

# La promozione dell'attività fisica mediante l'incremento dei consiglio da parte dei MMG

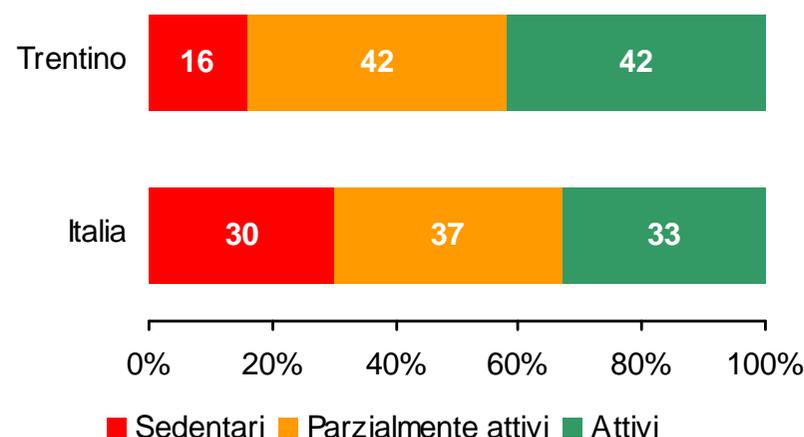
Il braccio trentino del progetto CCM  
*"La valutazione dell'impatto delle iniziative di diffusione dell'attività motoria sulla salute pubblica"*



# Livello di attività fisica

- La sedentarietà è più diffusa:
  - tra le persone più anziane
  - nelle donne
  - tra chi ha un basso livello di istruzione
  - tra chi ha difficoltà economiche

**Livello di attività fisica**  
Trentino e Italia– PASSI 2008-11



\* attivo: lavoro pesante oppure adesione alle linee guida (30 minuti di attività moderata per almeno 5 giorni alla settimana oppure attività intensa per più di 20 min per almeno 3 giorni)

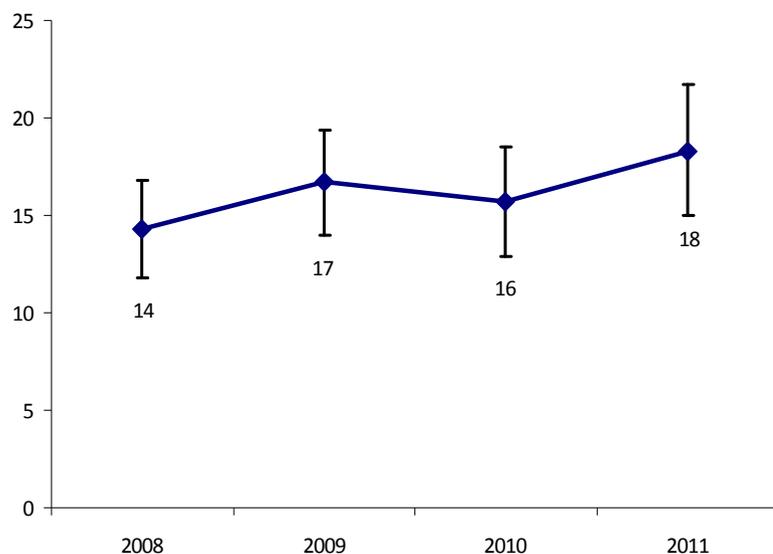
\*\* parzialmente attivo: non fa lavoro pesante, ma fa qualche attività fisica nel tempo libero, senza però raggiungere i livelli raccomandati

\*\*\* sedentario: non fa un lavoro pesante e non fa nessuna attività fisica nel tempo libero

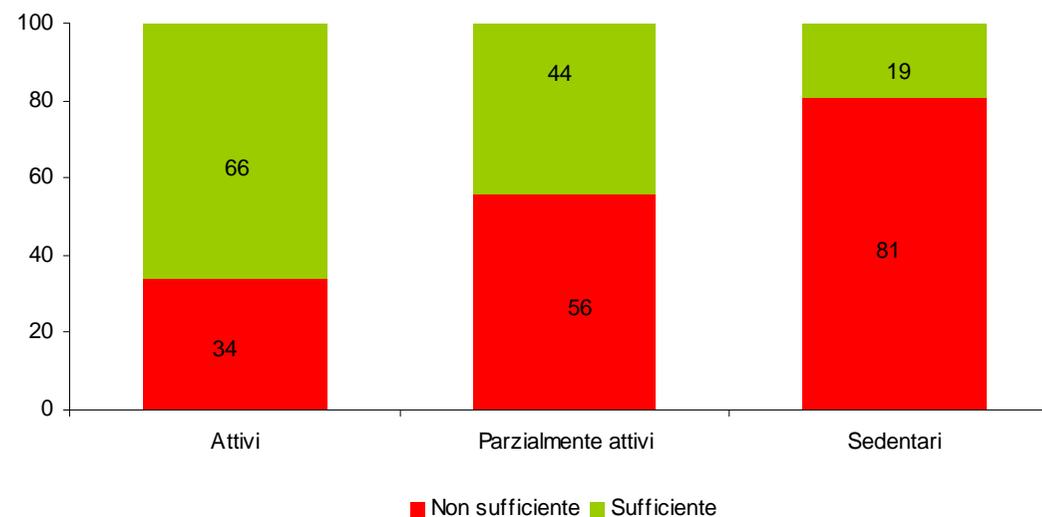
# La sedentarietà in Trentino

## PASSI 2008-11

Sedentari in Trentino

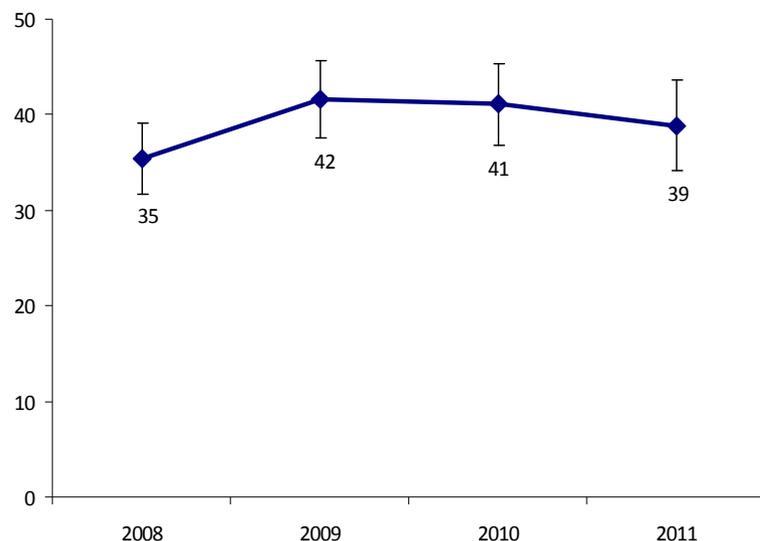


Autopercezione del livello di attività fisica praticata

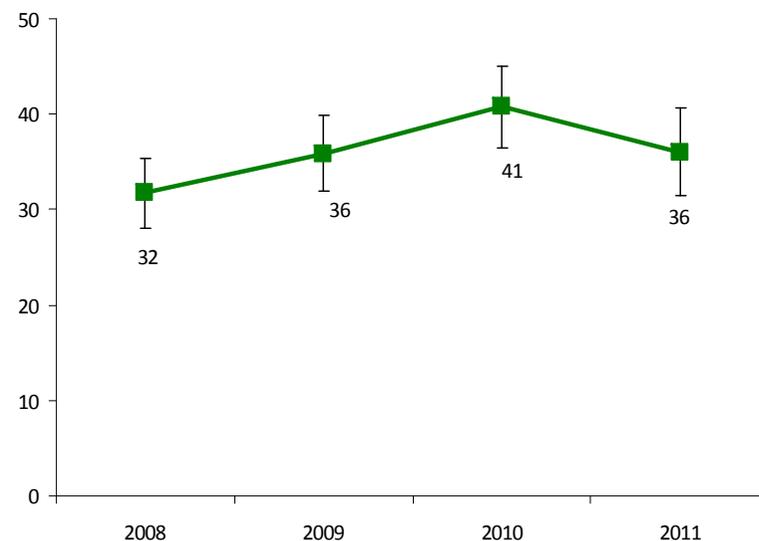


# Attenzione e consigli da parte dei sanitari

Persone a cui è stata posta la **domanda** sull'attività fisica. Anni 2008-2011



Persone che hanno ricevuto il **consiglio** di praticare attività fisica. Anni 2008-2011



# Il consiglio del medico: di provata efficacia 1/2

- Revisione sistematica OMS (2009):
- *“La prevenzione è un elemento fondamentale dei servizi sanitari. Durante i contatti routinari della popolazione con il personale sanitario dovrebbero prevedere suggerimenti pratici sull'alimentazione sana e l'attività fisica in combinazione con il supporto ai pazienti di iniziare/mantenere uno stile di vita sano”*
  - Viene raggiunta una larga fetta di popolazione
  - Contatti regolari
  - MMG gode di fiducia
  - Costo efficace

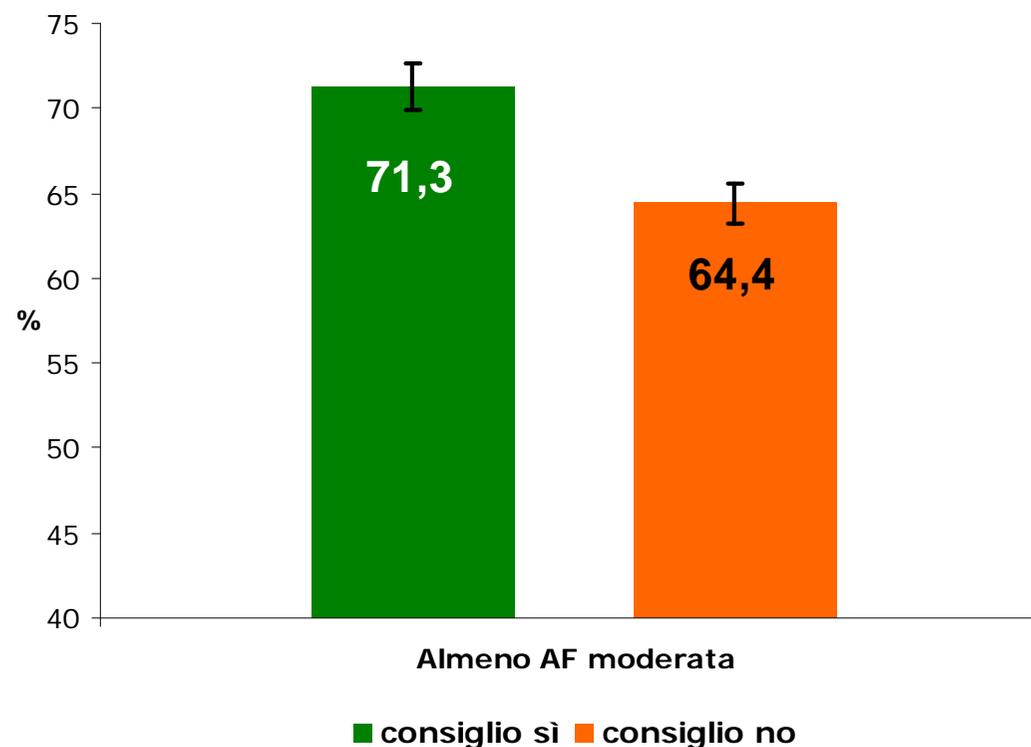
## Il consiglio del medico: di provata efficacia 2/2

- Interventi efficaci:
  - **Consiglio da parte di un medico o altro operatore sanitario in occasione di una visita** in combinazione con la contrattazione di obiettivi realistici e adatti alla situazione individuale del paziente e verifica successiva (follow-up)
  - quelli condotti in combinazione con altri interventi comunitari (campagne mediatiche) ed in collaborazione con organizzazioni sportive ecc.

# Impatto dei consigli

Popolazione in eccesso ponderale (n= 12.777, PASSI 2009)

- La percentuale di persone in eccesso ponderale almeno parzialmente attive risulta maggiore tra coloro che hanno ricevuto il consiglio (71% vs. 64%)



# Razionale dell'intervento

- L'efficacia del consiglio del medico può essere considerata accertata
- Da valutare: interventi finalizzati all'incremento dei consigli
- Intervento: invio di materiale informativo ai MMG finalizzato a sensibilizzare sull'importanza dell'attività fisica e a incrementare i consigli

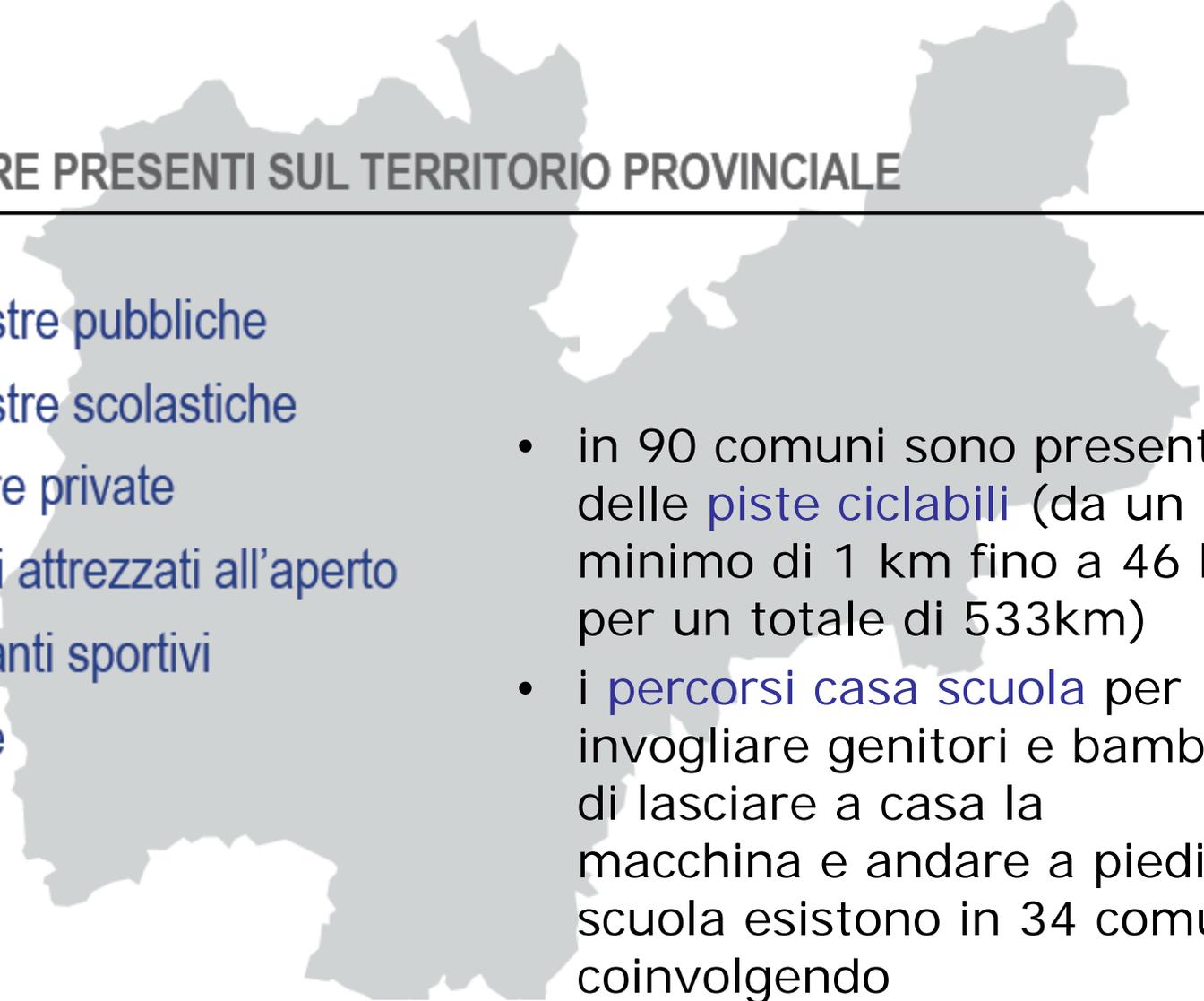
# Tappe del progetto

- Verifica delle iniziative e delle strutture finalizzate alla promozione dell'attività fisica sul territorio
- Predisposizione delle schede informative per i MMG
- Invio materiale a gruppo intervento
- Indagine di valutazione
  - Sui MMG
  - Sugli assistiti

# Indagine sull'esistente

## Metodo e partecipanti

- Maggio/giugno 2011: Interviste telefoniche con questionario standardizzato e pretestato ai comuni trentini (previamente avvertiti con lettera)
- Tutti i comuni (n=217) hanno risposto (adesione del 100%)
- Luglio/agosto: analisi dati e preparazione report
  - Provinciale
  - Per singola comunità di valle
- Settembre: presentazione risultati ai referenti dei distretti
- Ottobre: invio ai comuni e ai MMG (gruppo di intervento)



## STRUTTURE PRESENTI SUL TERRITORIO PROVINCIALE

---

**101** palestre pubbliche

**272** palestre scolastiche

**48** palestre private

**312** spazi attrezzati all'aperto

**446** impianti sportivi

**44** piscine

- in 90 comuni sono presenti delle **piste ciclabili** (da un minimo di 1 km fino a 46 km per un totale di 533km)
- i **percorsi casa scuola** per invogliare genitori e bambini di lasciare a casa la macchina e andare a piedi a scuola esistono in 34 comuni coinvolgendo complessivamente 61 scuole

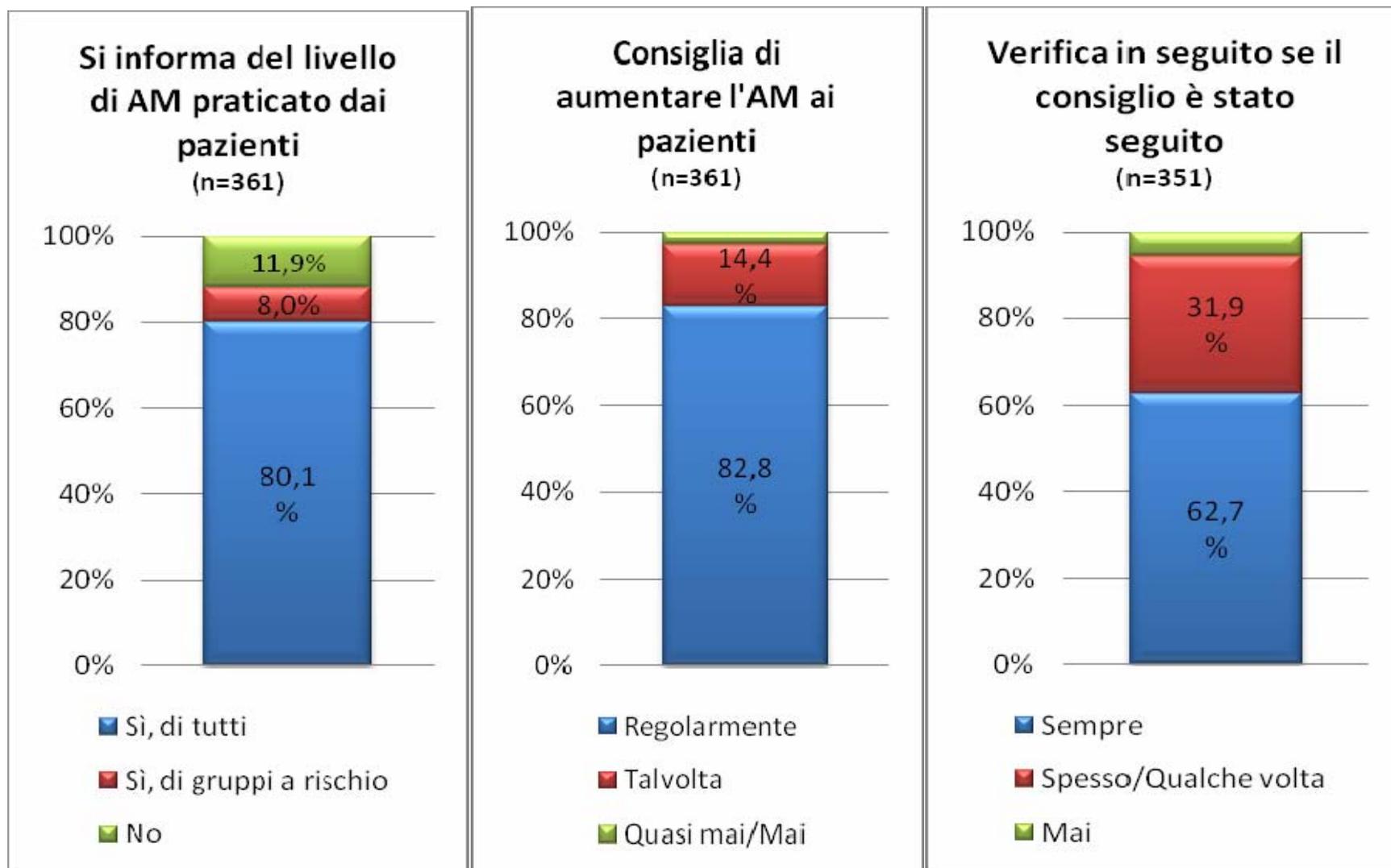
# Risultati

- L'indagine ha permesso di documentare le numerose occasioni offerte dal territorio trentino per diventare o mantenersi fisicamente attivi
- Le informazioni sono state disaggregate per singola comunità di valle ed inviate ai MMG a due distretti pilota al fine di incrementare i consigli
- Il materiale comprendeva anche:
  - numeri telefonici ed e-mail dei referenti comunali per maggiori info
  - schede sui percorsi salutari (se esistenti)
  - depliant sui benefici dell'attività fisica da distribuire agli assistiti
  - intervento di rinforzo (riunione, telefonata)
- Dopo 4 mesi: valutazione → differenza tra distretti intervento e non-intervento?

# La valutazione

- Indagine telefonica su tutti i medici
- Indagine telefonica a campione sugli assistiti:
  - 1.200 assistiti (stratificati per sesso, età) che erano stati dal medico nei 4 mesi precedenti l'indagine
    - 600 nei distretti di intervento
    - 600 nei distretti di controllo
  - Le associazioni sono state testate tramite regressione logistica multivariata

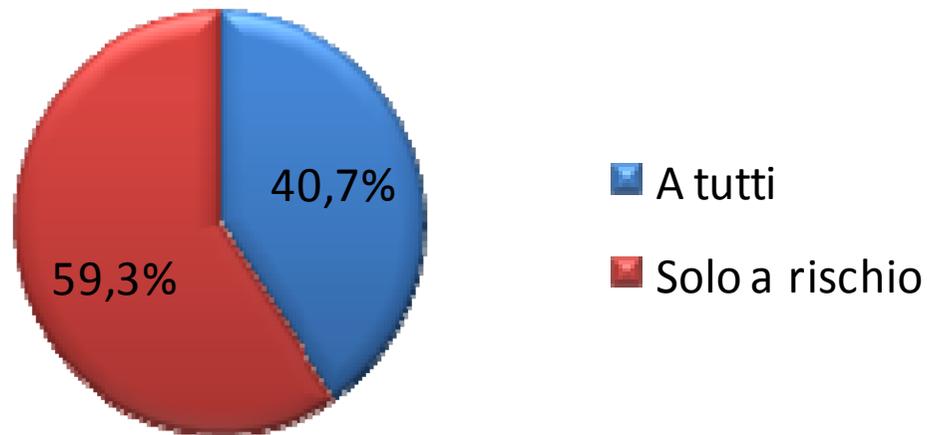
# Risultati (settembre 2012): Indagine sui MMG



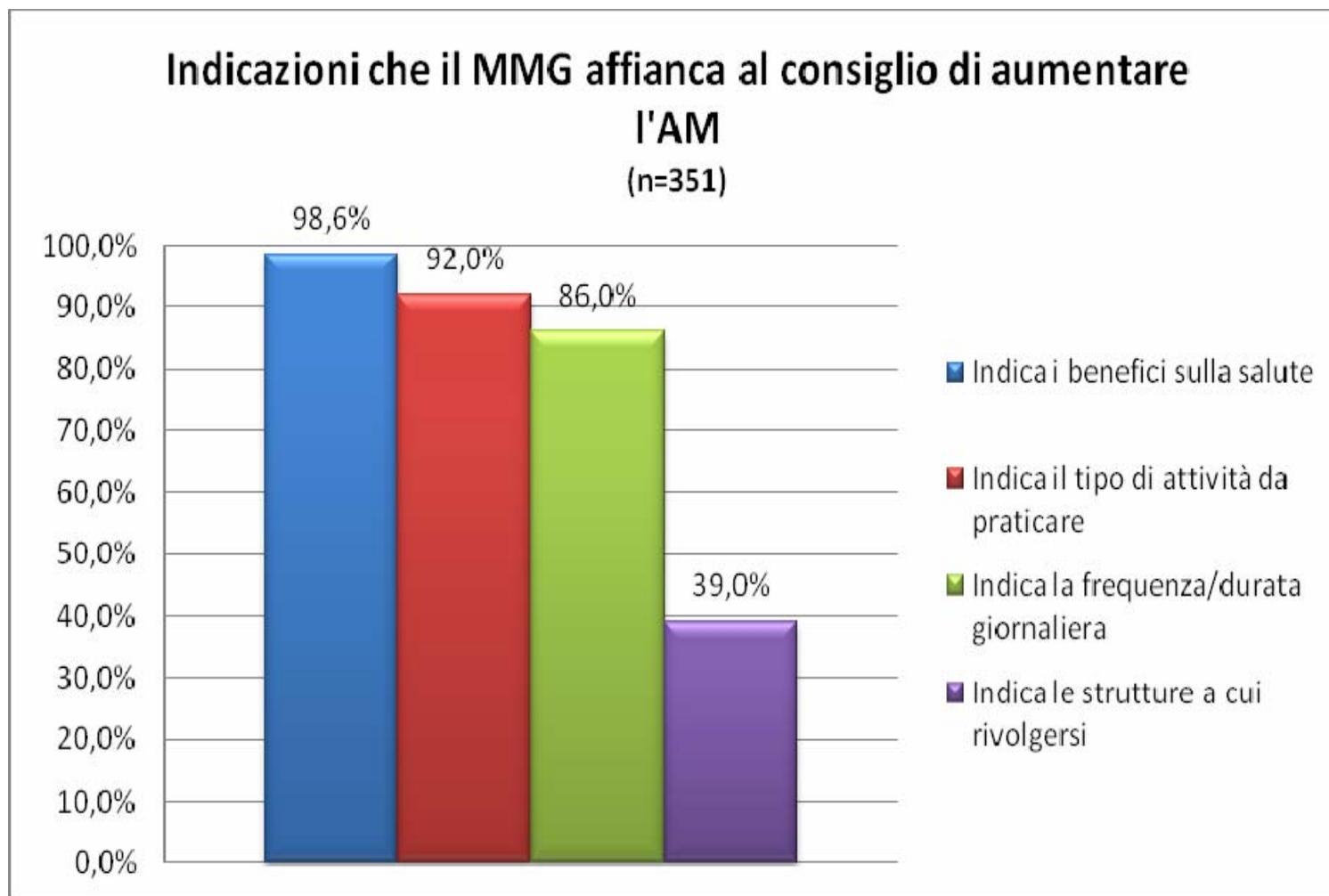
# Risultati (settembre 2012): Indagine sui MMG

**A chi consiglia di aumentare  
l'attività motoria?**

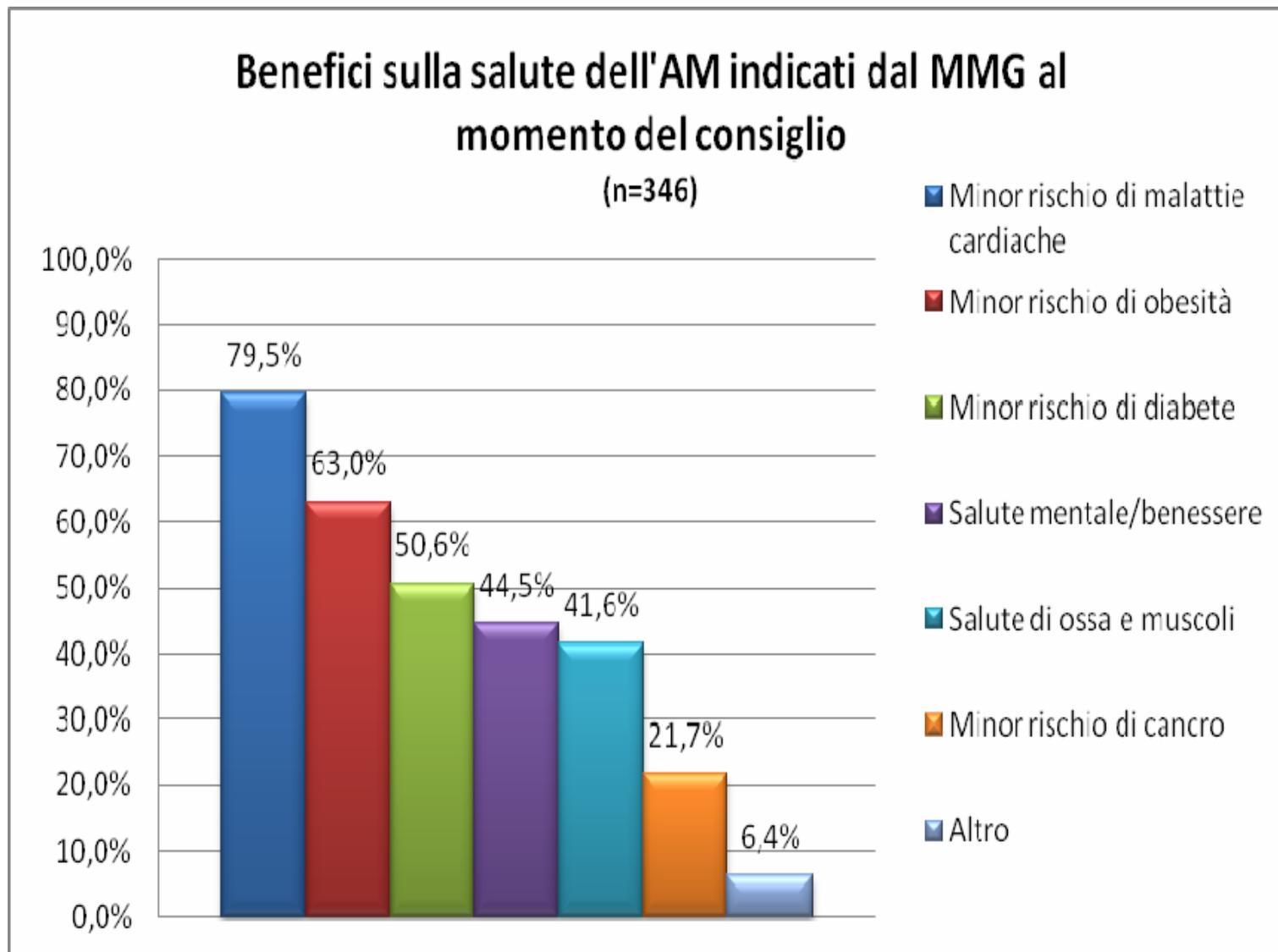
(n=351)



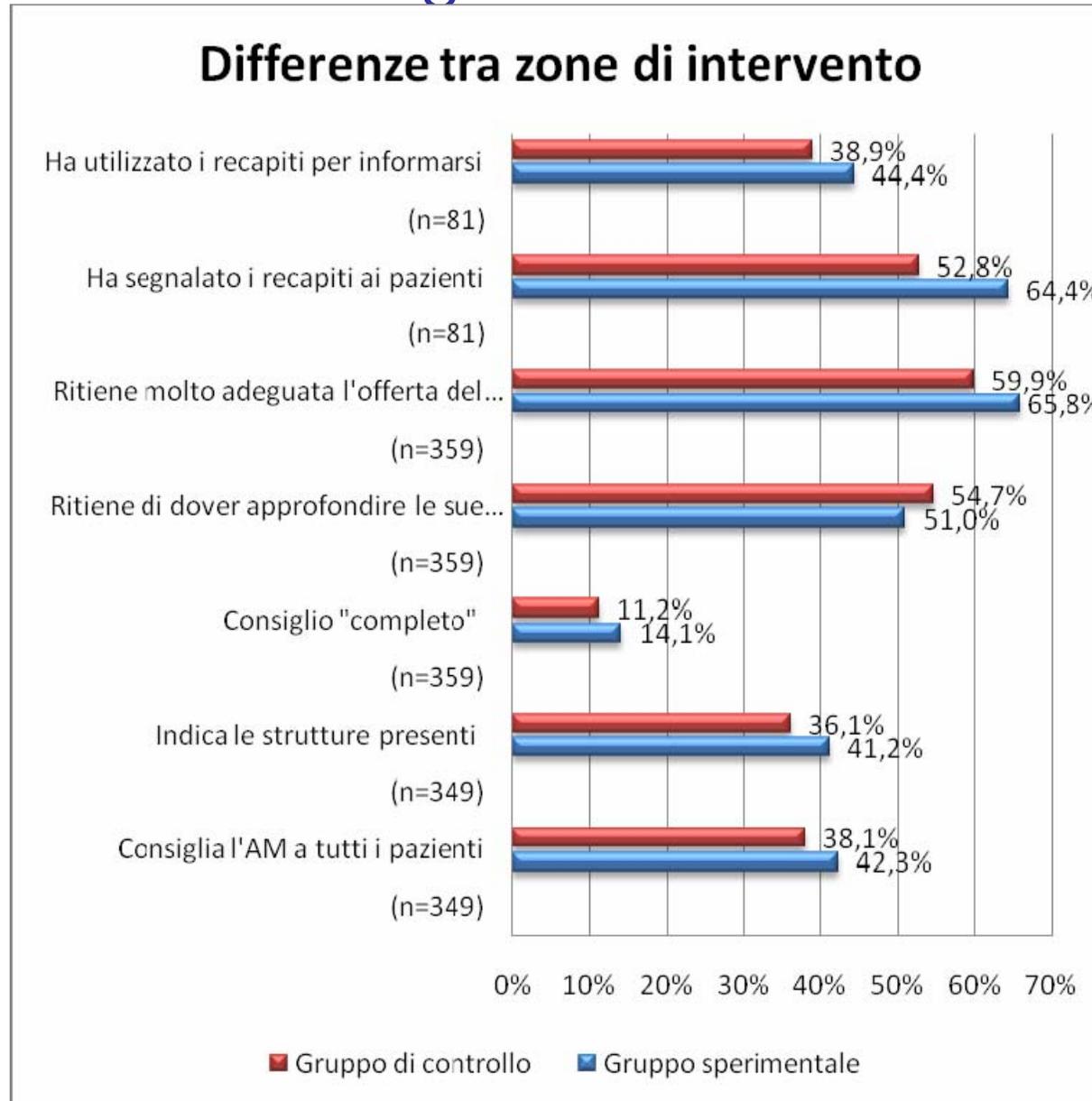
# Risultati (settembre 2012): Indagine sui MMG



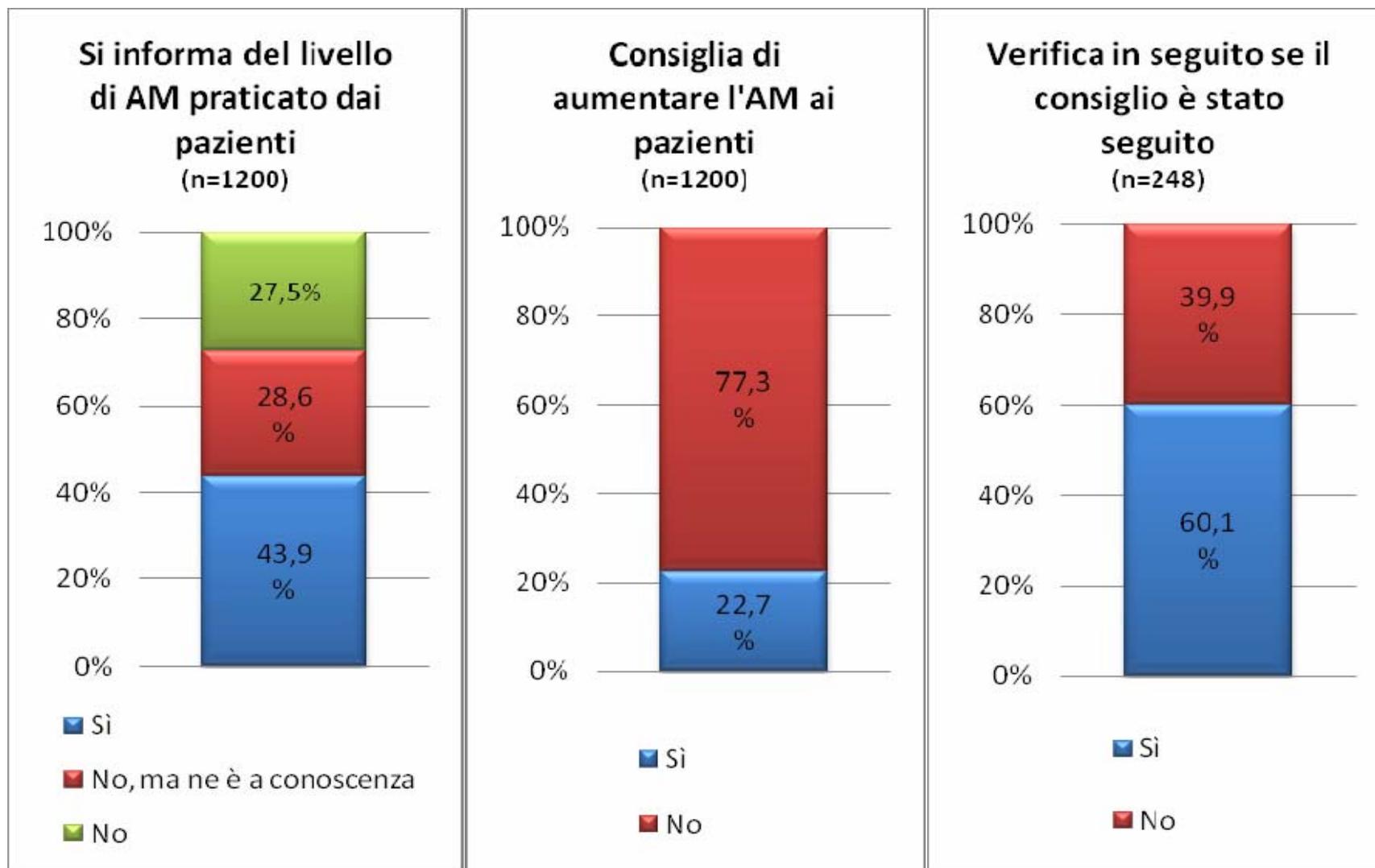
# Risultati (settembre 2012): Indagine sui MMG



# Risultati (settembre 2012): Indagine sui MMG

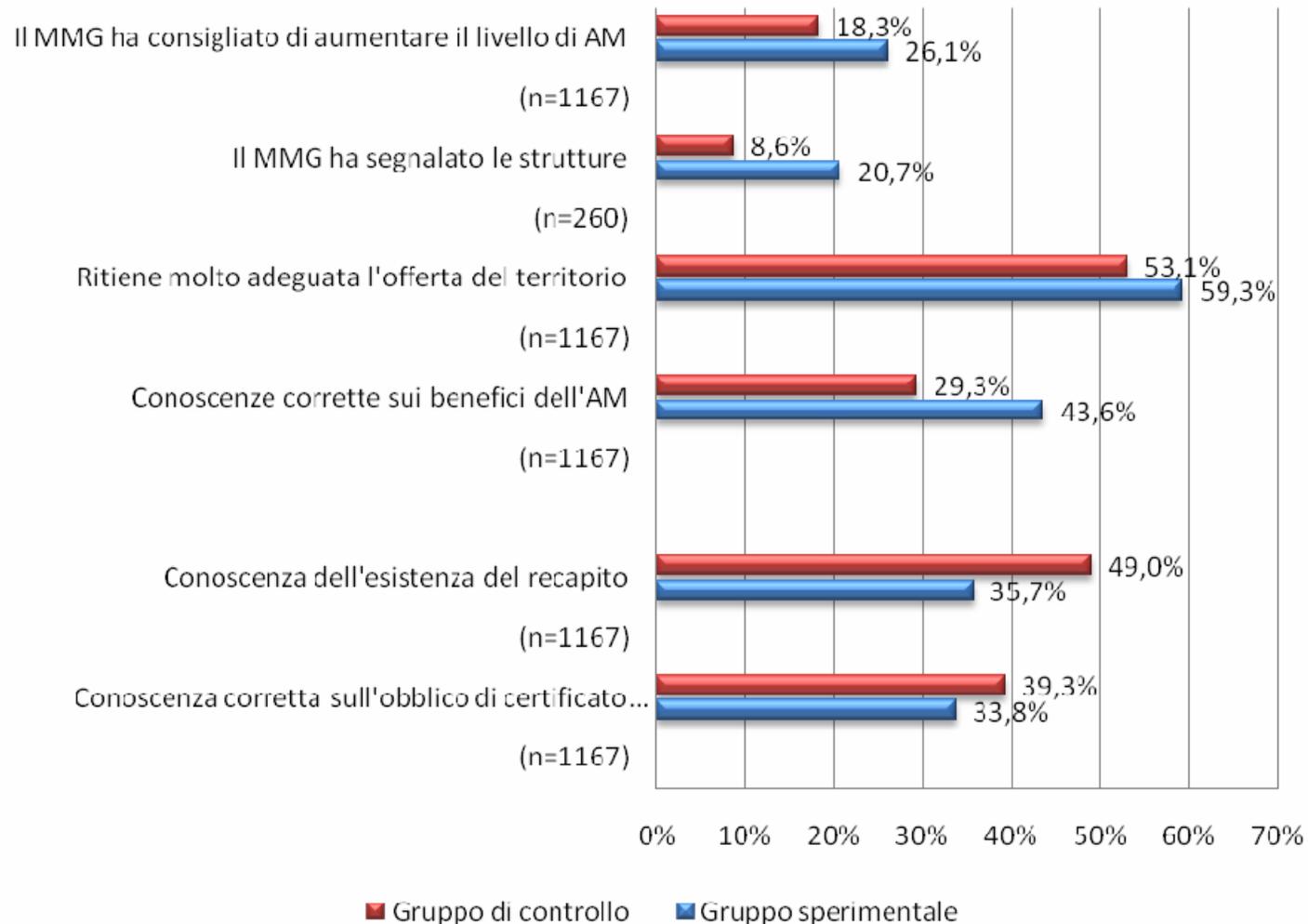


# Risultati (settembre 2012): Indagine sui pazienti



# Risultati (settembre 2012): Indagine sui pazienti

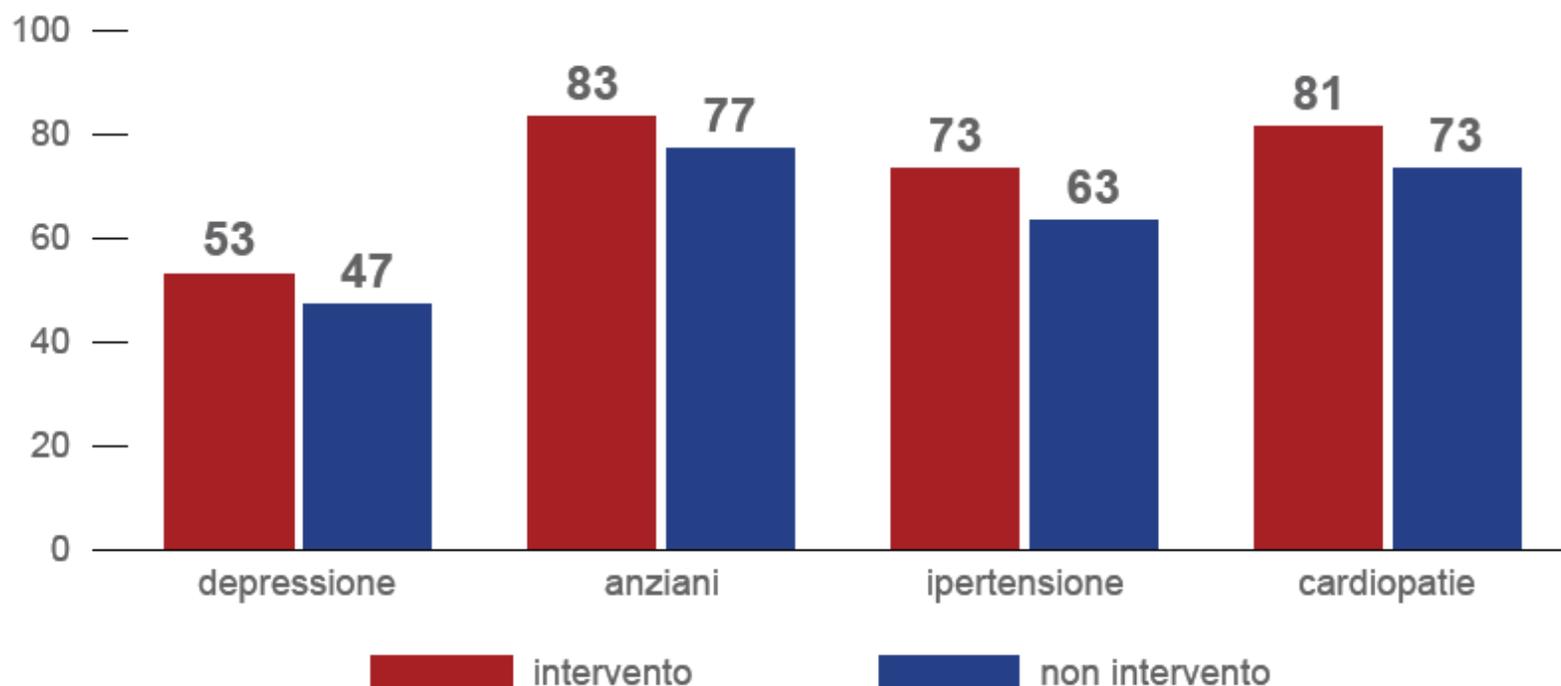
## Differenze tra zone di intervento



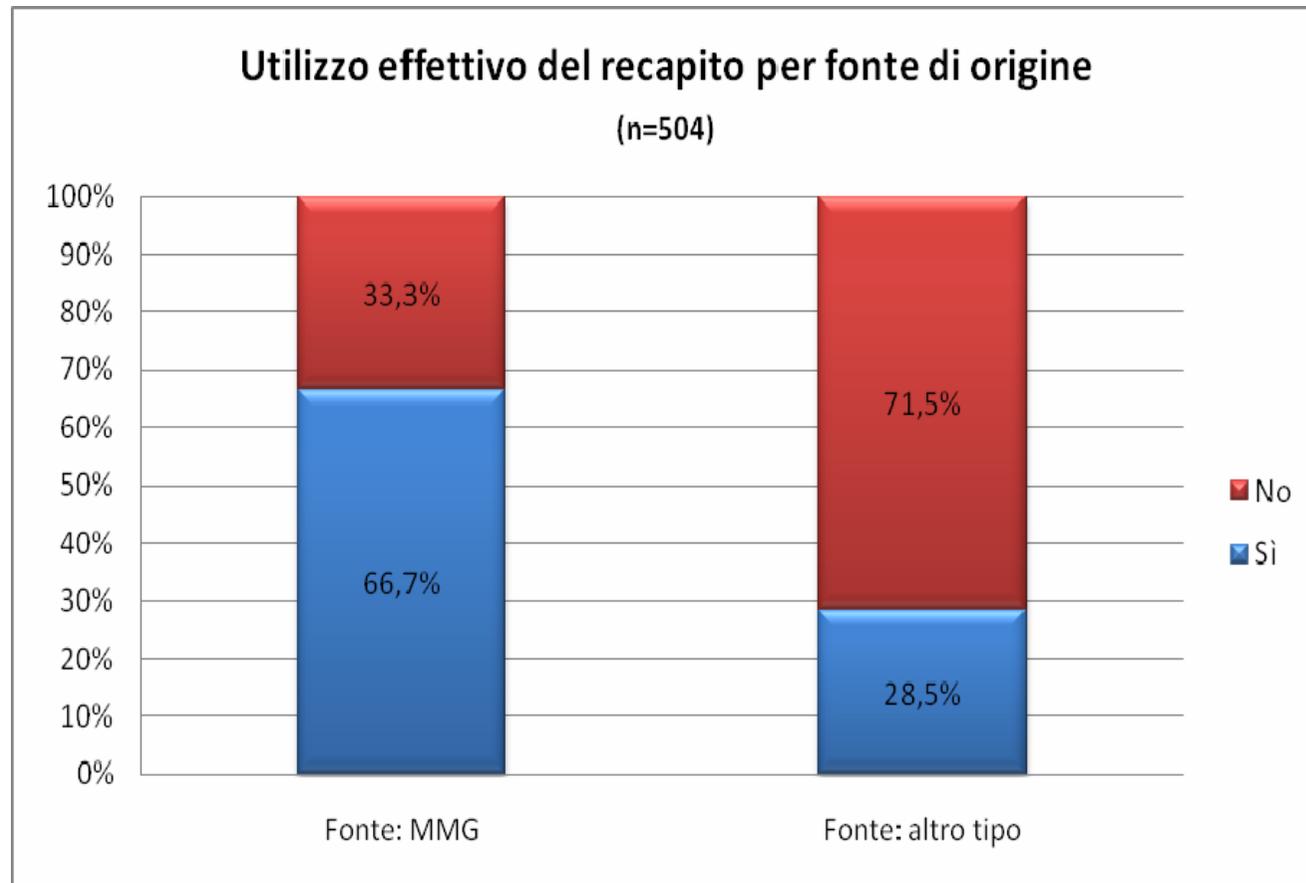
# Risultati (settembre 2012): Indagine sui pazienti

## CONOSCENZA SUI BENEFICI

---



# Risultati (settembre 2012): Indagine sui pazienti



Utilizzo del **recapito su cui informarsi in merito alle iniziative di a.m. presenti sul territorio** da parte del paziente, secondo la fonte da cui hanno ottenuto il recapito

# 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

# Cosa fare per essere più incisivi?

- Informatori “farmaceutici” presso i MMG
- Progetti di prescrizione dell'attività fisica
- Approccio del deviante positivo (DP)...