



# **L'Equità nel Piano Locale della Prevenzione ASL AL. Il sistema della Prevenzione verso un'ottica di promozione della salute ed equità.**

**Le Azioni Equity-oriented del PLP nei Programmi  
PP1 "Scuola che promuove la salute"  
PL 12 "Setting Sanitario: promozione della salute e cronicità"**

***Alessandria – Sala Chessa***

***28 .11.2024***



*Dott. Mauro Brusa  
Responsabile S.S. Promozione della Salute e Medicina d'Iniziativa  
Referente Programma 1 e Programma 12 PLP ASL AL*

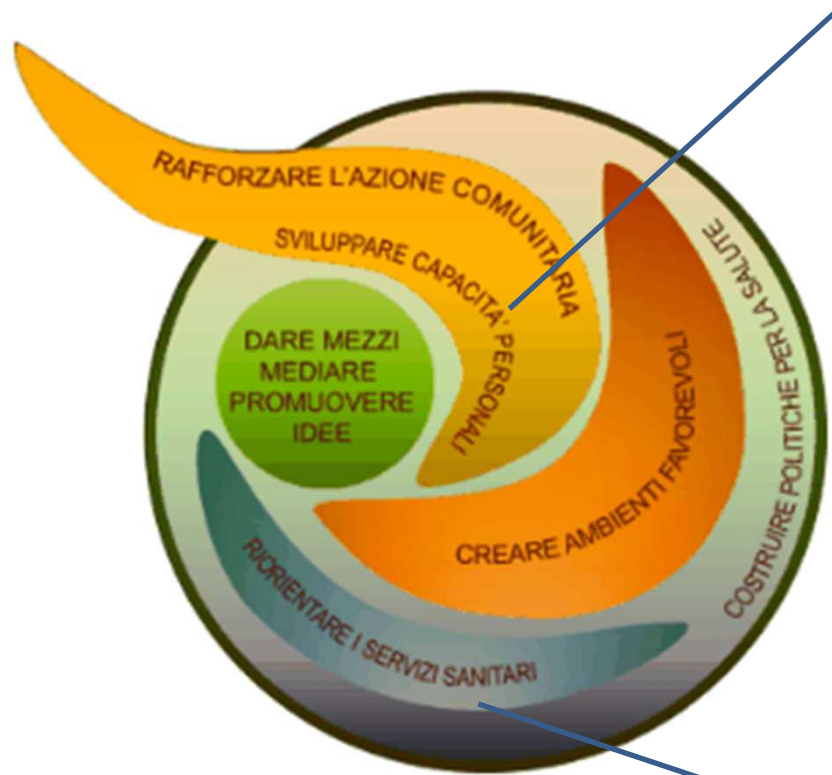


# ***PERCHE' L'EQUITA' PUO' FARE LA DIFFERENZA***



***NELLE AZIONI DI PROMOZIONE DELLA SALUTE***

# *Le Azioni che Promuovono la Salute*



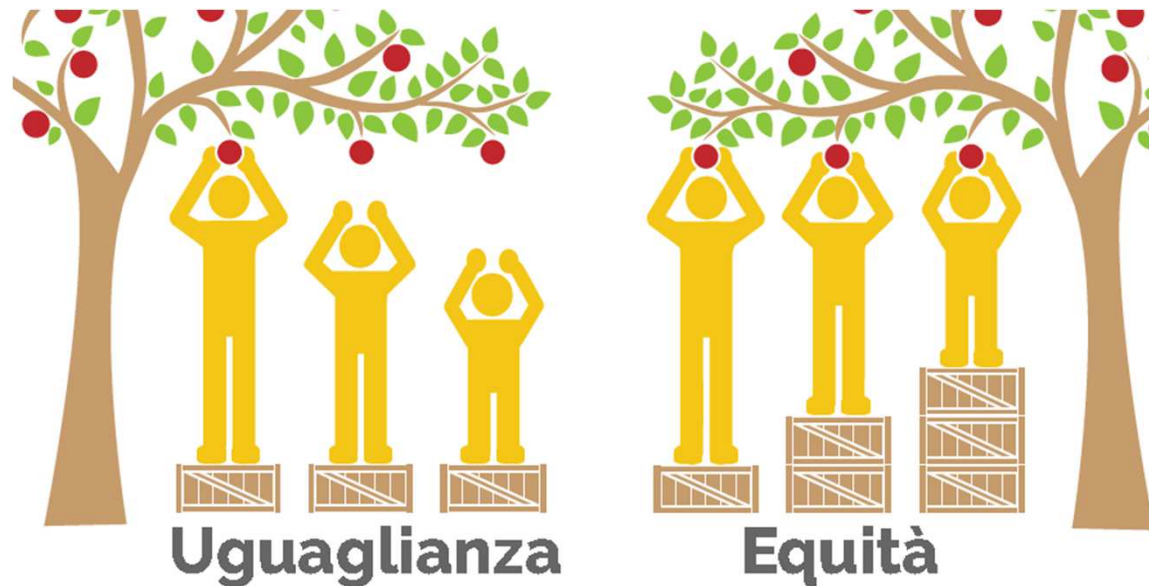
*Carta di Ottawa - 1986*

**SVILUPPARE CAPACITA'  
PERSONALI**

*Azioni che riguardano  
maggiormente la Sanità  
(Operatori e Organizzazione  
dei Servizi Sanitari)*

**RIORIENTARE I SERVIZI  
SANITARI**

# *Le Azioni di Supporto all'Equità nella Programmazione del PLP ASL AL*



***Promuovere  
Empowerment dove  
c'è più Bisogno***

***SVILUPPARE  
CAPACITA' PERSONALI  
Maggior offerta di***  
❖ *Informazioni*  
❖ *Interventi educativi*  
❖ *Counselling*

***RIORIENTARE I  
SERVIZI SANITARI  
Maggior attenzione a***  
❖ *Accessibilità*  
❖ *Opportunità di fare  
Prevenzione*

# L'indice HAZ e le Zone di Azione per la Salute



Spunti per l'individuazione dei territori per l'attuazione dei Programmi del PRP piemontese 2020-2025

Un nuovo strumento per la programmazione territoriale

**Strategia sulle disuguaglianze di salute sviluppato dall'NHS inglese dal 2000**  
**Ideato per ridisegnare e migliorare la salute delle popolazioni a livello locale, specialmente di quelle più svantaggiate.**

**Gli indici HAZ sono misure sintetiche multidimensionali che individuano aree di svantaggio relativo con un MAGGIOR FABBISOGNO DI PREVENZIONE.**

Utilizzano molteplici fattori che impattano sulla salute, **mettendo insieme dimensioni sociali di deprivazione con i bisogni di salute**, come la prevalenza di alcune **malattie croniche** (diabete, malattie cardiovascolari, tumori), **salute mentale** (depressione, demenza), **uso di sostanze**, **interruzioni volontarie di gravidanza**, ecc.

TERRITORI	FABBISOGNO DI PREVENZIONE
HAZ - Zone di azione per la salute	Indice sintetico di disagio sociale e bisogno di salute HAZ
ACQUI TERME	2,4
CASALE MONFERRATO	1,8
OVADA	-0,9
NOVI LIGURE	-1,1
TORTONA	-1,1
ALESSANDRIA	-2,4
VALENZA	-2,7



# Programma PP1

## Scuole che promuovono la salute



**Azione 1.8 Promozione di stili di vita salutari, con particolare riferimento all'alimentazione e all'attività fisica, per il contrasto di sovrappeso e obesità nei bambini (azione equity-oriented)**

Il Piano Regionale della Prevenzione 2020-2025 prevede che a livello **Locale** il Programma 1 "Scuole che promuovono salute" e il Programma 13 "Alimentazione e Salute" predispongano, in maniera collaborativa ed integrata, almeno un **progetto di promozione della dieta sana, equilibrata e sostenibile, per il contrasto di sovrappeso e obesità nei bambini**, da proporre e attuare **nelle scuole delle aree territoriali individuate con maggior bisogno dal Servizio di Epidemiologia Regionale.**



## A scuola con gusto 2.0



**CATALOGO PROGETTI**

**PROMOZIONE EDUCAZIONE  
ALLA SALUTE**

**PER LE SCUOLE DEL  
TERRITORIO ASL AL**

**ANNO SCOLASTICO 2024-2025**



**Tema di salute:** Alimentazione e Attività Fisica

**Referenti del progetto:** **Dott.ssa Giuseppina Beviglia** (Responsabile) - Dirigente Medico SIAN e **Dott.ssa Santoli Stefania** – Dietista SIAN  
Dipartimento di Prevenzione ASL AL

**Gruppo di progetto:** Componenti GdL Programma 13 “Alimenti e salute” in integrazione con Referente Programma 1 “Scuole che promuovono salute” ed il Referente del Programma 2 “Comunità attive”

**Destinatari docenti scuole dell’infanzia, primaria e secondaria di 1° grado** dei Distretti di Casale M.to e Acqui Terme.



## A scuola con gusto 2.0



***I DATI*** : ***Okkio alla salute*** è un ***Sistema di Sorveglianza*** su sovrappeso / obesità e fattori di rischio correlati nei bambini di 6-10 anni delle scuole primarie.

***I dati 2019 segnalano*** la persistenza/aggravamento di cattive abitudini alimentari e di un alto livello di sovrappeso/obesità, specie in alcuni territori piemontesi : ***nella ASL AL ancora nei Distretti di Acqui e Casale***

***Rispetto ai dati precedenti si evidenzia una diminuzione dei bambini :***

- che fanno una colazione adeguata***
- che consumano cinque porzioni al giorno di frutta e verdura.***

### ***OBIETTIVI:***

attraverso la formazione dei docenti (strategia per promuovere equità) ***migliorare conoscenze, consapevolezza e comportamenti salutari tra gli studenti sui temi della sana alimentazione e del “fare movimento”.***

## Guida alla scelta degli spuntini freschi e confezionati

Per operatori sanitari  
e insegnanti delle scuole primarie



## *Esempio di uno strumento di lavoro per i docenti*

### Indice

Introduzione. Una guida basata sulla raccolta di dati piemontesi .....	4
1. Spuntini: guida alla scelta .....	6
2. Fare uno spuntino è utile ai bambini? .....	7
3. Lo spuntino può far aumentare di peso? .....	8
4. Quali alimenti per lo spuntino? .....	9
4.1. Spuntini consigliati.....	11
4.2. Alimenti da consumare in alternativa alla frutta, al latte o allo yogurt.....	12
4.3. Spuntini da scegliere leggendo l'etichetta .....	14
4.4. Curiosità sull'etichetta dei prodotti: l'elenco degli ingredienti .....	17
4.5. Sale in etichetta? Cerchiamolo per scoprire con quali frequenze settimanali consumare alcune merende.....	18
5. Quali bevande per lo spuntino?.....	19
6. Spuntini: costruiamo la nostra settimana ideale.....	21
7. Spuntini: quando consumarli? .....	23
8. Conclusioni.....	24
9. Attività e giochi con gli spuntini.....	25
10. Bibliografia.....	31

#### 4.1. Spuntini consigliati

L'ideale sarebbe frutta o verdura tutti i giorni, alternata due volte alla settimana con latte o yogurt.

La frutta e la verdura sono gli spuntini consigliati tutti i giorni, ma almeno due volte alla settimana sarebbe opportuno sostituirli con un bicchiere di latte o con uno yogurt, per fornire ai bimbi il calcio, un sale minerale che concorre allo sviluppo delle ossa e dei denti ed è quindi molto utile per la crescita. Ecco indicate in figura le porzioni consigliate:

Almeno 1 pallina da tennis




1 vasetto di yogurt da g 125  
oppure  
1 bicchiere di latte da g 125




## Lo spuntino ideale...

#### Spuntini dolci


Una fetta di pane (grande come 1 mazzo di carte) con cioccolato (metr da sarta 7 cm) o crema al cioccolato (3 cucchiaini)




3 o 4 biscotti



Crostata o torta margherita (triangolo base 7,5 cm lato 10,5 cm; spessore 1,5 cm)



Una fetta di pane (grande come 1 mazzo di carte) con marmellata o miele (3 cucchiaini)



#### Spuntini salati

Due fette di pane (ciascuna grande come 1 mazzo di carte) con due fette di prosciutto (ciascuna grande come una sagoma di cartoncino cm 9 x 9)



Cracker 1 pacchettino



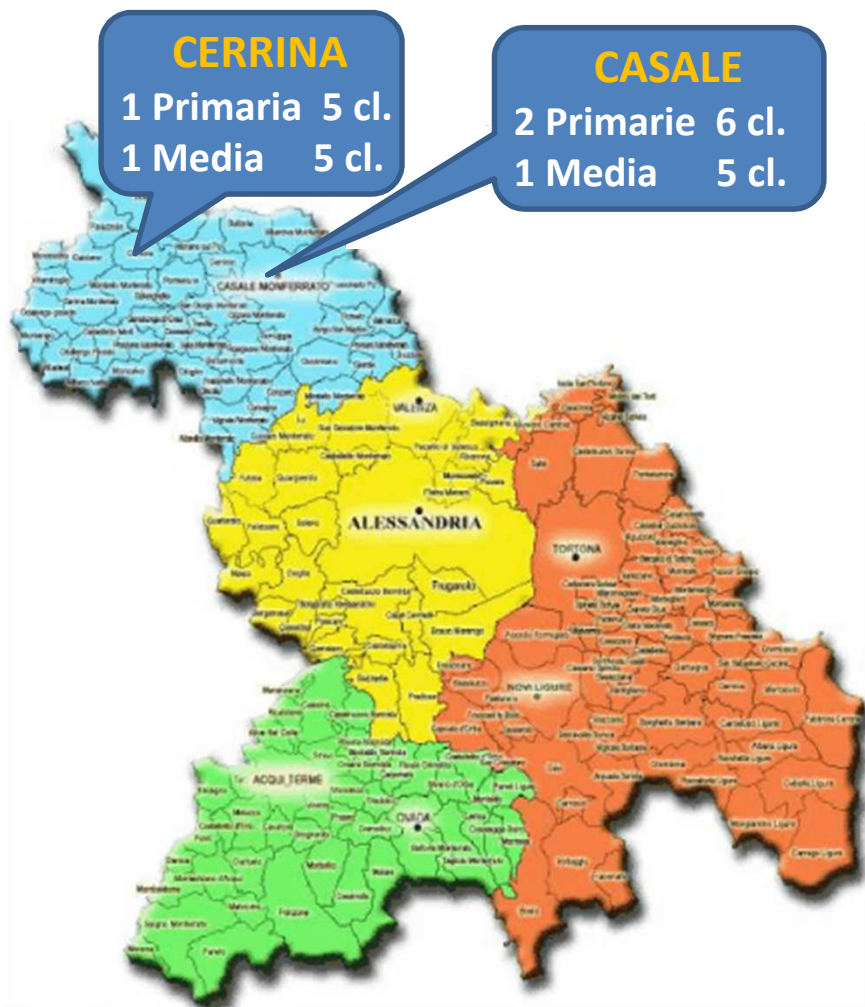
Focaccia (grande come una sagoma di cartoncino cm 9 x 9; spessore 2 cm)



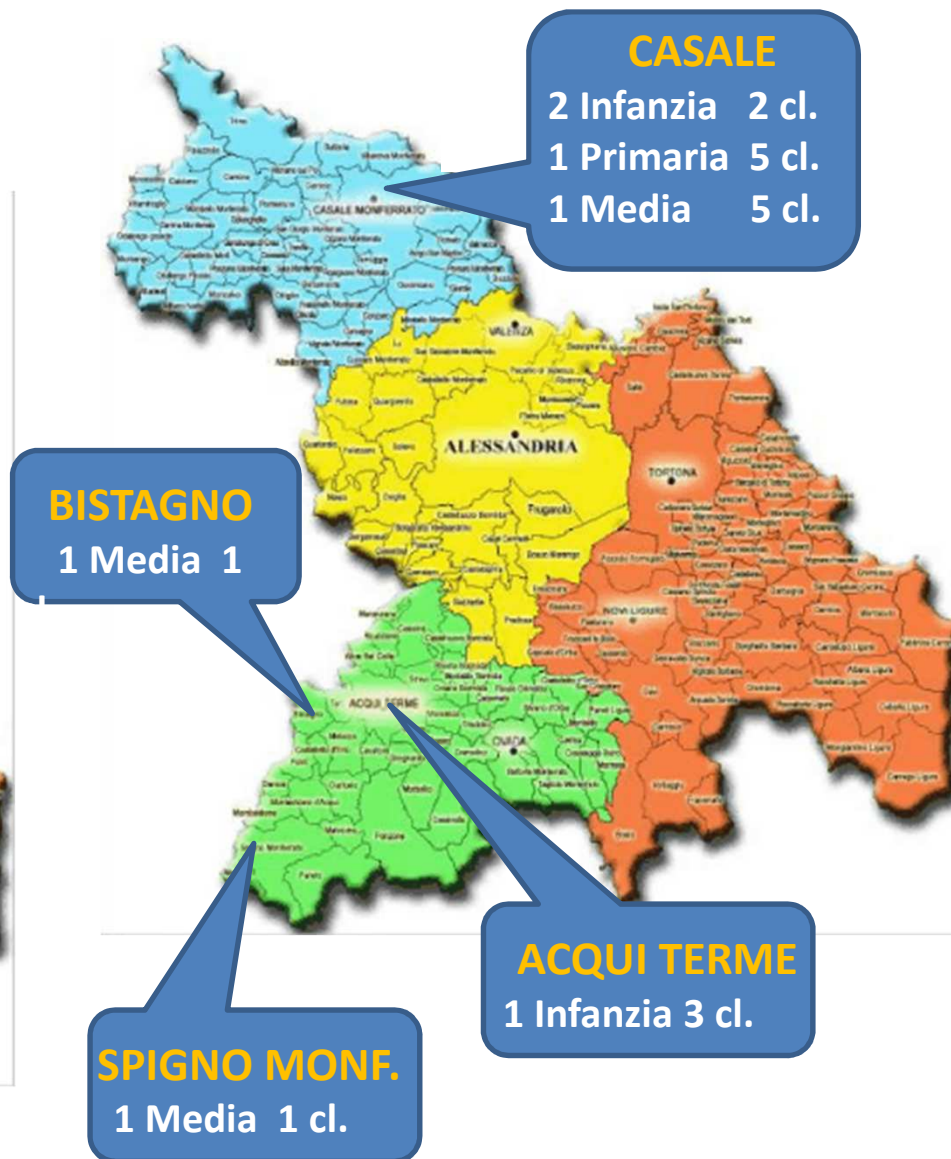
**Occorre ricordare che gli alimenti salati non dovrebbero essere presenti più di tre volte alla settimana nello spuntino**

# RISULTATI

Anno Scolastico 2022-2023



Anno Scolastico 2023-2024





# Programma PL12

## Setting Sanitario: promozione della salute nella cronicità

### Azione 12.5 Promozione della salute in contesti territoriali deprivati (azione equity- oriented)

**PREMESSA.** Il Piano Regionale della Prevenzione 2020-2025 prevede che a livello Locale il Programma 12 “Setting Sanitario: promozione della salute nella cronicità” e il Programma 15 “Screening Oncologici” predispongano, in maniera collaborativa ed integrata, un **progetto per contrastare la cronicità attraverso la promozione di stili di vita salutari nei pazienti/utenti che accedono ai Servizi Sanitari delle aree territoriali individuate con maggior bisogno dal Servizio di Epidemiologia Regionale** (che per quanto riguarda la ASL AL sappiamo essere i Distretti di Casale Monferrato e di Acqui Terme).

***Lo stesso progetto lo si sta realizzando nell’ASL di Alessandria e di Asti.***

**Finalità:** contrastare la cronicità promuovendo gli stili di vita salutari (alimentazione, attività fisica, fumo di tabacco e alcol) anche nelle persone sane che accedono ai Servizi Sanitari (e non solo nei pazienti/utenti già affetti da malattie croniche).

**Attività:** *realizzazione di interventi di counselling breve sui principali stili di vita inseriti nei contesti sanitari opportunistici*

Che sono i luoghi ed i tempi di cura / assistenza in cui vengono svolte le attività sanitarie ed erogate le prestazioni quotidiane, come ad esempio :

- Ambulatorio del medico di medicina generale
- Domicilio del paziente (infermiere di famiglia e comunità, infermiere ADI)
- Ambulatorio del medico competente
- Ambulatorio dello screening**
- Ambulatorio delle vaccinazioni
- Farmacie territoriali, ....



## **Progetto di Promozione degli stili di vita salutari in contesti opportunistici.**

**Ambulatorio per lo Screening del tumore del collo dell'utero del  
Consultorio**

***Referenti del progetto: Dott.ssa Mariacaterina Maconi - Dirigente medico S.S.***

*U.V.O.S. Programma di screening n° 6 - Referente PL15 PLP ASL AL*

***Dott. Mauro Brusa - Dirigente medico S.S. Promozione della Salute e Medicina di  
Iniziativa - Referente PL12 PLP ASL AL***

***Ostetrica Elena Foglia - Coordinatore Ostetriche Consultorio Acqui Terme;***

***Infermiera Laura Ferrauto - Coordinatore ADI Distretto e Consultorio di Casale M.to.***

***Gruppo di progetto: Ostetriche dei Consultori di Acqui T. e Casale M.to***

**DESTINATARI :** Donne di 25-29 anni (ora esteso fino alle 40enni) che aderiscono al Programma di screening organizzato da Prevenzione Serena (ad Acqui e Casale).

### **OBIETTIVI :**

1. **Suscitare attenzione e maggior consapevolezza sugli stili di vita** (alimentazione, attività fisica, fumo di tabacco e alcol)
2. **fornire informazioni ed orientare la persona**, specialmente se dichiara una disponibilità al cambiamento di comportamento.

### **INTERVENTO:**

1. **Consegna di un questionario** che le donne compilano in autonomia.
2. **Intervento di counselling breve dell'operatore sanitario** (5 min.) utilizzando le risposte che la donna ha dato ad una parte del questionario
3. **consegna di materiale informativo-educativo:**
  - a) **sugli stili di vita**
  - b) **su eventuali Servizi ASL** (Centri Antifumo, Servizi di Consulenza Nutrizionale...)
  - c) **su Associazioni del territorio** (Gruppi di Cammino locali/di Attività Fisica Adattata)

### **VALUTAZIONE:**

1. **percentuale di adesione alla compilazione del questionario;**
2. **livelli di soddisfazione/insoddisfazione relativi ai propri stili di vita dichiarati**
3. **eventuali tentativi di cambiamento dei comportamenti** attraverso il feed-back di Ambulatori e Servizi ASL o, ad esempio, degli organizzatori dei Gruppi di Cammino.

## QUESTIONARIO SUGLI STILI DI VITA – parte I

Buongiorno, se è d'accordo le chiediamo di rispondere a queste domande su alcuni stili di vita importanti per la salute.

Data \_\_\_\_\_ Età \_\_\_\_\_

### Fumo di Tabacco

• *Lei fuma attualmente ?*

- SI  numero di sigarette fumate al giorno : \_\_\_\_\_
- NO  1) sono un ex-fumatore da meno di 6 mesi
- 2) sono un ex-fumatore da più di 6 mesi
- 3) non ho mai fumato

### Consumo di Alcol

Per il calcolo si considera che 1 Unità Alcolica contiene 12-13 gr. di etanolo puro e corrisponde a:  
1 bicchiere di vino da 125 ml oppure 1 lattina di birra da 330 ml oppure 1 bicchierino da 40 ml di superalcolico.

- *Lei consuma bevande alcoliche ?* SI  NO
- Se SI, con quale frequenza ? Giornaliera  n° Unità Alcoliche al giorno \_\_\_\_\_  
Settimanale  n° Unità Alcoliche alla settimana \_\_\_\_\_  
Mensile  n° Unità Alcoliche al mese \_\_\_\_\_
- Consuma bevande alcoliche fuori pasto? SI  NO

### Abitudini alimentari

- *Se pensa al suo consumo quotidiano di frutta + verdura, quante porzioni di frutta + verdura le sembra di consumare ogni giorno?* (per il calcolo si considera 1 porzione di frutta o verdura cruda quella che sta nel palmo della mano e se cotta quella riferita a mezzo piatto).  
nessuna  una/due  tre/quattro  cinque o più
- *Quanto spesso aggiunge il sale a tavola?*  
mai o raramente  abbastanza spesso  sempre o molto spesso
- *Come considera il suo peso attuale?* adeguato  inadeguato

### Attività Fisica

- *Negli ultimi 30 giorni ha svolto attività fisica?* SI  NO
- Se sì quale? \_\_\_\_\_
- Per quanti giorni alla settimana? \_\_\_\_\_ Quanti minuti in media per ogni volta? \_\_\_\_\_
- *Come considera la sua pratica di attività fisica?* Più che sufficiente  sufficiente  inadeguata

## QUESTIONARIO SUGLI STILI DI VITA – parte 2

- Se dovesse valutare con un numero da 1 a 7 quanto è soddisfatta del suo livello di benessere fisico e mentale, dove 1 significa per nulla soddisfatto e 7 del tutto soddisfatto, che voto si darebbe ?

1	2	3	4	5	6	7
						del tutto soddisfatta
						per nulla soddisfatta

- Se Lei attualmente fuma e se dovesse valutare con un numero da 1 a 7 quanto è preoccupata del suo consumo di tabacco, dove 1 significa per nulla preoccupato e 7 del tutto preoccupato, che voto si darebbe ?

1	2	3	4	5	6	7
						del tutto soddisfatta
						per nulla soddisfatta

- Se Lei consuma bevande alcoliche e se dovesse valutare con un numero da 1 a 7 quanto è preoccupata del suo consumo di bevande alcoliche, dove 1 significa per nulla preoccupato e 7 del tutto preoccupato, che voto si darebbe ?

1	2	3	4	5	6	7
						del tutto preoccupata
						per nulla preoccupata

- Se dovesse valutare con un numero da 1 a 7 quanto è soddisfatta/o del suo comportamento alimentare, dove 1 significa per nulla soddisfatto e 7 del tutto soddisfatto, che voto si darebbe ?

1	2	3	4	5	6	7
per nulla soddisfatta						
del tutto soddisfatta						

- Se dovesse valutare con un numero da 1 a 7 quanto è soddisfatta/o del suo livello di attività fisica, dove 1 significa per nulla soddisfatto e 7 del tutto soddisfatto, che voto si darebbe ?

1	2	3	4	5	6	7
per nulla soddisfatta						
del tutto soddisfatta						

### CONCLUSIONE

Rispetto a questi stili di vita,  
nell'ultimo mese le è capitato di pensare di voler fare qualche cambiamento ? SI  NO

- Se si rispetto a quale stile di vita ? \_\_\_\_\_
- Se volesse cambiare qualcosa di questo stile di vita, da cosa si sentirebbe di cominciare ? \_\_\_\_\_



## **PREVENZIONE E PROMOZIONE DEGLI STILI DI VITA SALUTARI**

Ambulatorio per lo Screening del tumore della cervice uterina del Consultorio



Sul sito web della ASL AL al seguente link

<https://www.aslal.it/prevenzione-cronicita-e-promozione-salute-promozione-stili-di-vita-salutari>

è presente una pagina che contiene una breve descrizione di questa iniziativa di prevenzione e di promozione della salute dove si possono trovare alcuni documenti e semplici test riguardanti i seguenti comportamenti e stili di vita

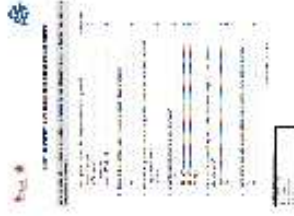
### **Alimentazione sana ed equilibrata**



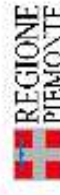
### **Prevenzione del consumo a rischio di bevande alcoliche**



### **Disassuefazione dal fumo di tabacco**



### **Pratica di una regolare attività fisica**



## Casale Cammina

### nuovi orari per gli amanti delle passeggiate

#### 4 percorsi settimanali

per camminare, conoscere il territorio, migliorare la salute

Orario invernale in vigore dal 16 Settembre 2024 al 12 Aprile 2025  
(le camminate termineranno il 21 dicembre e riprenderanno l' 8 gennaio)

Lunedì ore 15 Ritrovo al Castello – 1,30/2 ore, km 6

Percorso Bosco della Pastrona, (in alternativa: **Lungo Po basso**,  
**Argine Malpensata, Oltreponte**)

Accompagnatori: Iolanda 3402274805, Patricia 335 6425368.

Martedì ore 9 Ritrovo Canile di Cascine Rossi – 1,30/2 ore, Km 6

Percorso Canile Cascine Rossi con l'amico a quattro zampe

Accompagnatori: Enrico 347 2448070

Mercoledì ore 15 Ritrovo Stazione ferroviaria – 1,30/2 ore, km 6

Percorso Cittadella, (in alternativa **zona fluviale Baracche**  
**Barbesino**)

Accompagnatori: Silvia 331 1113399

Sabato ore 15 Ritrovo Edicola v.le O. Marchino – 1,30/2 ore, km 6

Percorso Grotta di Lourdes, (in alternativa: **Parco dell' Eternot**,  
**Panoramica**)

Accompagnatori: Carlina 333 2270166

N.B. : all'occorrenza si formeranno due gruppi per consentire ad ognuno di camminare col proprio passo



Giorni e orari fissi con l'accompagnamento di volontari formati dal Dipartimento di Prevenzione dell'ASL AL. I percorsi sono ad anello (si concludono nel punto di partenza).  
Abbigliamento comodo e idoneo al clima, calzature con suola in gomma (tipo scarpe da ginnastica o trekking). In caso di pioggia, la camminata è sospesa.  
(Eventualmente contattare i responsabili dei rispettivi percorsi).

**La partecipazione è gratuita e non richiede iscrizione.**

#### Perché CAMMINIAMO?

Una serie di studi internazionali, raccolti nel protocollo noto come **LA CARTA DI TORONTO**, ha documentato la **ridotta incidenza di una lunga serie di patologie**, cardiovascolari (cardiopatia ischemica, ipertensione, insufficienza cardiaca), respiratorie (insufficienza respiratoria) metaboliche (diabete, dislipidemie) neoplasie (tumore della mammella, tumore dell'intestino) nella popolazione che **pratica regolarmente attività fisica unita ad una corretta alimentazione**.

**IL TUO MEDICO** potrà informarti sui vantaggi per il tuo organismo di una moderata e costante attività fisica e su eventuali controindicazioni legate al tuo stato di salute.

**IL CAMMINO** è l'attività fisica più naturale, non richiede strutture né attrezzature; ci fa conoscere l'ambiente che ci circonda e favorisce la comunicazione.

Si è quantificato il **risparmio per i Sistemi Sanitari** in circa **1 €** per ogni **km percorso**



INFO: 347 2448070

Siamo su facebook: "Casale cammina" ☺

## SEDE E ORARIO

L'ambulatorio ha come scopo la promozione di una sana alimentazione ai fini della prevenzione dell'obesità e delle malattie cronico-degenerative, nonché di correggere eventuali squilibri nutrizionali presenti anche in condizioni di normopeso.

La consulenza è rivolta a giovani e adulti (bambini a partire dai 5 anni di età) che presentano fattori di rischio in assenza di patologie conclamate, a donne in particolari condizioni fisiologiche (gravidenza, allattamento, menopausa); viene condotta dalla dietista con abilità di counselling per condividere il cambiamento delle abitudini alimentari.

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione  
C.so Valentino 249 ang. V/le Giolitti  
Casale Monferrato (AL)

giovedì dalle 9,00 alle 13,00  
dietista

dott.ssa Stefania Santolli

## 1° ACCESSO

Si accede con impegnativa del medico curante o del pediatra di libera scelta riportante "terapia dietetica" (codice 99.93), previa prenotazione al CUP Piemonte (raggiungibile attraverso il call center al numero verde 800000500, online [www.salutepiemonte.it](http://www.salutepiemonte.it), tramite l'app dedicata o presso le farmacie abilitate).  
Al momento della prenotazione specificare la scelta dell'ambulatorio.

## INFO

Tel 0142 434548/543

email: [sian@aslai.it](mailto:sian@aslai.it)

*La dieta è la variabile più potente  
nell'influenzare, nel bene e nel male,  
lo stato di salute (WCRF 2007)*

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

S.C. SIAN

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione  
Direttore f.f.: dott. Paolo Merlo

# Ambulatorio di dietetica per la prevenzione collettiva e consulenza nutrizionale





## **PROGETTO DI PROMOZIONE DI STILI DI VITA SALUTARI SERVIZIO DI CONSULENZA TABACCOLOGICA**

Dr.ssa Raffaella Caneparo  
Medico cardiologo – psicoterapeuta  
Cardiologia Territoriale ASLAL  
Sede di Acqui terme

Servizio rivolto alle donne di età 25-29 anni che accedono all'Ambulatorio dello Screening del Consultorio ASLAL.

L'attività di consulenza prevede:

Colloquio individuale

Anamnesi tabagica , raccolta della storia clinica e della storia della dipendenza da fumo

Somministrazione del Test di Fagerstromm

Analisi del CO espirato

Colloquio motivazionale finalizzato a rinforzo della motivazione alla cessazione

Durata: 45 minuti



Info e prenotazioni:

Ambulatorio di Cardiologia territoriale

Sede di Acqui terme

Tel 0144.777703

Da Lun-Ven ore 13-15



## Risultati Questionari – parte 2 : campione 140 donne ASL AL (09/23 – 06/24)

Se dovesse valutare con un numero da 1 a 7 **quanto è soddisfatta/o del suo comportamento alimentare**, dove 1 significa per nulla soddisfatto e 7 del tutto soddisfatto, che voto si darebbe ?



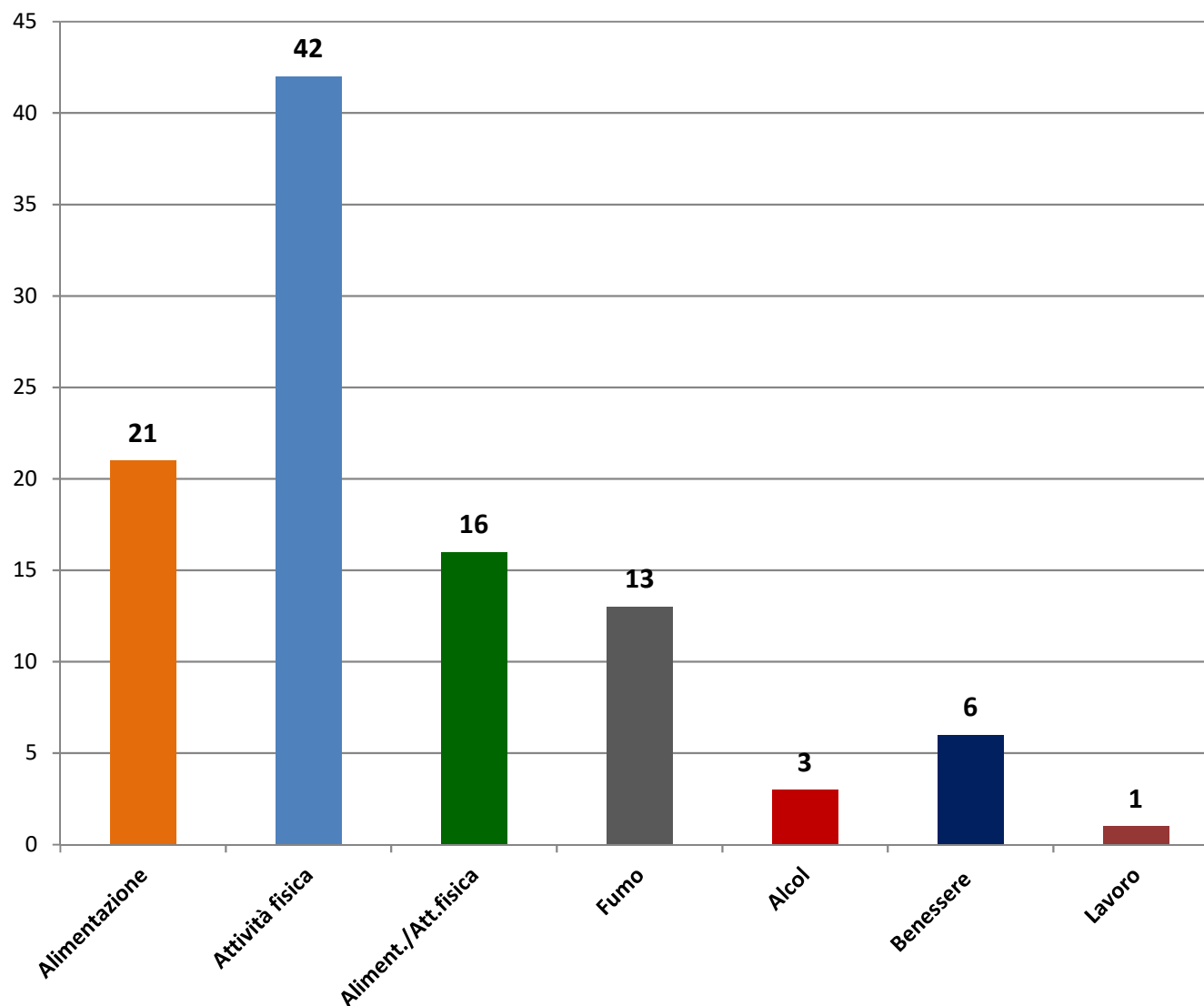
Se dovesse valutare con un numero da 1 a 7 **quanto è soddisfatta/o del suo livello di attività fisica**, dove 1 significa per nulla soddisfatto e 7 del tutto soddisfatto, che voto si darebbe ?



**Risultati Questionari – parte 2 : campione 140 donne ASL AL (09/23 – 06/24)**

**Rispetto a questi stili di vita, nell'ultimo mese le è capitato di pensare di voler fare qualche cambiamento ? SI = 85 NO = 54**

**Se si  
rispetto a  
quale stile  
di vita ?**



***GRAZIE PER L'ATTENZIONE***

# Health Equity Audit

Processo finalizzato a verificare sistematicamente la presenza di iniquità nell'accesso e negli esiti di prestazioni sanitarie, al fine di individuare le conseguenti azioni di contrasto e a verificarne il loro impatto

## Ciclo dell' Health Equity Audit strumento di programmazione sanitaria

