
attuato in collaborazione

**ASL AL**

Gruppo di Progetto  
Coordinamento Piano Locale Prevenzioni  
Dipartimento Strutturale Riabilitazione -  
Fragilità - Continuità Assistenziale

**UISP**

Unione Italiana Sport per Tutti  
Comitato territoriale di AL e AT

**COS'E'**



E' un programma di **attività fisica** che prevede una serie di esercizi non sanitari svolti **in gruppo**, sotto forma di corsi.

I corsi sono diretti da istruttori qualificati ed adeguatamente formati, **Laureati in Scienze Motorie**.

Si frequentano **due volte la settimana**

Si partecipa ai Corsi su indicazione

- del **proprio Medico di Base**
- dei **Medici Specialisti**
- dei **Fisioterapisti**
- oppure in **modo autonomo**



**A CHI E' RIVOLTO IL PROGRAMMA**

A soggetti adulti ed anziani, di ambo i sessi, affetti da **patologie croniche scheletriche** (artrosi, dolori ricorrenti, riduzione della capacità di muoversi da malattie pregresse), **patologie metaboliche** (diabete), **esiti stabilizzati dell'ictus** e la **malattia di Parkinson**

E' utile anche a coloro che intendono prevenire queste patologie e contrastare la riduzione delle capacità motorie dovuta all'età, svolgendo attività fisica in modo adeguato.



# Intervento di Iniziativa con Offerta Attiva



**Proposta fatta dai Fisiatri ai pazienti degli ambulatori territoriali** del Dipartimento Strutturale Riabilitazione-Fragilità Continuità Assistenziale di Casale M.to e Novi Ligure, **affetti da patologie muscolo-scheletriche** e non più bisognosi di trattamenti fisioterapici, di **sperimentare 1 mese di corso (gratuito) di AFA**, attraverso un **intervento di counselling breve** mirato ad informare e sensibilizzare sui benefici dell'AFA.

Il progetto, avviato nella primavera del 2018, attraverso apposita convenzione con UISP, durerà fino ad ottobre 2020.

Alla fine del 1° semestre 2019 **28 pazienti hanno aderito alla proposta e frequentato il corso di AFA.**

---

**A CHI RIVOLGERSI PER  
L'ATTIVITA' FISICA ADATTATA**

L'Attività Fisica Adattata viene effettuata in vari punti della Provincia di Alessandria.

Scelga il punto più comodo per Lei nell'elenco descritto all'interno, oppure, telefoni a:

**UISP Tel. 0131 253265**

**E-mail: [alessandriaasti@uisp.it](mailto:alessandriaasti@uisp.it)**

**Sito web: [www.uisp.it/alessandriaasti](http://www.uisp.it/alessandriaasti)**



---

**Dove si svolgono le attività:**

**NOVI LIGURE**

**Palestra JUDO CLUB NOVI**

**Via Ferrando Aurelio 24/a**

Lunedì/Giovedì ore 15.30/16.30 corso AFA

Lunedì/Giovedì ore 16.30/17.30 Ginnastica dolce

**Palestra Scuola Primaria "PASCOLI" C.so Italia, 56**

Lunedì/Giovedì ore 17.50/18.50 corso AFA

**Per contatti : cell. 339.3863812**

**NOVI LIGURE**

**Palestra "FORZA & VIRTU'" – Via Carducci, 8**

Lunedì/Giovedì ore 15.45/16.45 corso AFA

**Per contatti : cell. 347.0130628**

**Palestra "CENTRO DANZA DI ROBERTA**

**BORELLO" Corso Piave, 2 (int. Circolo ILVA)**

Lunedì/Mercoledì ore 09.15/10.15 corso AFA

**Per contatti : cell. 329.9697457**

**CASALE MONFERRATO**

**Palestra OSPEDALE SANTO SPIRITO V.le Giolitti, 2**

Martedì/Venerdì ore 17.00/18.00 - 18.00/19.00

corso AFA

**Per contatti : cell. 339.3863812**

**ALESSANDRIA**

**Circolo SOMS - quartiere Cristo - C.so Acqui, 156**

Martedì/Giovedì 9.30/10.30 corso AFA

**Per contatti : cell. 339.3863812**

**Per accedere ai corsi è necessario presentare  
Certificato Medico di idoneità alla pratica sportiva non  
agonistica**

---





SITUAZIONE COMPLESSIVA STILI DI VITA 18 – 69 ANNI (DATI PASSI 2013-2016)

	PIEMONTE	ASL AL	Valore Atteso 2018 (dichiarato PRP)
<b>FUMATORI</b>	24,2%	<b>25,6 %</b>	24,5 %
<b>Consiglio di smettere fumo</b>	50,5%	<b>52,9%</b>	<b>66,1%</b>
<b>CONSUMO DI ALCOL A RISCHIO</b>	19,1%	<b>17,9%</b>	16,2%
<b>Consiglio di ridurre consumo alcol</b>	6,8%	<b>6,0%</b>	<b>13,0%</b>
<b>PERSONE ATTIVE FISICAMENTE</b>	31,3%	<b>36,8%</b>	42,4%
<b>Consigliata AF a pazienti CRONICI</b>	40,5%	<b>42,5%</b>	<b>53,8%</b>
<b>PERSONE "Consigliate" di ridurre PESO</b>	48,9%	<b>51,4%</b>	<b>71,7%</b>
<b>IPERTESI "Consigliati" di ridurre SALE</b>	79,7%	<b>87,6%</b>	<b>89,2%</b>
<b>Consumano 3 porzioni di Frutta-Verdura / die</b>	53,9%	<b>51,8%</b>	<b>55,0%</b>
<b>PERCEZIONE RISCHIO INCIDENTI DOMESTICI</b>	4,9%	<b>8,9%</b>	<b>5,5%</b>
<b>PERSONE Informate su rischi incidenti dom.</b>	13,9%	<b>8,1%</b>	<b>18,9%</b>