

**Piano di lavoro progettuale
Bando di ricerca sanitaria 2017
“programma 5 per mille anno 2015”**

Alla Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori
Via Alessandro Torlonia, 15
00161 – Roma

**TITOLO DEL PROGETTO – LILT SEZ. PROV.LE DI ASCOLI PICENO
“SANI STILI DI VITA CON LE LIFE SKILLS”**

PREMESSE E RAZIONALE:

La sezione provinciale di Ascoli Piceno opera da molti anni nel campo della *Promozione della Salute*, intendendola (così come da definizione dell'Organizzazione Mondiale della Sanità) come "il processo che mette in grado le persone di aumentare il controllo sulla propria salute e di migliorarla" e che si estende a tutti gli aspetti della vita delle persone, incluse le aree psicologica e sociale.

Si ritiene che lo stato di salute di un individuo sia determinato da molteplici condizioni di vita (fattori personali, socio-economici, culturali ed ambientali). Affinché ciascun individuo abbia la possibilità di raggiungere il proprio pieno *potenziale di salute* deve essere messo al corrente dell'esistenza di tali fattori (i cosiddetti *Determinanti di Salute*), delle loro caratteristiche specifiche e della possibilità di acquisire o potenziare le abilità personali necessarie per farvi fronte. Essere *un individuo in salute* significa possedere competenze personali e relazionali necessarie per modificare gli elementi ambientali e soggettivi con lo scopo ultimo di raggiungere i propri obiettivi e soddisfare i propri bisogni (*benessere psicofisico individuale e sociale*).

Un esempio già ampiamente diffuso e sperimentato di intervento di *Promozione della Salute* facilmente attuabile, adattabile al contesto di riferimento e di provata efficacia è costituito, appunto, dalle azioni di *Life Skills Education*, interventi per lo sviluppo ed il potenziamento delle cosiddette "life skills", abilità personali e relazionali indispensabili per compiere scelte di salute consapevoli e per fronteggiare efficacemente le difficoltà della vita quotidiana.

Unire l'informazione sugli argomenti di salute (in particolare su Alcol, Fumo, Alimentazione e Movimento, principali fattori di rischio per le Malattie Croniche Non Trasmissibili) alla *Life Skills Education* rende sicuramente gli interventi di promozione della salute più incisivi, in quanto si affrontano le problematiche legate ad uno stile di vita non salutare da un punto di vista del benessere sia fisico che psicologico. Una buona competenza delle *life skills* permette agli individui di effettuare scelte di salute consapevoli ed efficaci, funzionali al proprio benessere psicologico e fisico.

Tali azioni di prevenzione sono ancora più efficaci se sono rivolte alla popolazione giovanile e, maggiormente, a quella infantile: già nei primi anni di vita, infatti, il bambino si trova inserito in ambienti e

in relazioni che possono influenzare l'acquisizione di stili di vita più o meno salutari e di comportamenti più o meno funzionali al proprio benessere. Inoltre, è ampiamente dimostrato che le azioni precoci di promozione della salute consentono l'instaurarsi di abitudini personali salutari e durature nel tempo.

Per questo motivo, la *Promozione della Salute* è orientata alla progettazione e all'attivazione di interventi precoci di *Educazione alla Salute*, attuandoli già nella Scuola dell'Infanzia e Primaria. La Scuola, infatti, è uno dei luoghi privilegiati in cui poter individuare i primi sintomi di malessere e dove poter attivare anche le strategie volte ad arginarli.

Il *valore aggiunto* dei programmi di sviluppo e potenziamento delle *Life Skills* consiste nella possibilità di sviluppare ed attivare tali programmi parallelamente ai programmi didattici già esistenti, usufruendo di spazi, operatori e materiali che si trovano già disponibili negli Istituti scolastici.

Con questo progetto di ricerca la LILT di Ascoli Piceno intende valutare l'impatto e l'efficacia di un programma di promozione di sani stili di vita e di prevenzione dei quattro principali fattori di rischio per le MCNT utilizzando la metodologia della *Life Skills Education* nelle Scuole dell'Infanzia e Primarie.

La Sezione Provinciale LILT di Ascoli Piceno svolge da anni attività di promozione del benessere psicofisico nella popolazione generale e in particolare in quella scolastica, in collaborazione con gli enti preposti (Azienda Sanitaria, Ambiti Territoriali Sociali).

Il progetto di ricerca proposto si pone in continuità con le esperienze già realizzate nello stesso settore dalla LILT di Ascoli Piceno:

- Progetto LILT- ASUR Marche AV n.5: *"Guadagnare Salute...con le life skills" Scuole dell'Infanzia, Primaria, secondaria di I grado)*
- Progetto LILT-MIUR: *"Piano Nazionale per la Promozione dell'Educazione Alla Salute, dell'Educazione Alimentare e a corretti Stili di Vita a.s.2016-2017- Sezione Infanzia in salute"* (Scuole dell'Infanzia e Primaria)
- Progetto LILT -Bando di ricerca sanitaria 2015- *"programma 5 per mille anno 2013 "I determinanti della salute: attivazione di laboratori didattico-interattivi multimediali per facilitare nei giovani il cambiamento degli stili di vita a rischio sia nel contesto scolastico che in contesti informali extrascolastici"* (Scuola Secondaria di II grado)
- Progetto LILT- Bando di ricerca sanitaria 2014- *"programma 5 per mille anno 2012 "Il modello metodologico di Luoghi di Prevenzione: implicazioni formative ed educative del laboratorio di neuro psicobiologia denominato Human Neuroscience Lab negli interventi di prevenzione degli stili di vita a rischio in applicazione del Modello Transteorico del Cambiamento"* (Scuola dell'Infanzia e Primaria).
- Progetto LILT-ASUR Marche AV n.5 *"La Peer Education per Guadagnare Salute"*- Istituti Secondari di I grado (dall'a.s. 2004-2005 all'a.s. in corso, 2017-2018)
- Progetto LILT-ASUR Marche AV n.5 *"Peer Education: Promozione di Sani Stili di Vita"*- Istituti Secondari di II grado (dall'a.s. 2005-2006 all'a.s. in corso, 2017-2018)
- Progetto LILT-ASUR Marche AV n.5 *"Guadagnare Salute... con le life skills"* – Scuole dell'Infanzia e Primaria (dall'a.s. 2013-2014 all'a.s. in corso, 2017-2018)

- Progetto LILT-ASUR Marche AV n.5 “*Guadagnare Salute... con le life skills*” – Scuole Secondarie di I grado (dall’a.s. 2015-2016 all’a.s. in corso, 2017-2018)

IPOSTESI SCIENTIFICA

La LILT di Ascoli Piceno propone un progetto di ricerca che intende sperimentare e valutare l’efficacia di un modello di promozione di sani stili di vita e di prevenzione dei comportamenti a rischio legati ai principali fattori di rischio (Alcol, Fumo, ridotta Attività Fisica, errata Alimentazione) per le MCNT (Malattie Croniche Non Trasmissibili) attraverso un percorso strutturato utilizzando la modalità di intervento della *Life Skills Education* nelle Scuole dell’Infanzia e Primaria.

Il percorso prevede che gli insegnanti, adeguatamente formati dagli operatori LILT delle sezioni provinciali partner, trattino nelle rispettive classi i temi di salute attraverso attività ludico-esperienziali di sviluppo e potenziamento delle *life skills*.

Il percorso oggetto della ricerca sarà gestito dagli operatori LILT e prevede una stretta collaborazione con i referenti dell’U.O.S.D. Promozione Educazione Alla Salute, Dipartimento di Prevenzione ASUR Marche AV n.5.

OBIETTIVO GENERALE

Individuare un modello di promozione sani stili di vita e di prevenzione dei comportamenti a rischio legati ad Alcol, Fumo, Alimentazione e Movimento attraverso le *life skills*, per la Scuola dell’Infanzia e Primaria.

OBIETTIVI SPECIFICI

- Definizione di un programma di promozione di sani stili di vita attraverso le *life skills*
- Costituzione di una rete di LILT che attuino sul proprio territorio azioni di promozione di sani stili di vita attraverso la *Life Skills Education*
- Formazione degli insegnanti della Scuola dell’Infanzia e Primaria sulla *Life Skills Education* e sul programma “*Sani Stili di Vita con le life skills*”
- Attivazione di percorsi di promozione della salute e di prevenzione dei comportamenti a rischio nelle Scuole dell’Infanzia e Primaria
- Aumento delle conoscenze degli studenti sugli argomenti di salute e miglioramento delle competenze sulle *life skills*
- Sviluppo di ricerche e programmi efficaci che possano essere continuativi nel tempo.

FASI DEL PIANO DI LAVORO PROGETTUALE

Fase 1

-predisposizione dei percorsi didattico-curricolari per le Scuole e degli strumenti di monitoraggio e valutazione degli interventi

-costituzione dei gruppi di lavoro territoriali e formazione congiunta degli operatori delle LILT partner coinvolte nella realizzazione dell'intervento

-individuazione, da parte di ogni sezione LILT, delle Scuole dell'Infanzia e Primaria, dei docenti e delle classi del *gruppo sperimentale* e del *gruppo di controllo*. Ogni LILT individuerà almeno 80 studenti della Scuola dell'Infanzia per il *gruppo sperimentale* e almeno 80 studenti per il *gruppo di controllo*; almeno 80 studenti della Scuola Primaria per il *gruppo sperimentale* e almeno 80 studenti per il *gruppo di controllo*.

Fase 2: realizzazione del progetto di ricerca in due anni scolastici

-attivazione dei percorsi formativi per i docenti

-attivazione dei percorsi operativi nelle scuole da parte dei docenti

-somministrazione e raccolta dei questionari pre- e post-intervento

-monitoraggio e supervisione (anche a distanza) delle LILT partner da parte della LILT di Ascoli Piceno, capofila del progetto

Fase 3

-raccolta ed elaborazione dei dati

-raccolta delle esperienze realizzate da dalle scuole di ogni sez.LILT anche attraverso i *social network*

-diffusione e pubblicizzazione dei risultati generali del progetto (comunicati-stampa, un convegno finale, *social network*)

MATERIALI E METODI

Durante le fasi iniziali del progetto, gli operatori della LILT sezione provinciale di Ascoli Piceno provvederanno a formare gli operatori delle altre sedi LILT partner (massimo 5 operatori per LILT) sulle modalità di realizzazione del programma e sugli strumenti utilizzati.

Verrà reclutato un campione totale di almeno 800 studenti delle Scuole dell'Infanzia e Primarie (almeno 400 studenti per il *gruppo sperimentale* e almeno 400 studenti per il *gruppo di controllo*), proponendo agli Istituti Comprensivi il programma, reclutando gli insegnanti e consegnando l'apposito modulo di informazione rivolto ai tutori dei minori coinvolti (consenso informato). Ogni LILT provvederà a sviluppare accordi e a reclutare almeno il numero minimo di partecipanti alla ricerca (160 studenti, 4 docenti).

Il *campione sperimentale* su cui verrà svolto l'intervento sarà formato dalle classi dei docenti aderenti al progetto che verranno formati e che attiveranno in classe il programma oggetto della ricerca.

Il *campione di controllo* sarà costituito da classi di docenti che hanno manifestato la volontà di aderire al progetto, senza svolgere la formazione né le attività in classe.

La cornice metodologica di riferimento è quella della *Life Skills Education*: verranno utilizzate tecniche interattive volte a potenziare abilità legate ai temi della salute e del benessere psico-fisico, ad accrescere il ruolo attivo degli individui nella promozione della salute e nella prevenzione primaria e a favorire l'adozione di comportamenti salutari che favoriscano il benessere individuale e relazionale.

Gli strumenti utilizzati saranno:

- un questionario a risposta multipla costruito *ad hoc* sulla conoscenza degli alunni sugli argomenti di salute (somministrato prima e dopo l'intervento in classe nel *gruppo sperimentale*; ad inizio e fine anno scolastico nel *gruppo di controllo*. N.B. la somministrazione in entrambi i campioni sarà contemporanea)
- un questionario per valutare la frequenza dei comportamenti e degli atteggiamenti collegati alle *life skills* negli alunni (somministrato prima e dopo l'intervento in classe nel *gruppo sperimentale*; ad inizio e fine anno scolastico nel *gruppo di controllo*. N.B. la somministrazione in entrambi i campioni sarà contemporanea)
- attività ludico-esperienziali sugli argomenti di salute attraverso lo sviluppo ed il potenziamento delle *life skills*, contenute nei manuali "Sani Stili di Vita...con le Life Skills" vol. 4 (Scuola dell'Infanzia) e "Sani Stili di Vita...con le Life Skills" vol. 5 (Scuola Primaria)
- attività ludico-esperienziali per lo sviluppo ed il potenziamento delle *life skills*, contenute nei manuali "Guadagnare Salute... con le Life Skills" vol. 1 (Scuola dell'Infanzia) e "Guadagnare salute...con le Life Skills" vol. 2 (Scuola Primaria)
- un questionario di gradimento per valutare la soddisfazione dei docenti e degli alunni aderenti al progetto di ricerca (per il *gruppo sperimentale*).

INDICATORI DI MONITORAGGIO

Obiettivi specifici	Azioni previste	Indicatori di risultato
Definizione di un programma di promozione di sani stili di vita attraverso le <i>life skills</i>	1) costituzione del gruppo di lavoro LILT capofila-U.O.S.D.PEAS (ASUR Marche AV n.5) 2) individuazione dei percorsi formativi per i docenti 3) individuazione delle attività per gli alunni delle Scuole dell'Infanzia e Primaria di promozione di sani stili di vita attraverso le <i>life skills</i> 4) individuazione degli strumenti di valutazione	1) dichiarazione di costituzione del gruppo di lavoro LILT Ascoli Piceno- U.O.S.D. PEAS 2) programma dei percorsi formativi dei docenti 3) elenco delle attività da svolgere nelle classi della Scuola dell'Infanzia e Primaria 4) questionari pre e post intervento, questionari di gradimento (punt 1,2,3,4: a cura della LILT)

		sez. Ascoli Piceno)
Costituzione di una rete di LILT che attuino sul territorio azioni di promozione di sani stili di vita attraverso la <i>Life Skills Education</i>	1) costituzione di gruppi di lavoro territoriali delle LILT partner 2) predisposizione dei percorsi didattico-curricolari per le scuole e degli strumenti di monitoraggio e valutazione degli interventi 3) formazione congiunta sugli strumenti della ricerca 4) individuazione, da parte di ogni sezione LILT, delle Scuole dell'Infanzia e Primaria, dei docenti e delle classi del <i>gruppo sperimentale</i> e del <i>gruppo di controllo</i> .	1) dichiarazione di costituzione del gruppo di lavoro formato dai referenti delle LILT partner e degli enti territoriali (per ogni sez.LILT) 2) elenco delle scuole e delle classi del <i>gruppo sperimentale</i> (per ogni sez.LILT) 2) elenco delle scuole e delle classi del <i>gruppo di controllo</i> (per ogni sez.LILT)
Formazione degli insegnanti della Scuola dell'Infanzia e Primaria sulla <i>Life Skills Education</i> e sul programma "Sani Stili di Vita con le <i>life skills</i> "	1) costituzione e formazione di gruppi di insegnanti della Scuola dell'Infanzia e Primaria nel territorio delle LILT partner	1) dichiarazione di attivazione di un corso di formazione per la Scuola dell'Infanzia e di uno per la Scuola Primaria nel territorio di ogni LILT partner (indicando luogo, data, numero di docenti partecipanti, nome ed ente di appartenenza dei formatori) per ogni sez.LILT
Attivazione di percorsi di promozione della salute e di prevenzione dei comportamenti a rischio nelle Scuole dell'Infanzia e Primaria del territorio delle LILT partner	1) attivazione dei percorsi didattico-curricolari nelle Scuole dell'Infanzia e Primarie nel territorio delle LILT partner 2) realizzazione di interventi di promozione di sani stili di vita attraverso le <i>life skills</i> nelle classi.	1) dichiarazione di attivazione degli interventi di promozione di sani stili di vita attraverso le <i>life skills</i> in almeno 4 classi della Scuola dell'Infanzia e in almeno 4 classi della Scuola Primaria (indicando Istituto, ordine di scuola, numero di docenti, classi e bambini del <i>gruppo sperimentale</i> e ISC, ordine di scuola, classi e numero bambini del <i>gruppo di controllo</i>) per ogni sez. LILT 2) relazione sulle attività svolte nelle classi e sui lavori prodotti (foto, disegni, ecc. in formato digitale) per ogni sez LILT
Aumento delle conoscenze degli studenti sugli argomenti di salute e miglioramento delle competenze sulle <i>life skills</i>	1) raccolta ed elaborazione dei dati	1) <i>data-base</i> delle risposte fornite ai questionari pre e post intervento del <i>gruppo sperimentale</i> e del <i>gruppo di controllo</i> e ai questionari di gradimento (per ogni sez.LILT) 2) relazione conclusiva sui risultati della ricerca (LILT sez.

		Ascoli Piceno)
Sviluppo di ricerche e programmi efficaci che possano essere continuativi nel tempo	1) raccolta delle esperienze realizzate da ogni LILT 2) diffusione dei risultati generali del progetto anche attraverso i <i>social network</i> , da parte delle sezioni LILT coinvolte nel progetto.	1) convegno conclusivo di condivisione e pubblicizzazione dei risultati del progetto di ricerca (LILT sez. Ascoli Piceno)

MODALITÀ DI MISURAZIONE DEI RISULTATI

La modalità di misurazione dei dati che verrà utilizzata per monitorare i risultati dell'intervento sarà del tipo *Test-Intervento-Retest*, secondo la seguente procedura:

- 1) divisione del campione in *gruppo sperimentale* e *gruppo di controllo*;
- 2) valutazione preliminare (*questionario pre*) sulle conoscenze e sulle competenze (*life skills*) degli alunni del *gruppo sperimentale* e di quello *di controllo*
- 3) *messa in atto degli interventi laboratoriali ed esperienziali* sulle *life skills* applicate ai sani stili di vita rivolti agli alunni del *gruppo sperimentale*
- 4) valutazione post-intervento sulle conoscenze (argomenti di salute) e sulle competenze degli alunni (*life skills*) del *gruppo sperimentale* e di quello *di controllo*
- 5) confronto dei risultati ottenuti dal *gruppo sperimentale* e da quello *di controllo*

I questionari utilizzati per valutare i risultati saranno *test quantitativi* sulla conoscenza degli argomenti di salute e *questionari* volti a valutare la frequenza di emissione di comportamenti o la presenza di atteggiamenti collegati alle *life skills*.

ANALISI STATISTICA

Il modello di ricerca si pone come un *Intervento quasi-sperimentale* a causa della composizione non modificabile e non manipolabile del campione (studenti della Scuola dell'Infanzia e Primaria) e prevede che vengano utilizzate *Statistiche di confronto* tra due campioni ("*con intervento*" e "*senza intervento*") basate su *Punteggi differenziali* ed *Analisi della varianza*.

CAMPIONE

Si prevede un *gruppo sperimentale* composto da almeno 400 studenti delle Scuole dell'infanzia e Primaria:

- 80 alunni LILT Ascoli Piceno (3-4 classi)
- 80 alunni LILT Biella (3-4 classi)

- 80 alunni LILT Campobasso (3-4 classi)
- 80 alunni LILT Foggia (3-4 classi)
- 80 alunni LILT Oristano (3-4 classi)

Si prevede un *gruppo di controllo* composto da almeno 400 studenti delle Scuole dell'infanzia e Primaria:

- 80 alunni LILT Ascoli Piceno (3-4 classi)
- 80 alunni LILT Biella (3-4 classi)
- 80 alunni LILT Campobasso (3-4 classi)
- 80 alunni LILT Foggia (3-4 classi)
- 80 alunni LILT Oristano (3-4 classi)

Risulta sufficiente per lo svolgimento del programma la partecipazione di almeno 1 insegnante per ogni classe appartenente al *gruppo sperimentale*, per un totale di 15- 20 insegnanti formati.

RISULTATI ATTESI

Fase 1

- Realizzazione di percorsi didattico-curricolari per le Scuole dell'Infanzia e Primaria per la promozione di sani stili di vita attraverso le *life skills* e di strumenti di monitoraggio e valutazione degli interventi
- Costituzione di un gruppo interregionale LILT che collabori per la costituzione e la diffusione di un programma condiviso di prevenzione dedicato agli alunni delle scuole dell'infanzia e Primarie.
- Rafforzamento della rete tra le Sezioni provinciali LILT; tra le LILT e le scuole del territorio; tra LILT e il SSN: gli enti collaborano per attuare un programma formativo precoce volto alla diffusione di sani stili di vita
- Individuazione, per ogni sede LILT provinciale, di almeno una Scuola Primaria e di una dell'Infanzia che partecipa al progetto di ricerca

Fase 2:

- Attivazione dei percorsi formativi per i docenti
- Attivazione dei percorsi operativi nelle Scuole dell'Infanzia e Primaria da parte dei docenti formati
- Somministrazione e raccolta dei questionari pre e post intervento del campione (*gruppo sperimentale e di controllo*) e dei questionari di gradimento (gruppo sperimentale)

- Attivazione di percorsi di monitoraggio e supervisione (anche a distanza) delle LILT partner da parte della LILT capofila del progetto

Fase 3:

- Raccolta dei *data-base* compilati da ogni sez.LILT (contenenti le risposte fornite ai questionari pre e post intervento del *gruppo sperimentale* e del *gruppo di controllo* e ai questionari di gradimento), analisi statistica dei dati e redazione di una relazione conclusiva
- Raccolta e divulgazione delle esperienze realizzate dalle scuole delle sez.LILT partecipanti al progetto di ricerca (realizzazione di documento in PDF, notizie su *social network*)
- Diffusione e pubblicizzazione dei risultati generali del progetto (comunicati-stampa, convegno finale, notizie su *social network*)

Bibliografia

AA.VV., "Guadagnare Salute...con le *Life Skills*" vol. 1 e 2; edizione a cura dell'ASUR Marche AV5, 2014.

AA.VV., "Sani Stili di Vita...con le *Life Skills*" vol. 4 e 5; edizione a cura dell'ASUR Marche AV5, 2016.

Bandura A. (1997), *Self-efficacy: The exercise of control*, New York, Freeman; Trad. it. Autoefficacia, Trento, Erikson (2000).

Organizzazione Mondiale della Sanità, "Skill for Life, n.1", Bollettino 1992.

Organizzazione Mondiale della Sanità, "Ottawa Charter for Health Promotion", Geneva, 1986

Organizzazione Mondiale della Sanità, "Creare comunità in grado di rispondere alle sfide e ambienti favorevoli alla salute", estratto da "OMS Health 2020", OMS 2012

Organizzazione Mondiale della Sanità, "Sundsvall Statement on Supportive Environments for Health". WHO, Geneva, 1991

Bosi S., Pelagatti S. (2005), *Infanzia a colori*, Rivista Infanzia, Bologna.

Di Pietro M., (2007), *ABC delle mie emozioni*, Trento, Erikson.

Duncker, K. (1945) *On ProblemSolving*, American Psychological Association

P. Marmocchi, C. Dall'Aglio e M. Zannini, "Educare le life skills", ed. Erikson 2004.

Millstein S.G., Petersen A.C., Nightingale E.O. (1993), *Promotingthehealth of adolescents: new directions for the twenty-first century*, New York: Oxford University Press.

Norris S.P., Ennis R.H. (1989), *Evaluatingcriticalthinking*, Pacific Grove, CA: MidwestPubblications.

PlutchiK R. (1995), *Psicologia e biologia delle emozioni*, Torino, Bollati Boringhieri

Pope A., McHale S., Craighead E. (1992), *Migliorare l'autostima*, Trento, Erikson

Rogers C.R. (1978), *Potere personale. La forza interiore e il suo effetto rivoluzionario*, Roma, Astrolabio.

I. Van DerHeide, J. Wang, M. Droomers, "The relationship between health, education, and health literacy: results from the Dutch Adult Literacy and Life Skills Survey", Journal Of Health ..., 2013.

Franco Veltro, Valentina Ialenti, Manuel Alejandro Morales García, Claudia Iannone, Emiliana Bonanni, Antonella Gigantesco, "Valutazione dell'impatto della nuova versione di un manuale per la promozione del benessere psicologico e dell'intelligenza emotiva nelle scuole con studenti di età 12-15 anni"; Rivista Di Psichiatria 2017.

Il Presidente della Sezione Provinciale



Il Responsabile del Progetto



Ascoli Piceno, 14 novembre 2017