

Promuovere salute: competenze trasversali per professionisti della Salute nella realizzazione di interventi preventivi collegati al piano della prevenzione

- Introduzione
- Direttore scientifico: Carlo DiClemente
- Motivazione al Cambiamento
- I Processi Cognitivi/Esperienziali nel TTM
- Training di regolazione del comportamento
- Elenco video presenti nel corso
- Mappa Concettuale
- F.A.Q.

#### INDICAZIONI PER FORMATORI E PIANIFICATORI

- Introduzione

##### Basi teoriche e culturali

- Una definizione partecipata dei ruoli e dei compiti di un Pianificatore Regionale in materia di Promozione della Salute rispetto al Piano della Prevenzione.
- Come l'applicazione del Modello TransTeorico del Cambiamento potrebbe facilitare i compiti di un "Pianificatore Regionale"?
- Una definizione partecipata dei ruoli e dei compiti di un "formatore dei formatori" in materia di Promozione della Salute.
- Come l'applicazione del Modello TransTeorico del Cambiamento potrebbe facilitare i compiti di un "formatore dei formatori"?

##### Strumenti Operativi

- In sintesi il percorso di un Pianificatore e di un "Formatore dei formatori".
- Realizzazione e messa in pratica del Piano Regionale della Prevenzione a partire dal Modello TransTeorico del Cambiamento: esempi di percorsi per il Pianificatore e per il "Formatore dei formatori". Prendiamo l'esempio del MMG

##### Esercitazioni Facoltative

- Ruolo e compiti dei Professionisti coinvolti in Azioni di supporto alla Formazione e alla realizzazione del Piano della Prevenzione

#### MODULO 1: PROMOZIONE DELLA SALUTE - METODI E STRUMENTI

##### SESSIONE A: ASPETTI CULTURALI, METODOLOGICI E STRUMENTI PER LA PROMOZIONE DELLA SALUTE

- Introduzione
- Mappa Concettuale

##### Basi teoriche e culturali

- Ripensare alla Prevenzione
- Salute, educazione sanitaria, prevenzione delle malattie, educazione alla salute, educazione terapeutica, promozione della salute.
- Evoluzione del concetto di Salute
- Il pensiero della prevenzione
- Dalla carta di Ottawa al documento di Shanghai
- Glossario promozione della salute dell'OMS (1998) e aggiornamento termini (2006)
- La dichiarazione di Odense rete SHE
- Stili di vita, empowerment e life skills
- I determinanti della salute
- Il piano nazionale della Prevenzione
- Commento al piano nazionale della Prevenzione
- I determinanti della salute
- Stili di vita, empowerment e life skills
- Identità Personale, Benessere psicofisico e contrasto allo stress
- Stress come fattore di rischio per la salute
- Modelli teorici di riferimento per gli interventi di promozione della salute

##### Strumenti Operativi

Strumenti Operativi

Esercitazioni pratiche

- Ed. sanitaria, ed. alla salute, promozione della salute
- Schema dei determinanti della salute
- Life skills

Prove da inviare al tutor

- I Concetti di Promozione della Salute

Bibliografia Essenziale

- Bibliografia Essenziale

**SESSIONE B: DALLA PIANIFICAZIONE ALLA VALUTAZIONE DEGLI INTERVENTI**

- Introduzione

Basi teoriche e culturali

- TTM e la sua applicazione nei contesti sanitari
- La pianificazione di interventi di promozione della salute tra sanità, scuola ed enti locali
- La progettazione partecipata intersettoriale e con la comunità
- La programmazione partecipata intersettoriale e processi decisionali
- I processi decisionali inclusivi
- Il modello di Green
- Il modello Project Cycle Management
- Diagnosi di motivazione al cambiamento degli stili di vita a rischio in diversi contesti e per diversi gruppi di lavoro
- Strumenti per l'automonitoraggio della programmazione partecipata nelle reti educative, sociali e sanitarie
- La valutazione degli interventi di promozione della salute

Strumenti Operativi

- Autovalutazione dell'uso delle tecniche di approccio motivazionale nel proprio ambito professionale

Esercitazioni pratiche

- Questionario di verifica delle conoscenze acquisite
- L'applicazione del modello di Green
- Tecniche per favorire l'empowerment di comunità
- Diagnosi motivazionale rispetto alla propensione al cambiamento in due contesti di gruppo

Prove da inviare al tutor

- Progetti di promozione della salute in contesti di comunità

Bibliografia Essenziale

- Bibliografia Essenziale

**SESSIONE C: INTERVENTI DI PREVENZIONE SELETTIVA RISPETTO AL SETTING - PREVENZIONE E LUOGHI DI LAVORO**

- Introduzione

- Video stimolo - Lavoro

Basi teoriche e culturali

- La promozione della salute nei luoghi di lavoro
- Luogo di lavoro come ambiente favorevole al cambiamento degli stili di vita a rischio
- Metodi e strumenti per la Promozione della Salute nei Luoghi di lavoro
- Il ruolo del medico competente nella promozione della salute nei luoghi di lavoro
- L'intervento motivazionale breve da parte del medico competente
- L'intervento motivazionale breve da parte del medico competente
- Definizione di Tabagismo
- Uso di alcol e consumi a rischio
- Attività fisica e benessere psicofisico
- I significati del comportamento alimentare

Strumenti Operativi

- Gli strumenti operativi per la promozione della salute nei luoghi di lavoro

Esercitazioni pratiche

- Il ruolo del medico competente nella promozione della salute nei luoghi di lavoro

Prove da inviare al tutor

- Gli stadi del cambiamento

Bibliografia Essenziale

- Bibliografia Essenziale

**SESSIONE D: INTERVENTI DI PREVENZIONE SELETTIVA RISPETTO A TARGET - PREVENZIONE E GIOVANI**

- Introduzione

Basi teoriche e culturali

- Facilitare il dialogo tra il settore sanitario e quello scolastico per favorire la promozione e l'educazione alla salute nella scuola (IUPHE - 2013)
- Promuovere la salute a scuola dall'evidenza all'azione (IUPHE - 2012)
- Competenze professionali trasversali di supporto al cambiamento
- Apprendimento cooperativo
- Intelligenze multiple
- La promozione del benessere psicofisico in adolescenza
- Interventi di Promozione della salute e prevenzione nei giovani
- Gli interventi efficaci di Prevenzione rivolti ai Giovani
- Scuole che promuovono salute
- Esempio di scuole libere di fumo
- Esempi di programmi scolastici per le diverse fasce di età
- Paesaggi di prevenzione come metodo per affrontare i temi della salute nel contesto scolastico dalle scuole dell'infanzia alle scuole secondarie di primo e secondo grado

Scuole che promuovono salute

- Dalla Promozione della Salute a scuola alla ... scuole che promuove salute
- Accordo Stato Regioni "policy integrate per la Scuola che Promuove Salute"
- La Rete Schools for Health in Europe –SHE: piani e prospettive
- Dal modello SHE alla realtà locale della la scuola che promuove salute
- SPS - La scuola che Promuove Salute
- I 5 passi per diventare una Scuola che Promuove Salute
- Manuale Scuola SHE
- SPS e contrasto alle disuguaglianze di salute
- SHE - Promozione della salute nelle scuole: evidenze per azioni efficaci
- Reti Regionali di Scuole che Promuovono Salute
- Protocollo LILT-MIUR
- Protocollo MIUR-Ministero della Salute

Strumenti Operativi

- Griglia dei descrittori di apprendimento
- Requisiti scuole che promuovono salute
- Descrizione dei determinanti
- Elenco life skills
- Tecniche interattive di Luoghi di Prevenzione

Esercitazioni pratiche

- Prevenzione e giovani

Prove da inviare al tutor

- Interventi di prevenzione selettiva rispetto a target - prevenzioni e giovani

Bibliografia Essenziale

- Bibliografia Essenziale

**MODULO 2: ASPETTI NEUROBIOLOGICI PER LA COMPrensIONE DI IDENTITÀ PERSONALE, COMPORTAMENTO, DIPENDENZA PATOLOGICA**

- Introduzione

- Mappa Concettuale

Basi teoriche e culturali

- Il modello transteorico del cambiamento nella prospettiva fenomenologica

- Il concetto di persona
- Bisogno e motivazione
- Che cos'è l'io - Video stimolo
- Il concetto di identità personale
- Identità personale e le sue basi biologiche
- Identità personale e benessere psicofisico: il ruolo della meditazione
- Il sé sinaptico
- Sistemi biologici complessi e neurobiologia della dipendenza
- La struttura del modello transteorico del cambiamento
- Il laboratorio Habits Lab e modello transteorico del cambiamento
- Fattori protettivi e fattori di rischio per la salute attraverso la realtà virtuale
- Alcuni concetti chiave nella definizione dei sistemi complessi

#### Strumenti Operativi

##### Esercitazioni pratiche

- Questionario conoscitivo sugli aspetti neurobiologici della dipendenza
- Ricomposizione di sistemi complessi
- Diagnosi Motivazionale

##### Prove da inviare al tutor

- Identità Personale

#### Bibliografia Essenziale

- Bibliografia Essenziale

### MODULO 3: LA MOTIVAZIONE AL CAMBIAMENTO

- Introduzione

#### Basi teoriche e culturali

- La motivazione al cambiamento degli stili di vita a rischio
- Gli strumenti dell'approccio motivazionale
- Approccio motivazionale al cambiamento
- Applicazione degli strumenti dell'approccio motivazionale
- Il Modello Transteorico del cambiamento: Processi e Contesto
- La comunicazione non verbale e la cura del setting nell'intervento motivazionale

#### Strumenti Operativi

- Regolo motivazionale
- Bilancia decisionale
- Training di regolazione del comportamento
- Vademecum

#### Esercitazioni pratiche

- Gli stili di comunicazione nella relazione motivazionale
- I processi del cambiamento secondo il modello transteorico del cambiamento
- Avvisi chiari e personalizzati
- Riconoscere gli obiettivi di salute specifici
- Le trappole della comunicazione nell'approccio motivazionale
- Setting e comunicazione non verbale

#### Prove da inviare al tutor

- Applicazione del modello transteorico
- La motivazione al cambiamento: Precisazione dell'obiettivo di cambiamento
- Costruire un piano di cambiamento
- Prova Aperta Specifica

#### Bibliografia Essenziale

- Bibliografia Essenziale

### MODULO 4: FUMO DI SIGARETTA

- Introduzione

#### Basi teoriche e culturali per Pianificatori

- Pianificazione e Formazione dei formatori in ambito tabagico

## Basi teoriche e culturali

- La prevenzione del tabagismo a scuole
- La prevenzione del tabagismo nei luoghi di lavoro
- Definizione di Tabagismo
- Complessità del fenomeno tabagismo
- Epidemiologia del tabagismo e degli stili di vita nelle regioni italiane dal sistema di sorveglianza Passi
- Fumo di sigaretta e patologie correlate
- Fumo di sigaretta e dipendenza
- Strumenti ambienti liberi dal fumo

## Diagnosi e terapia del tabagismo

- La valutazione iniziale del paziente tabagista
- Trattamento psicocomportamentale
- Addiction counseling
- Evidenze scientifiche e struttura del trattamento
- Trattamento farmacologico del tabagismo

## Percorsi per la disassuefazione dal fumo

- La cessazione
- La Rete dei servizi
- Il ruolo del MMG nella motivazione al cambiamento
- I Centri Antifumo in Italia
- Test e questionari per diagnosi e monitoraggio del paziente tabagista

## Strumenti Operativi

- Scala di autovalutazione della depressione di Zung
- Scala di autovalutazione dell'ansia di Zung
- Test "Fagerström" per l'analisi della dipendenza da nicotina
- Test motivazionale - Mondor
- Scala della dispnea
- Scala del monossido

## Esercitazioni pratiche

- Questionario di apprendimento
- La valutazione del paziente tabagista
- Riconoscere avvisi brevi e personalizzati

## Prove da inviare al tutor

- Prova Aperta

## Bibliografia Essenziale

- Bibliografia Essenziale

## MODULO 5: ALCOL

- Introduzione
- Video stimolo - Alcol

## Basi teoriche e culturali

- Uso di alcol e consumi a rischio
- Alcol e i suoi effetti
- La diagnosi alcologica
- Sostanze psicoattive non legali
- Corsi info-educativi alcol e guida
- Valutare il rischio ed aiutare la persona a motivarsi
- Le competenze dell'operatore nel riconoscimento dell'uso problematico di alcol
- Semeiotica e approccio motivazionale alla prevenzione e diagnosi precoce delle patologie alcol correlate.
- Se si viene a sapere che... Parte 1
- Se si viene a sapere che... Parte 2

## Strumenti Operativi

- Test AUDIT completo (Alcol Use Disorders Identification Test)
- AUDIT C

- CAGE (Cut down Annoyed Guilty open Eye)
- Manemos - Inventario di Situazioni Trigger
- Test “MANEMOS breve” per la prevenzione delle ricadute sull’abuso di alcol

#### Esercitazioni pratiche

- Questionario di verifica delle conoscenze
- Le competenze dell'operatore nel riconoscimento dell'uso problematico di alcol
- Semeiotica e approccio motivazionale alla prevenzione e diagnosi precoce delle patologie alcol correlate.

#### Prove da inviare al tutor

- Prova Aperta

#### Bibliografia Essenziale

- Bibliografia Essenziale

### MODULO 6: ALIMENTAZIONE

- Introduzione
- Video stimolo - I linguaggi del cibo

#### Basi teoriche e culturali

- I significati del comportamento alimentare
- Nutrienti e piramide alimentare
- Il comportamento alimentare corretto
- Comportamento alimentare e insorgenza di neoplasie e malattie croniche
- La dieta mediterranea
- Comportamento alimentare in adolescenza
- Integratori e doping
- Le sorveglianze
- Alimentazione e politiche per la salute

#### Strumenti Generali

- Conoscere il proprio bilancio energetico
- Calcolo dell'indice di massa Corporea
- Piatto della salute
- Piramide alimentare
- Stili di vita Carta del rischio cardiovascolare

#### Strumenti specifici per l'operatore

- Video Stimolo - Cosa non si deve fare nel primo colloquio
- Il ruolo dell'operatore nel cambiamento degli stili di vita a rischio su alimentazione e attività fisica

#### Esercitazioni pratiche

- Questionario di verifica delle conoscenze
- La piramide alimentare
- Il ruolo dell'operatore nel cambiamento degli stili di vita a rischio su alimentazione e attività fisica

#### Prove da inviare al tutor

- Prova Aperta

#### Bibliografia Essenziale

- Bibliografia Essenziale

### MODULO 7: PROMOZIONE DELLA PRATICA REGOLARE DI ATTIVITÀ FISICA E CONTRASTO ALLA SEDENTARIETÀ

- Introduzione
- Mappa Concettuale

#### Basi teoriche e culturali

- Attività fisica e benessere psicofisico
- Corpo, corporeità e educazione al movimento
- Attività fisica tra epidemiologia e politiche per la salute
- La pratica della attività fisica
- Promozione della attività fisica e prevenzione delle malattie non trasmissibili
- Attività motoria e diritto allo sport per tutti
- Doping e sostanze dopanti

Effetti salutari della pratica regolare di attività fisica

Strumenti Operativi

Calendario di pratica dell'attività motoria

Piramide dell'Attività Fisica

Scala di Borg

Test walk and talk

Vademecum per l'attività fisica "a casa"

Esercitazioni pratiche

Questionario di verifica delle conoscenze

La piramide dell'attività fisica

Effetti salutari della pratica regolare di attività fisica

Prove da inviare al tutor

Prova Aperta

Bibliografia Essenziale

Bibliografia Essenziale

Ricerca nel sito

Accesso effettuato

Franco Aiello

I miei dati

Disconnetti

Dimensione Carattere

Per migliorare il tuo studio, è possibile selezionare la dimensione del carattere in base alle tue esigenze e alle tue impostazioni video.

aA - aA - aA

Tutor assegnato

LUOGHI DI PREVENZIONE

Mail: [tutor@luoghidiprevenzione.it](mailto:tutor@luoghidiprevenzione.it)

Strumenti Operativi

Alcol Audit Completo

Alcol AUDIT C

Alcol CAGE

Alcol Manemos

Alcol Manemos Breve

Alimentazione Conoscere il proprio bilancio energetico

Alimentazione Piatto della salute

Alimentazione piramide alimentare

Attività fisica Calendario di pratica dell'attività motoria

Attività fisica Piramide dell'Attività Fisica

Attività fisica Scala di borg

Attività fisica walk and talk

Elenco life skills

Fumo di sigaretta ZUNG DEPRESSIONE

Fumo di sigaretta ZUNG ANSIA

Fumo di sigaretta FAGERSTROEM

Fumo di sigaretta Mondor

Fumo di sigaretta Scala della dispnea

Fumo di sigaretta Scala del monossido

I determinanti della salute

Requisiti Scuole che promuovono salute  
Stili di vita Bilancia decisionale  
Stili di vita Carta del rischio cardiovascolare  
Stili di vita Il regolo motivazionale  
Stili di vita Training di regolazione del comportamento  
Vademecum intervento motivazionale  
Riepilogo Prove Obbligatorie

Qui di seguito trovate il riepilogo delle prove obbligatorie del corso. Quelle in VERDE sono state superate, mentre quelle in ROSSO devono essere completate.

#### SESSIONE A: ASPETTI CULTURALI, METODOLOGICI E STRUMENTI PER LA PROMOZIONE DELLA SALUTE

Ed. sanitaria, ed. alla salute, promozione della salute  
Schema dei determinanti della salute  
Life skills

I Concetti di Promozione della Salute

#### SESSIONE B: DALLA PIANIFICAZIONE ALLA VALUTAZIONE DEGLI INTERVENTI

Questionario di verifica delle conoscenze acquisite

L'applicazione del modello di Green

Tecniche per favorire l'empowerment di comunità

Diagnosi motivazionale rispetto alla propensione al cambiamento in due contesti di gruppo

Progetti di promozione della salute in contesti di comunità

#### SESSIONE C: INTERVENTI DI PREVENZIONE SELETTIVA RISPETTO AL SETTING - PREVENZIONE E LUOGHI DI LAVORO

Il ruolo del medico competente nella promozione della salute nei luoghi di lavoro

Gli stadi del cambiamento

#### SESSIONE D: INTERVENTI DI PREVENZIONE SELETTIVA RISPETTO A TARGET - PREVENZIONE E GIOVANI

Prevenzione e giovani

Interventi di prevenzione selettiva rispetto a target - prevenzioni e giovani

#### MODULO 2: ASPETTI NEUROBIOLOGICI PER LA COMPrensIONE DI IDENTITÀ PERSONALE, COMPORTAMENTO, DIPENDENZA PATOLOGICA

Questionario conoscitivo sugli aspetti neurobiologici della dipendenza

Ricomposizione di sistemi complessi

Diagnosi Motivazionale

Identità Personale

#### MODULO 3: LA MOTIVAZIONE AL CAMBIAMENTO

Gli stili di comunicazione nella relazione motivazionale

I processi del cambiamento secondo il modello transteorico del cambiamento

Avvisi chiari e personalizzati

Riconoscere gli obiettivi di salute specifici

Le trappole della comunicazione nell'approccio motivazionale

Setting e comunicazione non verbale

Applicazione del modello transteorico

La motivazione al cambiamento: Precisazione dell'obiettivo di cambiamento

Costruire un piano di cambiamento

Prova Aperta Specifica

#### MODULO 4: FUMO DI SIGARETTA

Questionario di apprendimento

La valutazione del paziente tabagista

Riconoscere avvisi brevi e personalizzati

Prova Aperta

#### MODULO 5: ALCOL

Questionario di verifica delle conoscenze

Semeiotica e approccio motivazionale alla prevenzione e diagnosi precoce delle patologie alcol correlate.

Prova Aperta

**MODULO 6: ALIMENTAZIONE**

Questionario di verifica delle conoscenze

La piramide alimentare

Prova Aperta

**MODULO 7: PROMOZIONE DELLA PRATICA REGOLARE DI ATTIVITÀ FISICA E CONTRASTO ALLA SEDENTARIETÀ**

Questionario di verifica delle conoscenze

La piramide dell'attività fisica

Prova Aperta

00:00:00.9460189