

Estratto 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”.

Premessa

Il cambiamento comportamentale orientato all'adozione di stili di vita salutari è un processo complesso e dinamico, che si articola sia in fasi temporali susseguenti sia in differenti dimensioni spaziali, passando per il coinvolgimento di numerosi attori: i singoli individui, gli operatori impegnati in istituzioni sanitarie e non sanitarie, la società civile, le amministrazioni, l'intera comunità. Vista l'elevata complessità che il cambiamento comportamentale pone, il potenziamento delle competenze individuali (*empowerment*) utili per effettuare scelte di vita salutari può essere favorito da interventi a più livelli: attraverso informazioni, indicazioni e sostegno da parte degli operatori della rete territoriale di riferimento; dalla partecipazione a gruppi di confronto su proposta degli stessi operatori; da opportunità e condizioni esterne in carico alle amministrazioni locali che possano facilitare le scelte salutari.

Al primo livello è fondamentale la presenza di operatori con competenze comunicativo-relazionali e di counselling, formati all'attivazione dei processi motivazionali; per il secondo sono necessari spazi attrezzati presso gli ambulatori e operatori formati alla facilitazione dei gruppi; per il terzo sono necessarie collaborazioni a rete tra enti e professionisti, nonché la condivisione di risorse e responsabilità da parte delle istituzioni.

Nell'ambito della promozione della salute la relazione professionale interpersonale *vis a vis* rappresenta uno degli strumenti della strategia comunicativa per capire come le persone si pongono nei confronti del cambiamento, per comprendere cosa pensano e provano. La strategia comunicativa, a sua volta, è concepita come parte di un processo globale, che comprende set integrati di strumenti e azioni volti a rinforzare le competenze dei singoli individui, ma anche orientati a modificare le condizioni sociali, ambientali ed economiche. Perché si possano realizzare cambiamenti nei comportamenti degli individui, è infatti necessario che si verifichi prima una serie di condizioni, tra cui un cambiamento negli interventi degli operatori, che siano apportate modifiche all'organizzazione dei servizi e introdotte nuove opportunità nel contesto di vita, secondo un approccio intersettoriale e di dialogo e coordinamento tra le varie istituzioni.

In letteratura è possibile identificare diversi modelli teorici, elaborati nel corso degli anni, che hanno tentato di spiegare il cambiamento del comportamento. Tra questi i più efficaci sono risultati i modelli che hanno considerato le tre dimensioni fondamentali che possono incidere sui processi di cambiamento: comportamento, cognizione e contesto.

Idea progettuale

Alla luce di tali presupposti teorici che hanno sostanziato attività pregresse di comunicazione e promozione della salute a supporto del cambiamento comportamentale in favore di stili di vita salutari, il presente progetto propone una valorizzazione di prodotti di comunicazione già realizzati e utilizzati sul territorio per iniziative di promozione della salute, nonché una nuova offerta rivolta a target specifici e integrata in *setting* opportunistici. Al fine di incentivare cambiamenti comportamentali, finalizzati all'adozione di stili di vita salutari, si intende focalizzare l'attenzione sulle competenze relazionali e di counselling associate alle strategie comunicative che gli operatori

possono applicare nella relazione professionale interpersonale *vis a vis* in contesti specifici, per sostenere le persone nel complesso percorso decisionale, considerando la loro motivazione e disponibilità a modificare abitudini e scelte a favore della salute.

L'idea progettuale si basa su esperienze maturate in precedenza grazie a consolidate alleanze sul territorio con reti di operatori e di differenti stakeholder (decisori locali, autorità sanitarie, associazioni scientifiche, farmacie, associazioni sportive). Inoltre, per le fasce di popolazione si fa particolare riferimento a sistemi di sorveglianza dei fattori di rischio comportamentali che sono attivi da tempo sul territorio nazionale e con i quali sono nate collaborazioni che hanno orientato per la realizzazione di diversificati strumenti di comunicazione e per la progettazione di iniziative a favore di stili di vita salutari.

Possibili criticità di implementazione dell'idea progettuale potranno essere prevenute e/o affrontate attraverso il coinvolgimento delle Istituzioni/Organizzazioni/Professionisti coinvolti a livello regionale e locale nella progettazione e realizzazione delle iniziative.

In sintesi si riportano l'obiettivo generale e i tre obiettivi specifici del progetto

OBIETTIVO GENERALE: Promuovere stili di vita salutari in contesti opportunistici (ad esempio ambulatorio del pediatra e del medico di medicina generale, Farmacia, Associazioni sportive, scuola, ambiente di lavoro) attraverso l'implementazione di strategie comunicative e lo sviluppo delle competenze funzionali al cambiamento comportamentale, con riferimento ad un approccio multistakeholder e multisettoriale.

OBIETTIVO SPECIFICO 1: Pianificare strategie comunicative per target differenziati e realizzare prodotti di comunicazione da utilizzare in contesti opportunistici (ad esempio ambulatorio del pediatra e del medico di medicina generale, Farmacia, Associazioni sportive, ambiente di lavoro)

OBIETTIVO SPECIFICO 2 Realizzare un Kit formativo per l'apprendimento/approfondimento delle competenze di base del counselling breve per la promozione di stili di vita salutari per professionisti coinvolti in iniziative di promozione della salute in contesti opportunistici

OBIETTIVO SPECIFICO 3 Promuovere iniziative di prevenzione e promozione di stili di vita salutari in contesti opportunistici con l'utilizzo di prodotti di comunicazione e/o con l'applicazione di competenze di base del counselling breve anche tra quelle previste dai PPR