

# LA PROMOZIONE DELL'ATTIVITÀ FISICA ATTRAVERSO I CONSIGLI DEI MEDICI

## Valutazione di una campagna informativa. Trentino – anno 2012

Progetto CCM – VALAM – Valutazione delle iniziative di promozione dell'attività motoria

### Contesto

- L'attività fisica svolta con regolarità induce numerosi benefici per la salute, aumenta il benessere psicologico e previene una morte prematura
- I consigli, anche brevi, e il sostegno dei medici sugli stili di vita risultano di provata efficacia nell'indurre modifiche nelle abitudini di vita
- In Trentino circa una persona su cinque è sedentaria (PASSI 2011), nonostante le numerose occasioni di praticare attività fisica offerte sia dalla natura sia da parte di iniziative strutturate a livello comunale

#### STRUTTURE PRESENTI SUL TERRITORIO PROVINCIALE

- 101 palestre pubbliche
- 272 palestre scolastiche
- 48 palestre private
- 312 spazi attrezzati all'aperto
- 446 impianti sportivi
- 44 piscine

### Obbiettivi

- Sensibilizzare i medici di medicina generale (MMG) sull'importanza dell'attività fisica e incrementare quantità e qualità dei consigli attraverso l'invio di materiale informativo ai MMG
- Valutare l'efficacia del materiale inviato ai MMG nel raggiungimento di questi obiettivi

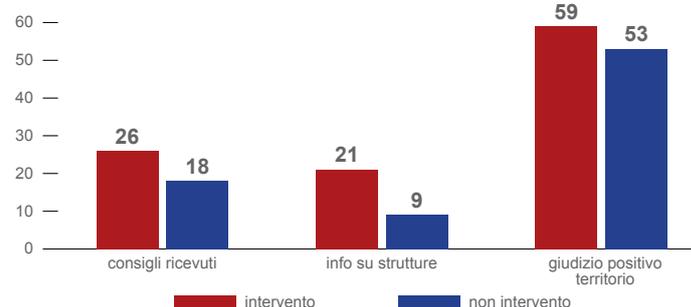
### Metodi

- Invio di materiale informativo ai MMG di 2 distretti (su 4) composto di un depliant informativo da distribuire ai pazienti ed una scheda informativa su:
  - benefici dell'attività fisica nella promozione della salute e nella prevenzione e trattamento di patologie specifiche
  - disponibilità di infrastrutture e corsi nella comunità di valle sede dell'ambulatorio
- Dopo 4 mesi dall'invio del materiale: somministrazione di un questionario di valutazione a 1.200 persone, di almeno 18 anni, 605 residenti nelle zone di intervento e 595 in quelle di controllo (campionati stratificando per età e sesso), che riferivano di essere stati dal MMG nei 4 mesi precedenti l'intervista
- Le associazioni sono state testate tramite regressione logistica multivariata (IC al 95%)

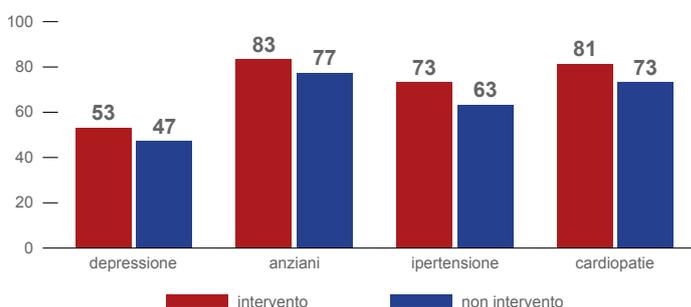
### Risultati

- Le persone residenti nelle zone di intervento (differenze statisticamente significative):
  - riferiscono più frequentemente di aver ricevuto il consiglio di praticare attività fisica da parte del proprio medico (26% vs 18%)
  - ricevono più spesso informazioni maggiormente dettagliate sulle strutture presenti (21% vs 9%)
  - giudicano più positivamente le opportunità offerte sul territorio (59% vs 53%)
  - hanno maggiori conoscenze sui benefici dell'attività fisica (depressione 53% vs 47%; invecchiamento attivo 83% vs 77%; ipertensione 73% vs 63%; cardiopatie 81% vs 73%)
- Non risultano differenze tra i due gruppi rispetto al tipo di attività/durata dell'attività fisica da praticare, alla soddisfazione con il proprio medico e al livello di attività fisica praticata

#### AMBITI DI IMPATTO DELL'INTERVENTO



#### CONOSCENZA SUI BENEFICI



### Conclusioni

- L'invio ai MMG di materiale informativo dettagliato sui benefici dell'attività fisica e sulle opportunità presenti in prossimità dello studio medico è risultato efficace nell'aumentare leggermente la quantità dei consigli e la loro qualità (limitatamente alle informazioni contenute nel materiale)
- La pratica della promozione dell'attività fisica rimane minoritaria e parziale anche nelle zone di intervento
- Occorrono iniziative più incisive per convincere i MMG del loro ruolo nella promozione dell'attività fisica