

Interventi sul contesto di vita e di lavoro nella promozione della salute

Maria Grazia Zuccali

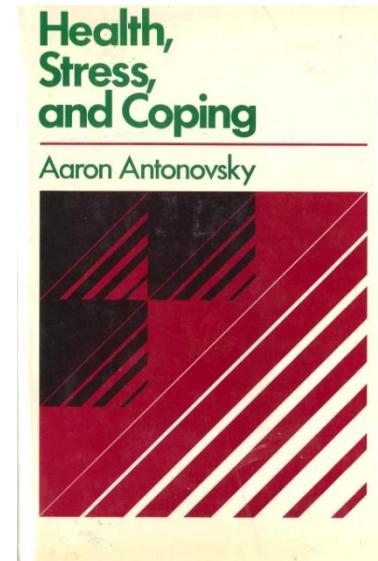
Dipartimento di prevenzione - APSS



*Azienda Provinciale
per i Servizi Sanitari
Provincia Autonoma di Trento*

Cosa significa “generare salute”?

- La salute può essere vista come il risultato di un processo attraverso il quale le persone mantengono il loro *senso di coerenza* e la loro abilità di funzionare di fronte ai cambiamenti nel loro interno e nelle relazioni con il loro ambiente di vita.



Aaron Antonovsky, Health, Stress, and Coping, New Perspectives on Mental and Physical Well-Being. Jossey-Bass Publishers, 1979

Il senso di coerenza (SOC)

- Il concetto sviluppato da Aaron Antonovsky all'interno del modello di *salutogenesi* è composto da tre elementi:
 - la *comprendibilità* (essere in grado di capire ciò che accade nel proprio ambiente)
 - l'*affrontabilità* (legata alla consapevolezza di possedere le risorse, interne o esterne, necessarie per affrontare gli eventi)
 - la *significatività* (la sensazione che quello che si fa ha un senso, che vale la pena impegnarsi)
 - l'elemento più importante secondo Antonovsky

SOC e salute

- Un elevato senso di coerenza (che può essere valutato da un questionario) risulta associato a buona salute nonostante le avversità a cui l'individuo può essere esposto

Per un trattato aggiornato sulla salutogenesi si veda:

Mittelmark, M.B., Sagy, S., Eriksson, M., Bauer, G., Pelikan, J.M., Lindström, B., Espnes, G.A. (Eds.), The Handbook of Salutogenesis, Springer 2017

<http://www.springer.com/gb/book/9783319045993>

Di conseguenza:

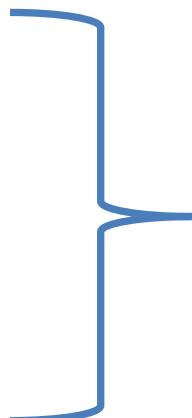
Le azioni di promozione della salute devono avere un duplice obiettivo:

- incrementare le risorse per rimanere in buona salute (*favorire la salutogenesi*)
- contrastare eventuali fattori di rischio per la salute (*evitare la patogenesi*)

I fattori di rischio delle principali malattie e decessi

Le 4 malattie con maggiore impatto sulla salute, sulla mortalità precoce ed evitabile e sulle risorse sanitarie (**malattie cardiovascolari, tumori, diabete e malattie respiratorie croniche**) hanno in comune 4 fattori di rischio:

- Fumo di tabacco
- Sedentarietà
- Cattiva alimentazione
- Consumo di alcol



Occorre indurre cambiamenti positivi a livello di popolazione

Elementi fondamentali per indurre cambiamenti positivi dello stile di vita

- Fornire informazioni corrette, comunicate in forma comprensibile e privi di conflitti di interesse
- Modificare il contesto di vita e lavoro affinché renda facile la scelta salutare
- Stimolare la *motivazione* personale:
 - Lo stile di vita sano non come rinuncia, ma come guadagno di qualcosa

Elementi fondamentali per indurre cambiamenti positivi dello stile di vita

- Informazioni corrette, comunicate in forma

Comprensibilità

- Contesto di vita e lavoro che rendono i conflitti di interesse

Affrontabilità

- La *motivazione* personale

Significatività

**Senso di coerenza
(Antonovsky)**



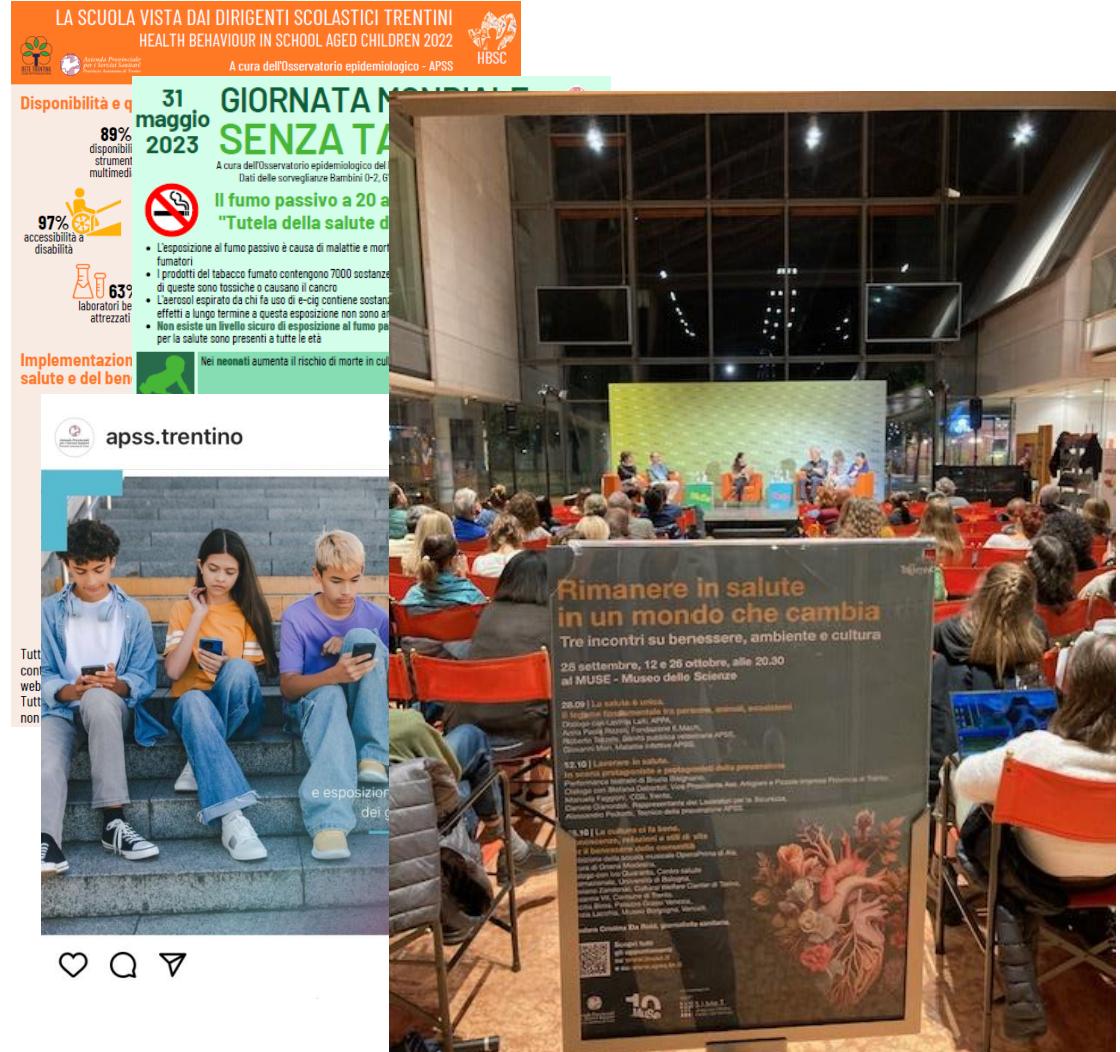
Salute

Cosa sta facendo il Dipartimento di
prevenzione all'interno di questa
cornice concettuale?

Attività a favore della “comprendibilità”

Veicolare
informazioni:

- Schede con infografiche
- Social media
- Conferenze pubbliche



Attività a favore della “affrontabilità”

Per un contesto di vita e lavoro che rende facile la scelta salutare

- PP1: Scuole che Promuovono Salute
- PP2: Comunità Attive
- PP3: Luoghi di Lavoro che Promuovono Salute
- PP4: Dipendenze
- PP5: Sicurezza negli ambienti di vita
- PP6: Piano mirato di prevenzione (infortuni e malattie professionali)
- PP7: Prevenzione in edilizia ed agricoltura
- PP8: Prevenzione del rischio cancerogeno professionale, delle patologie professionali dell'apparato muscolo-scheletrico e del rischio stress correlato al lavoro
- PP9: Ambiente, clima e salute
- PP10: Misure per il contrasto dell'Antimicrobico-Resistenza
- + programmi liberi su: prime mille giorni, screening, malattie infettive, alimenti e nutrizione, epidemiologia incidenti stradali e domestici



Qualche esempio specifico:

Scuola che promuove la salute

Servizi per la
salute

Legami con la
comunità

Competenze
individuali e life skills



Politiche per una
scuola in salute

Ambiente fisico
della scuola

Relazioni all'interno
della comunità
scolastica

In Trentino hanno aderito alle buone
pratiche già 74 scuole su 117 (63%)

Qualche esempio specifico:

Distributori di alimenti più salutari



- Cambiamento della regola di default per la erogazione di zucchero (spinta gentile)
 - da tre cucchiaini a zero
- Risultato:
 - Riduzione del 29% dello zucchero erogato
 - In termini assoluti **272 kg di zucchero consumati in meno** (da 949kg del 2019 a 674kg del 2021)
 - Segnalato come buona pratica dall'OMS Europa
 - Selezionato come migliore pratica nella categoria “approccio comportamentale” dall’Università LUMSA, Osservatorio sull’Analisi di Impatto della Regolazione, Ministero per la pubblica amministrazione e OCSE

Roma, 14 settembre 2022

Spett.le
Azienda Provinciale per i Servizi
Sanitari – Trento
c.a. Pirous Fatehmoghadam

Esito del contest



LUMSA
UNIVERSITÀ



With the support of the
Erasmus+ Programme
of the European Union
Jean Monnet Chair on Better Regulation



Organizzato dalla cattedra Jean Monnet sulla qualità
della regolazione dell'Università LUMSA in
collaborazione con l'Osservatorio AIR

Buona pratica regolatoria

Con il patrocinio del Ministro per la
pubblica amministrazione e
dell'Organizzazione per la Cooperazione e
lo Sviluppo Economico - OCSE (OECD)



Il comitato è lieto di informare che la pratica è stata valuta come segue:

ESITO: *Miglior pratica di categoria*

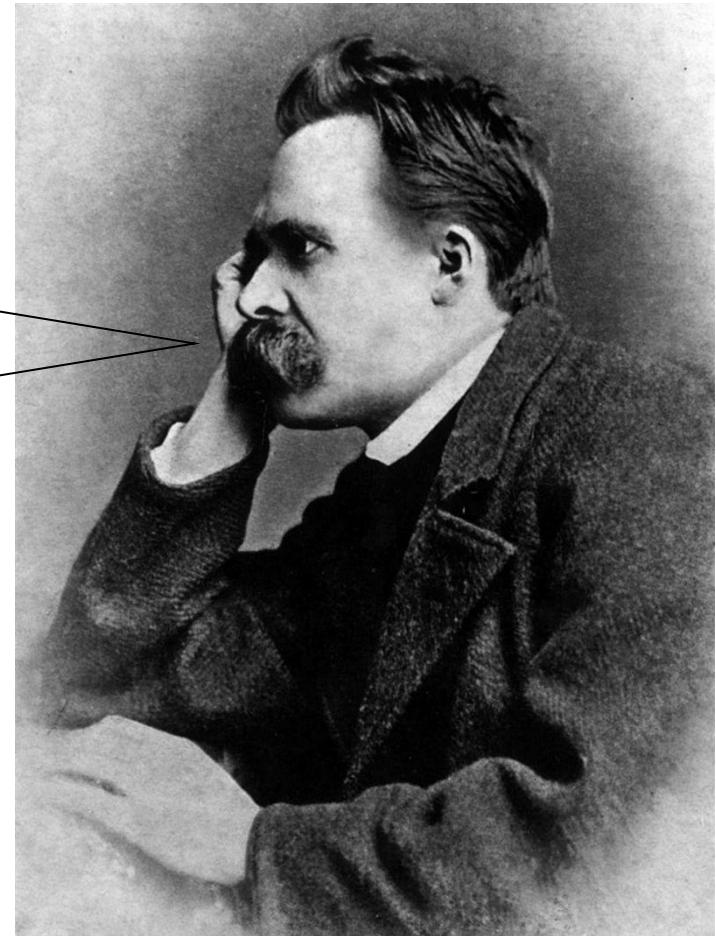
Categoria

Approccio comportamentale

Attività a favore della “significatività”

Fornire un perché motivazionale per indurre il cambiamento

*Chi ha un 'perché'
può resistere a
qualsiasi 'come'*



Friedrich Nietzsche, 1844 -1900

Götzen-Dämmerung (1889), Sprüche und Pfeile, 12, <http://www.textlog.de/3572.html>

I “perché”

Motivazioni per sani stili di vita inserite nelle comunicazioni del Dipartimento di Prevenzione

- Migliorare la propria salute
 - Enfatizzati gli effetti immediati oltre alla vecchiaia in buona salute
- Non una rinuncia ma una possibilità di fare concretamente qualcosa nella propria vita quotidiana per dare un contributo a risolvere sfide locali e globali
 - Promuovere la sostenibilità ambientale
 - Sani stili di vita sono sempre anche quelli più rispettosi dell'ambiente
 - Risparmiare risorse economiche
 - Individuali e della collettività
 - Agire per una maggiore giustizia sociale
 - Collegamento ad interventi di solidarietà e cambiamento sociale per un futuro migliore, più salutare, inclusivo e clima-resiliente

Le attività del Dipartimento di Prevenzione fanno riferimento a due documenti di programmazione



Costruito con metodo partecipativo
(vedi Alma Ata)

Messaggio finale

- Il contesto di vita e di lavoro non è una scenografia inerte nella quale si calano degli interventi
→ il contesto deve essere oggetto di trasformazione per raggiungere gli obiettivi di salute
- Questo principio è ben rappresentato nel Piano per la salute e nel Piano della prevenzione
- Siamo sulla strada giusta ma molto rimane ancora da fare per dare una mano al Sisifo della salute

Dare una mano al Sisifo della salute

