

Una comunità in salute

Metodi e strumenti



Il coinvolgimento attivo della comunità è una strategia efficace per realizzare interventi di promozione della salute [1].

La partecipazione della comunità nel processo di progettazione consente di perseguire gli obiettivi in modo concertato, allocare le risorse con efficienza ed efficacia, costruire le competenze, riorientare i servizi, avviare processi democratici, offrire nuove opportunità per pensare in modo creativo e innovativo i processi di pianificazione e sviluppo [2].

COMUNITÀ

È definita come un gruppo di persone che condivide elementi comuni: il luogo di vita (sono abitanti di uno stesso quartiere, di una stessa città o regione,...), l'identità (sono persone appartenenti alla stessa etnia, hanno la stessa età o la stessa occupazione,...), la sfera degli interessi o delle affinità (condividono la stessa fede,...) o altre circostanze comuni. È un concetto multidimensionale che richiama una complessità di relazioni orizzontali e verticali tra le persone e le organizzazioni [1].

PARTECIPAZIONE DELLA COMUNITÀ

È un termine spesso usato come sinonimo di "coinvolgimento della comunità" e riguarda il processo attraverso cui una comunità è coinvolta nella presa di decisioni che la riguardano [2].

EMPOWERMENT

L'empowerment è un processo dell'azione sociale attraverso il quale le persone, le organizzazioni e le comunità acquisiscono competenza sulle proprie vite, al fine di cambiare il proprio ambiente sociale e politico per migliorare l'equità e la qualità di vita [3].

COME COINVOLGERE LA COMUNITÀ?

Il processo di coinvolgimento della comunità prevede l'attivazione di collaborazioni e di alleanze tra coloro che intendono realizzare azioni di promozione della salute e gli "agenti del cambiamento". I primi sono i rappresentanti della comunità (ad esempio del governo locale, dell'istruzione, della sanità, dei cittadini) che dispongono delle risorse per avviare e sostenere il lavoro di rete. Gli agenti del cambiamento sono invece i soggetti che a vario titolo (educatori, peer leader,...) mettono a disposizione della comunità esperienze e competenze per la realizzazione di iniziative di salute [4, 10].

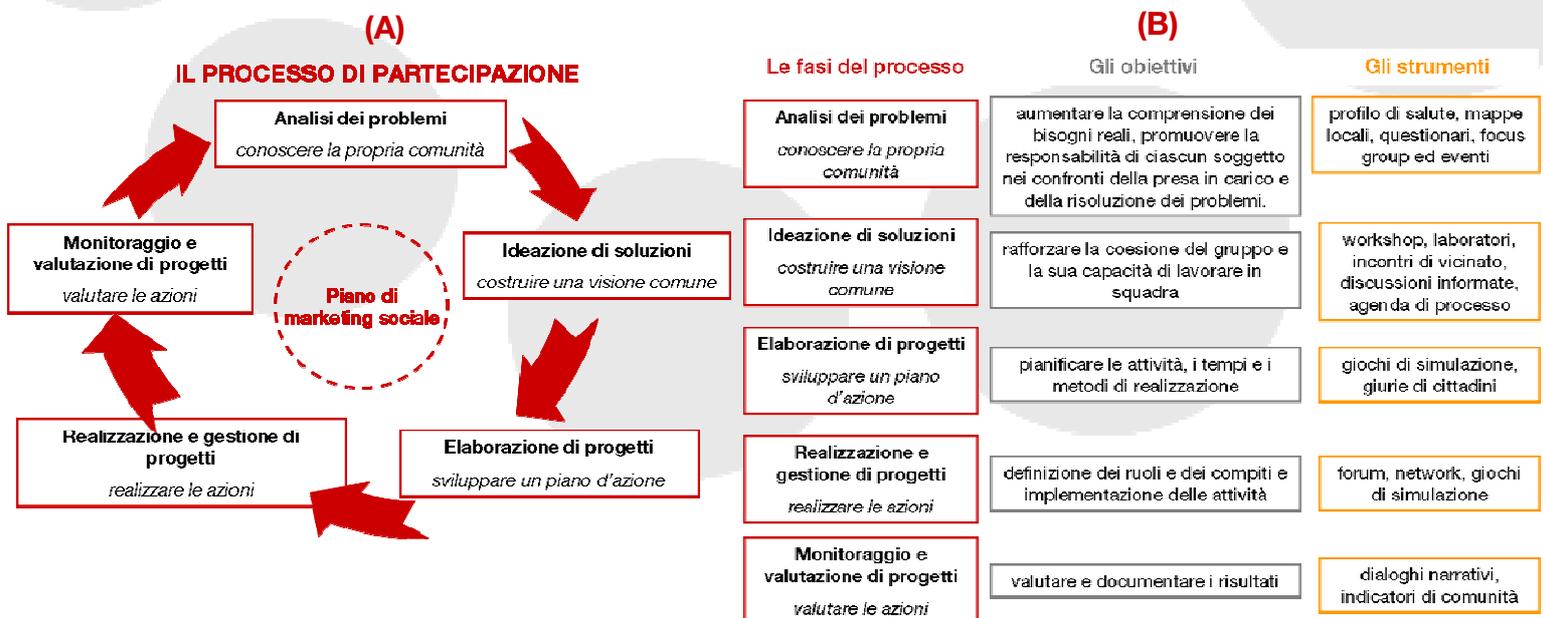
La comunità può essere coinvolta attraverso gradi diversi di partecipazione, a seconda dei quali la comunità riveste un ruolo più o meno attivo (Adams, 1989 cit. in "Una nuova sfida per "antiche" professioni", Lemma P, 2005).



Negli ultimi tre gradi di partecipazione (quando la comunità *pianifica congiuntamente*, *ha la delega dell'autorità* e *ha il controllo*) si attiva un processo di progettazione partecipata [4].

LA PROGETTAZIONE PARTECIPATA

E' un ciclo di cinque fasi (A). Ogni fase ha obiettivi specifici e si avvale di strumenti utili all'implementazione. L'intero processo deve essere accompagnato da un piano di marketing sociale [10]. Gli strumenti di comunicazione possono essere molteplici: lettere, depliant, brochure, comunicati stampa, annunci sui quotidiani locali, campagne di sensibilizzazione, eventi, mostre, siti web, forum on line, reti civiche (B) [5, 13].



ALIMENTAZIONE & ATTIVITÀ FISICA

Una sana alimentazione e uno stile di vita attivo devono essere promossi attraverso azioni che tengano conto delle linee guida e delle raccomandazioni fornite da enti accreditati [6, 7, 9, 11, 12]. Le azioni che richiedono il coinvolgimento attivo della comunità dovrebbero essere orientate a:



- Incrementare la disponibilità di cibi e bevande salutari a prezzi accessibili, nelle scuole, nelle università, nelle strutture pubbliche.
- Prevedere menu con porzioni che tengano conto delle linee guida per una sana alimentazione.
- Scoraggiare il consumo di bevande zuccherate nelle strutture pubbliche, mettendo altresì a disposizione acqua e bevande senza zuccheri aggiunti.
- Incrementare il numero di punti vendita di cibi e bevande salutari nelle zone poco servite, stabilendo degli incentivi sia per i negozianti che aprono nuovi punti sia per quelli che, nei punti già esistenti, prevedono la vendita di prodotti sani.
- Aumentare l'informazione relativa a una sana alimentazione attraverso i media.
- Promuovere l'acquisto di alimenti direttamente dai produttori locali, fornendo a questi ultimi degli incentivi per la produzione e la distribuzione dei prodotti.



- Aumentare le ore dedicate all'attività fisica nelle scuole.
- Potenziare le opportunità per i bambini e gli adolescenti di svolgere attività fisica e sportiva in orario extrascolastico.
- Sensibilizzare le famiglie, attraverso campagne informative, sul tema del tempo trascorso davanti al video da parte di bambini e adolescenti affinché questo tempo venga limitato.
- Migliorare le strutture ricreative all'aperto, le piste ciclabili, i percorsi pedonali, in termini di estetica, funzionalità e sicurezza, al fine di promuoverne l'uso.
- Aumentare le infrastrutture di supporto agli spostamenti in bicicletta e a piedi.
- Attivare processi partecipati di promozione della salute con la comunità.

ESEMPIO DI BUONA PRATICA: *InCANminiamoci*

Il progetto promuove l'attività fisica nei bambini attraverso la sperimentazione di modalità di movimento che coinvolgano l'intera famiglia mediante un approccio consapevole al mondo animale e all'ambiente naturale e urbano [8].

Ente promotore: ASL CN1 (Dipartimento di Prevenzione - SIAN - Servizio Veterinario) - Regione Piemonte

Enti/strutture coinvolti: Direzione Didattica 2° Circolo Savigliano, Comune di Savigliano, Canile "Pinco Pallino Club"

Destinatari finali e intermedi: alunni della scuola primaria, insegnanti, genitori, comunità locale, tecnici e amministratori, canile (collaboratori e cani)

Attività

- fase formativa in classe (storia e analisi del rapporto uomo-cane)
- fase pratico/sperimentale al canile (passeggiata lungo un percorso verde predefinito accompagnando alcuni cani individuati dal responsabile del canile)
- progettazione, sperimentazione e valutazione, insieme ai bambini, di un percorso urbano praticabile in compagnia di un cane

Risultati

- Il Comune ha realizzato il percorso attrezzato e sicuro, lo ha pubblicato su una mappa dei percorsi turistici, ha predisposto la segnaletica del percorso e ha organizzato, in collaborazione con il servizio veterinario, una serata di sensibilizzazione sul tema dell'abbandono canino
- Le famiglie hanno costruito dieci cuccie per cani
- La scuola ha adottato a distanza due cani del canile con il ricavato della vendita delle cuccie

Si segnala per

- lavoro interdisciplinare nella scuola
- coinvolgimento attivo e costante degli alunni, dei genitori e dei diversi attori della comunità
- buon utilizzo delle risorse locali
- sostenibilità (costi contenuti per l'Amministrazione e realizzazione di un percorso attrezzato usufruibile da tutta la popolazione)
- trasferibilità (il progetto è stato attivato in altre due scuole nei comuni di Saluzzo e di Cavallermaggiore)

BIBLIOGRAFIA e SITOGRAFIA



1. NICE, *Community engagement to improve health*, 2008, in <http://www.nice.org.uk>
 2. WHO Europe, *Community participation in local health and sustainable development. Approaches and techniques*, 2002, in <http://www.euro.who.int>
 3. WHO Europe, *Community empowerment with case studies from the South East Asia Region. Conference working document*, 2009, in <http://www.euro.who.int>
 4. Lemma P, "Il coinvolgimento della comunità: strategia od obiettivo?" in *Promuovere salute nell'era della globalizzazione. Una nuova sfida per "antiche" professioni*, 2005, pp. 141, Edizioni Unicopli
 5. Regione Emilia-Romagna, *Partecipare e decidere meglio: progettazione e responsabilità. Una guida per amministratori e tecnici*, 2009, in <http://www.regione.emilia-romagna.it>
 6. Ministry of Health Promotion Ontario, *Community physical activity planning. A resources manual for communities preparing plans*, 2010, in <http://www.mhp.gov.on.ca/>
 7. CDC, *Recommended community strategies and measurements to prevent obesity in the United States*. MMWR 2009; 58(RR07):1-26, in <http://www.cdc.gov>
 8. ASL Cuneo1, *InCANminiamoci*, 2009, in <http://www.dors.it>
-
9. <http://activelivingbydesign.org/> - Active Living By Design
 10. <http://ctb.ku.edu/en/> - The community tool box
 11. <http://www.phlpnet.org/> - Public health law & policy
 12. <http://www.prevent.org/> - Partnership for prevention
 13. <http://www.partecipate.it/> - Il portale dedicato alla partecipazione e all'e-partecipation della Rete.

A cura di

Luisa Dettoni, Marina Penasso, Alessandra Suglia – DoRS Regione Piemonte

Realizzazione grafica a cura di

Silvano Santoro, Eleonora Tosco – DoRS Regione Piemonte