

Strategie per la promozione di stili di vita salutari in contesti opportunistici

Chiara Cattaneo¹, Barbara De Mei¹, Vittorio Palermo¹, Valentina Possenti¹, Paola Scardetta¹, Ilaria Luzi¹, Susanna Lana¹, Arianna Dittami¹, Gabriella Martelli¹, Valerio Occhiodoro¹, Marina Napoleoni¹ e Maria Teresa Menzano²
¹Istituto Superiore di Sanità, Centro Nazionale per la Prevenzione delle malattie e la Promozione della Salute, Roma
²Ministero della Salute, Direzione generale della prevenzione sanitaria, Roma

Introduzione

La promozione di stili di vita salutari nella popolazione è ritenuta un'attività fondamentale, a livello centrale e locale, per migliorare il benessere e la qualità della vita degli individui e per prevenire l'insorgenza di malattie croniche non trasmissibili, che rappresentano da anni una delle principali spese per la sanità pubblica. L'emergenza dovuta alla pandemia da COVID-19 ha ulteriormente sottolineato l'importanza di *educare alla salute*, non solo in riferimento ai singoli, ma all'intera comunità. Considerato che un efficace contrasto ai fattori di rischio comportamentali (fumo, alcol, sedentarietà, alimentazione scorretta) prevede azioni di sistema rivolte al singolo e ai determinanti socio-economici e ambientali, il consolidamento di competenze comunicativo-relazionali e di base del *counselling* degli operatori impegnati sul territorio nei diversi *setting*, sanitari e non, contribuisce alla realizzazione di interventi di promozione di stili di vita salutari sostenibili, efficaci e contesto-specifici. Nonostante il riconoscimento dell'efficacia di interventi brevi per il cambiamento comportamentale condotti da professionisti sanitari, dalle sorveglianze PASSI e Passi d'Argento 2016-2019 questa potenzialità sembra poco valorizzata, in quanto emerge come gli assistiti adulti e anziani residenti in Italia non ricevano regolarmente indicazioni sull'adozione di stili di vita salutari.

Obiettivo

Nell'ambito del progetto "*Strategie, competenze e strumenti per la prevenzione delle malattie a base metabolica e la promozione di stili di vita salutari in contesti opportunistici*" (OPPS), coordinato dal Centro Nazionale per la Prevenzione delle Malattie e la Promozione della Salute dell'Istituto Superiore di Sanità, con la partecipazione delle Regioni Piemonte, Lazio e Campania, è stato realizzato un percorso formativo *ad hoc* rivolto a operatori sanitari e del *setting* di comunità con lo scopo di sensibilizzare sul tema della promozione della salute e di far conoscere e utilizzare strategie comunicative e competenze di base del *counselling* nella conduzione di interventi brevi di promozione di stili di vita salutari nel proprio contesto professionale «ogniquale volta se ne presenti l'opportunità» (intervento cosiddetto *opportunistico*).

Materiali e Metodi

Il piano formativo di OPPS ha previsto:

- 3 corsi residenziali accreditati ECM declinati in base al *setting* di intervento proposto dalle tre Regioni partecipanti (contesto sanitario, del lavoro, di comunità), composti da lezioni sia frontali che interattive, attraverso l'utilizzo di *role playing* e simulate sulla pratica organizzativa;
- 4 corsi di formazione a distanza (FAD) nazionali accreditati ECM, realizzati per operatori impegnati nel contesto sanitario, del lavoro, nella farmacia e nel *setting* di comunità.

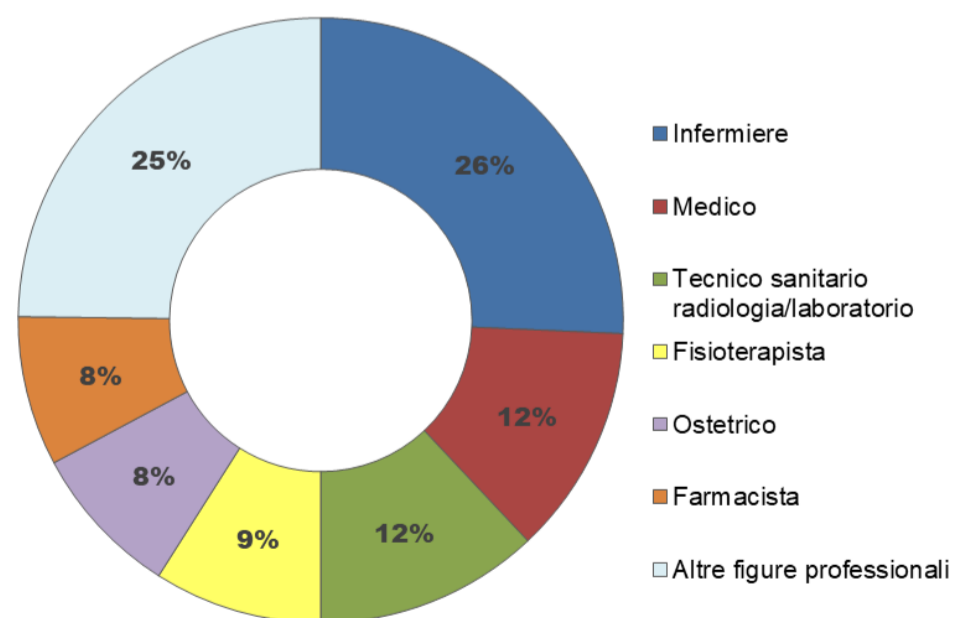
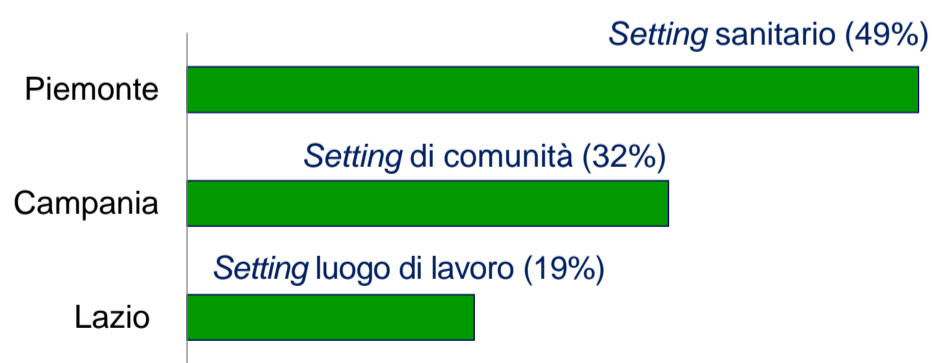
La valutazione è stata realizzata attraverso la somministrazione di questionari sulle conoscenze acquisite e di gradimento dei partecipanti. Per quanto riguarda i corsi FAD, è stato somministrato un questionario *pre-post* intervento per la valutazione di efficacia.

Risultati

- **Corsi residenziali:** sono state realizzate due edizioni in Campania e in Piemonte e un'edizione nel Lazio (162 partecipanti).
- **Corsi FAD:** hanno partecipato 4.867 professionisti, 69% donne, età media 44,2 anni (SD ±10,2). Le regioni più rappresentate sono state: Lombardia, Lazio, Piemonte, Sicilia e Campania, in linea con la distribuzione della popolazione italiana.

Figure professionali partecipanti alla FAD (%)

1. Partecipanti alla formazione residenziale per Regione



Conclusioni

Il consolidamento di una cultura sanitaria attenta alla promozione della salute e il parallelo rafforzamento delle competenze comunicativo-relazionali degli operatori, impegnati in *setting* diversificati sul territorio, sono elementi strategici per favorire l'attuazione di interventi efficaci per l'adozione di comportamenti sani. La diffusione di percorsi formativi può accrescere l'attenzione sul tema degli stili di vita nella *routine* professionale dei diversi operatori, soprattutto per coloro che lavorano in *équipe*, potendo rafforzare reciprocamente i messaggi di salute rivolti agli assistiti. La formazione del personale sanitario su aspetti epidemiologici e su modalità di promozione di stili di vita salutari può contribuire a incrementare gli interventi rivolti alle diverse fasce di popolazione, indirizzando e sostenendone l'azione in modo mirato.