

PROGETTO TITOLO: Realizzazione Programma Predefinito PP 02 “Comunità attive” - Piano Regionale della Prevenzione (PRP) 2020-2025

CODICE DEL PROGETTO ▶

UP-3-2023-10

RESPONSABILE DEL PROGETTO ▶

DOTT. SERAFINANGELO PONTI

REFERENTE SCIENTIFICO DEL PROGETTO ▶

DOTT.SSA ROBERTA BOSU

STRUTTURA DI RIFERIMENTO ▶

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

DESCRIZIONE DEL PROGETTO

La promozione dell'attività fisica, secondo le raccomandazioni dell' Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), ha come obiettivo il favorire uno stile di vita attivo che permetta di ottenere benefici significativi e diffusi nella popolazione. La Regione Sardegna con Deliberazione della Giunta Regionale n. 50/46 del 28.12.2021 ha approvato il Piano Regionale di Prevenzione (PRP) 2020/2025 dando concreta attuazione a tutti gli obiettivi individuati nel Piano Nazionale della Prevenzione (PNP), e rappresentando il quadro strategico di riferimento per le attività di prevenzione e promozione della salute da realizzare nel contesto regionale.

Il PRP 2020/2025 è articolato in dieci Programmi Predefiniti (PP) e tre Programmi Liberi (PL), tra cui il Programma Predefinito PP 2 “Comunità attive”.

Inattività fisica e sedentarietà contribuiscono al carico di malattie croniche ed impediscono un invecchiamento in buona salute, con un impatto maggiore nelle aree e nei gruppi di popolazione più svantaggiati. Attività ed esercizio fisico non solo contribuiscono in ogni età a migliorare la qualità della vita, ma influiscono positivamente sulla salute, sul benessere e sull'adozione di altri stili di vita salutari, anche attraverso processi di inclusione ed aggregazione nella società. Soprattutto negli ultra64enni la regolare attività fisica favorisce il mantenimento di più elevati livelli di autonomia nel tempo, contribuendo a ridurre il rischio di malattie croniche, a prevenire il declino funzionale e le cadute.

Date le premesse si rende necessario promuovere nella popolazione i corretti stili di vita e l'attività fisica nella quotidianità attraverso il coinvolgimento dei Comuni, dei Medici di Medicina Generale (MMG), Pediatri di Libera Scelta (PLS), degli enti di promozione sportiva, sociale, culturale, delle scuole e della popolazione generale, pianificando e organizzando campagne informative e di sensibilizzazione e attivando *gruppi di cammino* strutturati, rivolti alle diverse fasce di età, compresi gli anziani ultra 64enni, ai soggetti con fattori di rischio per malattie croniche non trasmissibili (MCNT), soggetti con disturbo mentale, per migliorare la qualità della vita soprattutto delle persone sedentarie, migliorando la qualità della vita, riducendo il rischio di malattie croniche, delle loro complicanze e il rischio di cadute.

I gruppi di cammino che verranno attivati dovranno riunirsi sotto la guida, inizialmente, di un laureato in scienze motorie/ief/Istruttore in possesso di formazione specifica e, successivamente, di un conduttore interno al gruppo che verrà appositamente istruito e inizialmente affiancato e supportato. Tale figura professionale dovrà avere la capacità di infondere entusiasmo e coesione al gruppo adattando il livello di attività alle capacità dei suoi partecipanti, predisporre un programma di esercizi di stretching, essere in grado di valutare eventuali rischi per i partecipanti e conoscere le basi del primo soccorso.

Al fine di diffondere fin dalla giovane età comportamenti sani e corretti stili di vita, con particolare riferimento alla attività fisica, si rende necessario attivare nelle scuole percorsi di progettazione partecipata di promozione della salute, sensibilizzando i docenti e le famiglie alla conoscenza dei corretti stili di vita e alle strategie più idonee per adottarli e mantenerli nel tempo. Gli studenti saranno riconosciuti quale risorsa imprescindibile e verrà loro attribuito il ruolo di protagonisti attivi sia in fase di progettazione che di organizzazione, rendendoli parte attiva all'interno della propria comunità.

OBIETTIVI

Regionali

Favorire la cooperazione dei sistemi sanitari con altre istituzioni, organizzazioni ed enti della collettività, per l'attuazione di programmi intersettoriali coinvolgendo anche i cittadini, secondo i principi del Programma nazionale “Guadagnare

salute" (DPCM 4.5.2007)

Promuovere la cultura della salute e della prevenzione, in particolare i corretti stili di vita e la pratica dell'attività fisica nella quotidianità

Promuovere l'adozione consapevole di uno stile di vita sano e attivo in tutte le età e nei setting di vita e di lavoro, integrando cambiamento individuale e trasformazione sociale

Implementare il modello della "Salute in tutte le politiche" secondo gli obiettivi integrati dell'Agenda 2030 per lo sviluppo sostenibile e promuovere l'applicazione di un approccio One Health per garantire l'attuazione di programmi sostenibili di protezione ambientale e di promozione della salute

Sensibilizzare le Istituzioni e la popolazione generale sull'importanza dei Gruppi di Cammino attraverso la loro pubblicizzazione e diffusione nel territorio regionale, con azioni di informazione capillare: incontri, locandine, brochure, spot pubblicitari, comunicati stampa

Aziendali

Realizzare interventi di promozione dell'attività fisica/esercizio fisico, nelle diverse fasce d'età, compresa la fascia 6-12 anni e gli anziani ultra 64enni, in collaborazione con i Comuni, con i MMG, PLS, Scuole e con Enti di promozione sportiva, sociale, culturale.

Costruire all'interno dei comuni aderenti, una rete di *Gruppi di Cammino* quale modello strutturato per la promozione della salute, con particolare riferimento agli anziani ultra64enni ed alle persone fragili, con fattori di rischio, affette da patologie croniche e persone con disturbo mentale.

Assicurare a ciascun Gruppo di Cammino della Rete un Capogruppo "qualificato", attraverso un percorso formativo condotto in collaborazione con le associazioni e società sportive operanti sul territorio. Per tale ragione sarà necessario reclutare un laureato in scienze motorie/Isf/Istruttore in possesso di formazione specifica e, successivamente, individuare un conduttore interno al gruppo che verrà appositamente istruito.

Favorire l'accesso a percorsi protetti e spazi attrezzati sul territorio Comunale, in modo da massimizzare i livelli di comfort e sicurezza delle attività dei Gruppi di Cammino della Rete

Favorire la formazione degli operatori del SSR, compresi i MMG e i PLS

Favorire l'adesione ai gruppi di cammino e l'adozione di uno stile di vita attivo attraverso la realizzare iniziative di rivolte ai diversi stakeholder, Enti locali, Istituzioni, Terzo settore, associazioni sportive finalizzate alla co-progettazione degli interventi di promozione dell'attività fisica/esercizio fisico nel territorio della ASL di Nuoro

Favorire l'adesione ai gruppi di cammino e l'adozione di uno stile di vita attivo attraverso l'attivazione di un Campagna informativa capillare sul sito aziendale e su organi di stampa, distribuzione di materiale divulgativo e organizzazione di giornate informative per la popolazione

Favorire l'attivazione di programmi di prescrizione dell'attività fisica autonoma (AFA) e dell'esercizio fisico adattato (EFA), di cui agli indirizzi regionali emanati con la DGR n. 43/34 del 22.9.2022, rivolti a persone con fattori di rischio intermedi o patologie croniche conclamate, compresi gli anziani, in sinergia con il Programma Predefinito PP5 "Sicurezza negli ambienti di vita" per ridurre il rischio di cadute che sono la principale causa di incidenti domestici

Favorire l'invecchiamento attivo e in buona salute

Contribuire alla prevenzione delle malattie croniche non trasmissibili, alla riduzione delle loro complicanze e indurre effetti positivi sulla salute mentale nella popolazione coinvolta

Favorire comportamenti sani e corretti stili di vita nell'età scolare, con particolare riferimento alla attività fisica, comprendendo la fascia di età 6 - 12 anni, attraverso la sensibilizzazione e il coinvolgimento di studenti, docenti e famiglie sulle strategie più idonee per adottarli e per mantenerli nel tempo

Favorire l'inclusione sociale

BENEFICI E RISULTATI ATTESI
<p>Aumento della consapevolezza individuale dell'importanza dei corretti stili di vita in tutte le fasce di età</p> <p>Incremento nella popolazione della capacità di fare scelte consapevoli</p> <p>Aumento dell'adesione dell'attività fisica/esercizio fisico nei soggetti</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ in tutte le fasce di età, compresa quella scolare ➤ con patologie croniche, ➤ in condizione di fragilità ➤ anziani ultra64enni ➤ affetti da patologia mentale <p>attraverso l'attivazione di una campagna informativa capillare sul sito aziendale e su organi di stampa, distribuzione di materiale divulgativo e organizzazione di giornate di sensibilizzazione e informazione per la popolazione.</p> <p>Miglioramento del livello di efficienza psico-fisica e del benessere percepito dagli anziani, dai soggetti affetti da patologie croniche non trasmissibili o da disturbi mentali, dai soggetti in condizione di fragilità e dalla popolazione generale.</p> <p>Mantenimento dell'autonomia personale nei soggetti anziani, rallentando i processi degenerativi a carico delle strutture osteo-articolari e quindi riducendo il rischio di cadute.</p> <p>Aumento della consapevolezza sull'importanza degli stili di vita sani e in particolar modo della attività fisica nell'età scolare</p>

PIANOOPERATIVO					
Fase	Risultato	Attività	Attori	DataInizio	DataFine
1	Realizzazione di ≥1 percorso formativo nel 2024	formazione a cascata sul counseling motivazionale breve per operatori del SSR, compresi i MMG e i PLS	Personale della dirigenza e del comparto ASL Nuoro	01.01.2024	31.12.2024
2	Sottoscrizione di ≥1 accordo nel 2024	Accordi con Enti locali, Istituzioni, Terzo settore ed associazioni sportive e altri stakeholder	Personale della dirigenza e del comparto ASL Nuoro	01.01.2024	31.12.2024
3	Realizzazione di almeno 1 intervento di comunicazione/informazione nel 2024	Costruire strumenti di comunicazione e organizzare interventi di informazione	Personale della dirigenza e del comparto ASL Nuoro/ laureato in scienze motorie/ Isef /Istruttore in possesso di formazione specifica	01.01.2024	31.12.2024

4	Coinvolgimento dei Comuni per la necessaria collaborazione	Informazione ai comuni, incontro con i sindaci per la condivisione del progetto e scelta del percorso	ASL Nuoro	01.01.2024	31.12.2024
5	Coinvolgimento dei MMG/PLS per la necessaria collaborazione	Informazione ai MMG/PLS	Personale della dirigenza e del comparto ASL Nuoro/	01.01.2024	31.12.2024
6	Elaborazione di ≥ 3 progetti adattati a ciascuna realtà locale, sulla base delle peculiarità specifiche di ciascun territorio	Pianificazione e Organizzazione di eventi di promozione dell'attività fisica/gruppi di cammino	ASL Nuoro / Comuni del territorio/ laureato in scienzemotorie/Isef /Istruttore in possesso di formazione specifica	01.01.2024	31.12.2024
7	Favorire l'adesione ai gruppi di cammino	Incontro con la popolazione per finalizzato a trasmettere l'importanza dell'attività fisica e in particolare dei gruppi di cammino	ASL Nuoro/Comuni del territorio/ laureato in scienzemotorie/Isef /Istruttore in possesso di formazione specifica	01.01.2024	31.12.2024
8	Realizzazione di ≥ 3 eventi (anziani/MCNT, pz con disturbo mentale) nel 2024	Pianificazione e Organizzazione di eventi di promozione dell'attività fisica/gruppi di cammino	ASL Nuoro/ Comuni del territorio/CSM/ laureato in scienzemotorie/Isef /Istruttore in possesso di formazione specifica	01.01.2024	31.12.2024
9	Favorire comportamenti sani e corretti stili di vita nell'età scolare	Pianificazione e Organizzazione di eventi di promozione dei corretti stili di vita e dell'attività fisica nelle scuole	ASL Nuoro/ scuole/Comuni del territorio/ laureato in scienzemotorie/Isef /Istruttore in possesso di formazione specifica	01.01.2024	31.12.2024
10	Individuazione di eventuali criticità	Monitoraggio a un mese dalla attivazione	ASL Nuoro	01.01.2024	31.12.2024

PIANO FINANZIARIO

CRONOGRAMMA (CONSIDERARE TUTTE LE MENSILITÀ PER L'ATTUAZIONE DEL PROGETTO)												
Attività	gen	feb	mar	apr	mag	giu	lug	ago	set	ott	nov	dic
formazione a cascata sul counseling motivazionale breve	X	X	X	X	X	X	X	X	X			
Costruzione di strumenti di comunicazione e/o organizzazione di interventi di comunicazione ed informazione alla popolazione	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
Attivazione di accordi con Enti locali, Istituzioni, Terzo settore ed associazioni sportive e altri stakeholder	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Informazione ai Comuni, incontro con i Sindaci	X	X	X	X	X	X	X					
Informazione ai MMG	X	X	X	X	X	X	X	X				
Individuazione e reclutamento laureato in scienze motorie/ Isef/ Istruttore in possesso di formazione specifica	X	X	X	X								
Pianificazione e Organizzazione di eventi di promozione dell'attività fisica anziani/ MCNT e popolazione generale		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Pianificazione e Organizzazione di eventi di promozione dell'attività fisica_ persone con disturbo mentale		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Pianificazione e Organizzazione di eventi di promozione di corretti stili di vita e dell'attività fisica_ età scolare		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Monitoraggio e identificazione criticità				X	X	X	X	X	X	X	X	X

FONTI DEL FINANZIAMENTO

Delibera del Commissario Liquidatore ATS-Sardegna n.281 21.06.2023
 Determinazione RAS n.1299 del 23.11.2022-Deliberazione del Direttore Generale Asl Nuoro n.960 del 13.11.2023
 Determinazione RAS n.1369 del 16.11.2023

IMPORTO DEL FINANZIAMENTO

€ 150.937,96

TIPOLOGIA DI SPESA ASL	DETTAGLIO	CENTRO DI RISORSA	IMPORTO
Formazione	Corsi di Formazione	Servizio Formazione	€ 7.937,96
	Co.Co.Co.– Area Sanitaria	Servizio Gestione e Sviluppo Risorse Umane	€
	Co.Co.Co.– Area non Sanitaria		€
	T.Det.–Area Sanitaria		€
	T.Det.– Area non Sanitaria (laureati in scienze motorie/ISEF/istruttore)		€

Personale	con formazione specifica)		
	Straordinario–AreaSanitaria		€
	Straordinario– AreanonSanitaria		€
	Prestazioni Aggiuntive – AreaSanitaria	Servizio Affari Generali e Comunicazione- Servizio Gestione e Sviluppo Risorse Umane	€ 11.000,00 (divisi come segue: € 5.000 per il comparto e € 6.000 per la dirigenza)
	Prestazioni Aggiuntive – Area non Sanitaria		€
	Totale Risorse Umane		€ 11.000,00
Servizi	Sanitari	Servizio Amministrativo Territoriale Serv. Programmazione e Controllo Varie strutture	€5.000,00
	Non Sanitari (laureati in scienze motorie/isef/istruttore con formazione specifica a partita IVA)	Varie strutture	€ 120.000,00
	Non sanitari (campagna informativa)		€ 7.000,00
	Totale fornitura di servizi		€ 132.000,00
Totale			€ 150.937,96

¹Determinazione di impegno (RAS) o di altro provvedimento adottato da un ente pubblico/privato (con cui vengono assegnati finanziamenti), danoteecomunicazionicerteinmeritoall'attestazionedellerisorse,dalversamentosulcontocorrenteaziendale di donazioni monetarie da parte di soggetti esterni (pubblici o privati) o dall'incasso di ricavi diretti dell'azienda (per esempio gli introiti derivanti dall'attività di prevenzione o dalle prestazioni erogate extra LEA secondo il D.P.C.M. 12 gennaio 2017).

SISTEMA DI MONITORAGGIO			
Indicatore	Fonte di Verifica	Valore Atteso	Valore Verificato
n. di Accordi con Enti locali, Istituzioni, Terzo settore ed associazioni sportive e altri stakeholder	SSD Prevenzione e Promozione Salute	≥ rispetto al 2023	
n. di eventi di promozione dell'attività fisica anziani/ MCNT	SSD Prevenzione e Promozione Salute	≥ rispetto al 2023	
n. di eventi di promozione dei corretti stili di vita e dell'attività fisica nell'età scolare	SSD Prevenzione e Promozione Salute	≥ rispetto al 2023	
n. di eventi di promozione dell'attività fisica_ persone con disturbo mentale	SSD Prevenzione e Promozione Salute	≥ rispetto al 2023	
n. di interventi di comunicazione ed informazione	SSD Prevenzione e Promozione Salute	≥ rispetto al 2023	

Data 16.01.2024

Firma del Responsabile del progetto

Il Direttore Sanitario
Dott. Serafinangelo Ponti

Firma di Referente scientifico redattore del progetto

Il dirigente medico
Dott.ssa Roberta Bosu