LILT
LEGA ITALIANA PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI
prevenire è vivere
SEZIONE PROV.LE DI CAMPOBASSO

Bando di ricerca sanitaria 2015
"programma 5 per mille anno 2013"

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

TITOLO DEL PROGETTO: 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.

Background

I determinanti della salute sono i tutti quei fattori che influenzano, positivamente o negativamente, lo stato di salute di un individuo, di una comunità o di una popolazione. Comprendono fattori non modificabili, come il sesso, l'età ed il patrimonio genetico,; così come fattori modificabili tra cui gli stili di vita, le reti sociali e comunitarie, il mondo del lavoro contesto politico ed il contesto sociale, economico e culturale (Dahlgren & Whitehead, 1991).

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità – OMS ("WHO | World Health Organization," n.d.) (OMS) lo stile di vita è un modo di vivere basato su profili identificabili di comportamento, determinati dall'interconnessione tra caratteristiche individuali, interazioni sociali e condizioni socio-economiche e ambientali. Molti stili di vita definiti insalubri o scorretti (ad esempio il tabagismo, fare uso/abuso fumo di sigarette, abuso di alcol e/o , uso di sostanze, alimentazione scorretta, assenza di esercizio fisico) hanno un effetto negativo scientificamente dimostrato sullo stato di salute e di benessere dell'individuo che li mette in atto. Tuttavia, interventi di promozione di stili di vita corretti non devono essere mirati esclusivamente all'individuo che mette in atto stili di vita scorretti, ma devono essere destinati e coinvolgere le condizioni sociali e ambientali del contesto nel quale essi sono inseriti.: tali condizioni possono infatti favorire o contrastare l'adozione di stili di vita a rischio per la salute.

Le ricerche più attuali riconoscono come l'adozione di stili di vita insalubri tenda ad instaurarsi prevalentemente nel periodo adolescenziale, con gravi ripercussioni sulla salute psico-fisica del giovane e del futuro adulto, in quanto riconosciuti come precursori dell'insorgenza della maggior parte delle malattie psicologiche, fisiche, tra cui anche quelle tumorali. I dati riportati dal CDC (2014) hanno evidenziato riscontrato come la prevalenza di condotte a rischio tra i giovani sia in costante aumento. Dalla loro ricerca condotta nel 2013 è emerso che nei 30 giorni precedenti all'intervista, il 34.,9% degli studenti coinvolti aveva

bevuto alcol, il 23.,4% aveva fatto uso di marijuana, il 15.7% aveva fumato sigarette, il 41,3% passava più di tre ore al giorno al computer; inoltre, solo il 5.0% degli studenti aveva mangiato frutta e il 15.2% non aveva fatto alcuna attività fisica per almeno 60 minuti nei 7 giorni antecedenti all'intervista.

Nonostante la consapevolezza da parte dei giovani e della popolazione in genere rispetto ad uno stile di vita corretto, la complessità e i ritmi della quotidianità pongono degli ostacoli all'adozione di buone pratiche. Ed è sulla potenzialità individuale al cambiamento che si fondano gli interventi che saranno realizzati con l'attuazione del progetto proposto. Si seguiranno le indicazioni promosse dal Modello Transteorico del Cambiamento di Prochaska e DiClemente (1982) {Citation}(1982), il quale si focalizza sul processo decisionale dell'individuo, e descrive il modo in cui le persone modificano un comportamento a rischio per la salute ed acquisiscono un atteggiamento positivo. Il modello è stato applicato con comprovata efficacia in vari ambiti in cui si rendeva necessaria la modificazione del comportamento assunto.

Da sempre la sezione di Campobasso della LILT promuove il coinvolgimento attivo dei giovani nelle proprie attività finalizzate ai temi della promozione, del benessere psicofisico e della prevenzione dei comportamenti a rischio per la salute. Per tale motivo, parte del progetto sarà dedicata alla formazione e alle attività di Educazione tra pari, la quale mira a potenziare nei pari le conoscenze, gli atteggiamenti, le competenze che consentono loro di compiere scelte responsabili e consapevoli riguardo alla propria salute. Si basa sul concetto d'influenza sociale e si propone di sfruttare la naturale tendenza dei pari ad avere influenza sui coetanei, in modo da indirizzarla in funzione di un obiettivo educativo e di superare le barriere della comunicazione tra adulti e adolescenti.

Attualmente, nel contesto molisano e italiano in generale, fanno difficoltà a sorgere Centri di riferimento che abbiano come obiettivo la promozione delle condotte a rischio e la promozione di corretti stili di vita. Nella maggior parte dei casi, le attività proposte sono limitate ad interventi sporadici con scarse risorse economiche e professionali. Queste forme di intervento non riescono a contrastare a fondo, efficacemente e in modo durato nel tempo, l' assunzione di comportamenti rischiosi tra i ragazzi e tra la popolazione in generale.

Per tale motivo La LILT di Campobasso intende proporre un intervento innovativo finalizzato alla prevenzione primaria dei tumori e più in generale alla facilitazione dell'adozione di stili di vita salutari tra i giovani. Il progetto, che sarà attuato presso il Centro di Didattica Multimediale, integrato con il Presidio Ospedaliero di Larino (CB – ASREM), rappresenta una sperimentazione territoriale del modello metodologico di " Luoghi di Prevenzione" della LILT di Reggio Emilia, capofila di un progetto LILT relativo al Bando 2014 e di cui la LILT di Campobasso è partner.

Obiettivi

L'obiettivo principale dello studio sarà aumentare le opportunità facilitanti le scelte di salute rispetto a fumo, alcol, droghe, sedentarietà e cattiva alimentazione secondo i principi del Programma Guadagnare Salute tra gli adolescenti di età compresa tra i 12 e i 18 anni.

Ulteriori obiettivi specifici saranno:

1. rafforzare la **rete** di collaborazione istituzionale già in atto con la Direzione Generale della Salute della Regione Molise e con l'Azienda Sanitaria per il Molise e a sviluppare una rete di collaborative fra le Sezioni LILT delle regioni limitrofe;
2. migliorare le conoscenze e le competenze degli adolescenti attivando laboratori didattici e **percorsi info educativi** finalizzati al contrasto del tabagismo e dell'abuso di alcol, all'adozione di un corretto stile alimentare e alla diffusione di una regolare attività fisica. Le proposte educative saranno articolate in percorsi didattici interdisciplinari sperimentali, che utilizzeranno laboratori, giochi e approfondimenti scientifici, avvalendosi in modo innovativo di linguaggi diversi: scientifico, informatico, neurobiologico, letterario, artistico, musicale, metaforico;

3. coinvolgere gli studenti in interventi di **Educazione tra pari**, quale metodologia basata sul concetto dell'influenza sociale che mira a potenziare negli adolescenti le conoscenze, gli atteggiamenti, le competenze che consentono loro di compiere scelte responsabili e consapevoli riguardo alla propria salute.
4. **Sviluppare ricerche e programmi operativi continuativi** nel tempo (inseriti ad es. nell'attività scolastica curricolare).

Metodologia e strumenti

Le azioni del progetto mirano al miglioramento delle conoscenze e delle competenze degli studenti al fine di promuovere stili di vita salutari attraverso **percorsi info-educativi di I e II livello.** Le attività didattico-interattive saranno indirizzate alle Scuole Secondarie di Secondo Grado presenti sul territorio provinciale delle sezioni LILT coinvolte nel progetto: LILT sez di Campobasso (capofila), LILT sez di Benevento (partner), LILT sez di Potenza (partner), LILT sez di Ascoli (partner). Ogni LILT partecipante individuerà almeno due scuole secondarie nel proprio territorio, quindi verranno selezionati 60 studenti per ogni scuola partecipante per un totale di N°120 studenti, in una fascia di età compresa tra i 12 ed i 18 anni. Gli studenti selezionati verranno assegnanti, secondo modalità random, a due gruppi: N° 60 al primo gruppo sperimentale, che seguirà le attività proposte dai percorsi info- educativi, e N°60 al secondo gruppo di controllo.

Per gli studenti assegnati al gruppo sperimentale sarà possibile esplorare i propri vissuti personali rispetto agli stili di vita (tabagismo, uso/abuso alcol e/o droghe, alimentazione e attività fisica), conoscerne i relativi fattori di rischio e fattori protettivi e valutare una propria disponibilità al cambiamento.

A tal fine verranno utilizzati specifici test che permetteranno una valutazione degli stili di vita prima dell'intervento e alla fine di quest'ultimo.

Per la promozione del cambiamento del proprio stile di vita, si farà riferimento al presupposto teorico del "Modello transteorico degli stadi del cambiamento" di J. Prochaska e C. Di Clemente (1982), sviluppatosi nel Regno Unito e negli Stati Uniti negli anni Ottanta per il trattamento delle dipendenze e approdato in Italia negli anni 90. Fortemente centrato sul cliente, si occupa delle relazioni tra individuo coinvolto nel processo di cambiamento e contesto, in un clima di accoglimento e comprensione al fine di promuovere l'assunzione di stili di vita salutari. L'approccio motivazione negli adolescenti è utile quando l'utente esprime bassa motivazione al cambiamento dei propri stili di vita e ambivalenza rispetto alla propria propensione all'impegno. In questi casi l'approccio motivazionale deve tenere conto delle caratteristiche specifiche del target e in particolare è necessario:

- Suddividere obiettivi di salute di breve, medio e lungo termine
- Approfondire i vissuti personali sugli stili di vita a rischio
- Prevedere il coinvolgimento dei famigliari con iniziative di approccio motivazionale specifiche
- Approfondire le relazioni fra identità personale, corporeità e stili di vita
- Approfondire la sfera delle emozioni implicate nel cambiamento (vantaggi e svantaggi percepiti). I percorsi info-educativo si articolano in:
    1. Percorsi di I livello motivazionali individuali e a piccolo gruppo
    2. Percorsi di II livello cognitivo-comportamentali per la precisazione e il mantenimento degli obiettivi di cambiamento.

Inoltre, per la promozione di corretti stili di vita si farà riferimento all'utilizzo dell' E**ducazione tra pari**, definita come *"l'impiego di soggetti appartenenti a un determinato gruppo (sociale, etnico, di genere) allo scopo di facilitare il cambiamento presso gli altri componenti del medesimo gruppo".* La peer education è una strategia

educativa flessibile e "rivoluzionaria", in quanto sposta la centralità del ruolo pedagogico (e la quota di potere a esso associato) dall'esperto tradizionale, adulto e professionalizzato, al giovane opportunamente formato, e si è dimostrata particolarmente vincente rispetto agli approcci pedagogici classici, soprattutto quando il messaggio veicolato ha per oggetto il "non fare", come nel caso della prevenzione di un comportamento a rischio. Il principio della sua efficacia risiede nell'attitudine, caratteristica degli adolescenti, a orientare i propri comportamenti non soltanto in base alle informazioni ricevute, ma anche a ciò che fanno i coetanei, e in particolare coloro che possono proporsi come figure di riferimento. L'educatore coetaneo è una persona che più di qualsiasi esperto adulto ha accesso al mondo valoriale e simbolico dei giovani, decodifica il loro linguaggio e ha quindi l'abilità di stabilire un rapporto di fiducia e ascolto con i soggetti con cui entra in contatto.

Fasi del progetto

- **Fase 1/primo trimestre**: costituzione dei gruppi di lavoro territoriali, condivisione degli strumenti operativi e di monitoraggio-valutazione delle diverse fasi del progetto e formazione degli operatori coinvolti (insegnati, volontari LILT e gruppo dei pari). Durante questa prima fase si provvederà al reclutamento delle scuole e degli studenti da coinvolgere nel progetto. Il corso di formazione sarà svolto presso la LILT di Campobasso ed avrà la durata di 20 ore.
- **Fase 2/secondo trimestre - terzo trimestre**: realizzazione degli interventi nelle Scuole selezionate, finalizzati all'aumento di consapevolezza dell'adozione di stili di vita sani e dei danni provocati da stili di vita insalubri, tra cui i percorsi info-educativi per migliorare le conoscenze e le competenze rispetto ai comportamenti a rischio per la salute e contrattare almeno un obiettivo di cambiamento. Saranno coinvolti i giovani in attività di Educazione tra pari finalizzati alla promozione del benessere psicofisico con iniziative all'interno della scuola e in contesti informali. Gli interventi saranno realizzati dagli insegnati con il supporto degli operatori della LILT.

5. **Fase 3/quarto trimestre**: raccolta dei dati di monitoraggio e valutazione dell'efficacia delle azioni svolte; organizzazione del convegno conclusivo e diffusione e pubblicazione dei risultati ottenuti. Sviluppare ricerche e programmi operativi continuativi nel tempo .

Risultati attesi

- Rispetto all'obiettivo specifico n° 1 ci si attende la realizzazione di un modello d'intervento integrato finalizzato alla cooperazione tra il mondo del volontariato LILT e quello del settore educativo. La formazione specifica consentirà ai volontari della LILT e agli operatori della scuola di approfondire le proprie conoscenze per attuare interventi e percorsi di promozione della salute nei propri ambiti di competenza. Ciò potrà consentire di pianificare obiettivi comuni per la promozione della salute e la prosecuzione nel tempo delle iniziative attuate.
- Rispetto all'obiettivo n° 2 si attende il miglioramento delle conoscenze e delle competenze dei destinatari rispetto ai comportamenti a rischio per la salute e contrattare almeno un obiettivo di cambiamento
- Rispetto all'obiettivo n° 3 ci si attende l'aumento della partecipazione e del coinvolgimento attivo dei destinatari ai percorsi info-educativi.
- Rispetto all'obiettivo specifico n° 4 ci si aspetta di sviluppare ricerche e programmi operativi continuativi nel tempo (ad es., inseriti nell'attività scolastica curricolare) e realizzare interventi efficaci di prevenzione sulla popolazione con particolare riguardo ai giovani e alle fasce a rischio per la salute.

Programmazione descrittiva

Obiettivo 1	**Rafforzare la rete di collaborazione istituzionale già in atto con la Direzione Generale della Salute della Regione Molise e con l'Azienda Sanitaria per il Molise e a sviluppare una rete di collaborative fra le Sezioni LILT delle regioni limitrofe.**
Nome attività	**Costruire una rete**
Periodo	Primo trimestre
Descrizione	Sarà costituito un gruppo di lavoro con le LILT che coinvolte nel progetto per condividere dati epidemiologici e linee guida metodologiche (Sistema di Sorveglianza PASSI, Piano della Prevenzione, Pubblicazione Osservatorio Fenomeni Sociali, HBSC, Guadagnare Salute in Adolescenza). La condivisione degli strumenti operativi e di monitoraggio-valutazione delle diverse fasi del progetto e la diffusione di tali pratiche nei vari territori provinciali sarà resa possibile anche attraverso una formazione specifica destinata agli operatori coinvolti
Obiettivo 2	**Migliorare le conoscenze e le competenze rispetto ai comportamenti a rischio per la salute e contrattare almeno un obiettivo di cambiamento.**
Nome attività	**Percorsi info educativi**
Periodo	Secondo e terzo trimestre
Descrizione	I percorsi didattico-interattivi saranno indirizzati agli alunni delle scuole di secondo grado e agli operatori scolastici e saranno costituiti da laboratori scientifici interattivi. Fasi del percorso: • Esplorazione dei vissuti personali sugli stili di vita: domande aperte, consegna opuscoli informativi, diagnosi motivazionale • Analisi dei percorsi decisionali (fattori protettivi e fattori di rischio): somministrazione test, diagramma disponibilità al cambiamento, bilancia decisionale, • Approfondimento espressivo: ecogramma relazionale •Contrattazione dell'obiettivo di salute: gruppo info-educativo di primo livello •Precisazione dell'obiettivo di salute: Gruppo info-educativo di secondo livello
Nome attività	**Promuovere l'attività fisica**
Periodo	Secondo e terzo trimestre
Descrizione	Incrementare le opportunità per svolgere attività fisica nei giovani, con attenzione al coinvolgimento dei soggetti con minori risorse economiche ed opportunità sociali realizzando un coordinamento di società ed enti di promozione sportiva presenti nel territorio Censire percorsi motori (piste ciclabili, percorsi escursionistici) attivi sul territorio. Censire iniziative in corso. Facilitare l'iscrizione dei giovani a società sportive e palestre. Organizzare gruppi di cammino per ragazzi e famiglie. Promuovere percorsi motori organizzati dalla scuola

	anche in orario extrascolastico.
Nome attività	**Alimentazione e salute**
Periodo	Secondo e terzo trimestre
Descrizione	Incrementare le conoscenze e le scelte di consumo consapevoli in tema di sana alimentazione Gli adolescenti spesso adottano scelte e maturano convinzioni in campo alimentare squilibrate od estreme. Attraverso la valorizzazione del concetto di "benessere e cura di se", mediato dall'attività fisica, e facilitato da contesti favorevoli, anche informali che stimolino una partecipazione attiva degli adolescenti e con l'ausilio di educatori attivi in vari ambiti (insegnanti, istruttori sportivi, operatori sanitari territoriali, peer territoriali), si cercherà di orientare a comportamenti salutari anche dal punto di vista alimentare (regolarità dei pasti, consumo di frutta e verdura, limitazione dell'alcool, ecc). Si realizzeranno specifici percorsi info-educativi destinati agli studenti per affrontare le relazioni fra il comportamento alimentare, gusti, tradizioni, e corporeità con l'obiettivo di favorire la consapevolezza delle proprie scelte in ambito alimentare.
Nome attività	**Prevenzione del fumo sigaretta e del consumo e abuso di alcol**
Periodo	Secondo e terzo trimestre
Descrizione	Incrementare la consapevolezza dei danni provocati da fumo e alcol, con la possibilità di sperimentare opportunità per l'abbandono delle sigarette e delle bevande alcoliche. La media nazionale di ragazzi che consuma almeno una bevanda alcolica alla settimana è pari al 16%(HBSC), come la % di coloro che dichiarano di fumare almeno 1 volta durante la settimana è del 7% HBSC). A fronte di questi dati, l'obiettivo specifico può essere orientato su quinque principali linee di azione: 1) promuovere nelle scuole l'adesione ai programmi educativi efficaci 2) sperimentare i percorsi info-educativi 3) attivare nelle scuole l'educazione tra pari. 4) gruppi per smettere di fumare destinati al personale della scuola docente e non docente.
Obiettivo 3	**Coinvolgere i giovani delle scuole in attività di promozione del benessere psicofisico con iniziative all'interno della scuola e in contesti informali**
Nome attività	**Educazione tra pari**
periodo	Secondo e terzo trimestre
descrizione	La formazione dei pari è un processo che favorisce il potenziamento delle risorse personali e dell'autostima nei ragazzi, nonché lo sviluppo delle loro competenze socio-relazionali. A fronte di questa formazione specifica si prevede di organizzare le seguenti attività : 1)un'iniziativa

	d'Istituto durante l'anno scolastico 2) un'azione informativa rivolta ai genitori 3) un'attività dedicata ad uno degli stili di vita con la collaborazione tra la scuola il territorio.
Nome attività	**Gestione amministrativo-contabile**
periodo	Secondo e terzo trimestre
descrizione	La raccolta della documentazione amministrativa e contabile è finalizzata alla rendicontazione e alla corretta valutazione delle attività del progetto svolto tramite stesura di reports intermedi e finali. Attività di monitoraggio e valutazione
Obiettivo 4	**Sviluppare ricerche e programmi operativi continuativi nel tempo (inseriti ad es. nell'attività scolastica curricolare).**
periodo	terzo trimestre
descrizione	Inserire programmi educativi sugli stili di vita nell'attività scolastica curriculare ed estendere gli interventi di prevenzione alla popolazione con particolare riguardo alle fasce a rischio per la salute (fumatori, obesi, diabetici, pazienti oncologici in fase di remissione)

Strumenti di valutazione intermedi e/o finali

Attività	**Tipologia degli strumenti**
Costruire una rete territoriale	questionari, discussioni, ricerche, relazioni e/o cartelloni illustrativi,
Percorsi info-educativi	questionari, discussioni, ricerche, relazioni e/o cartelloni illustrativi,
Promuovere l'attività fisica	questionari, discussioni, ricerche, relazioni e/o cartelloni illustrativi,
Alimentazione e salute	questionari, discussioni, ricerche, relazioni e/o cartelloni illustrativi,
Prevenzione del fumo sigaretta e del consumo e	questionari, discussioni, ricerche, relazioni e/o cartelloni illustrativi,
Educazione tra pari	questionari, discussioni, ricerche, relazioni e/o cartelloni illustrativi,
Gestione amministrativo-contabile	report di rendicontazione
Monitoraggio e valutazione Sviluppo di ricerche e programmi continuativi nel tempo	report dei risultati ottenuti delibere del consiglio d'istituto e del consiglio dei docenti

Target:

Utenti intermedi :

1. **N° 2 operatori della LILT per ogni sezione provinciale partner**
2. **N° 4 docenti per ogni scuola selezionata**

Utenti finali

- **480 studenti di età compresa tra i 12 e i 18 anni.**

Bibliografia

Centers for Disease Control and Prevention. (2014). Youth Risk Behavior Surveillance - United States, 2013.

Dahlgren, G., & Whitehead, M. (1991). *Policies and strategies to promote social equity in health. Background document to WHO - Strategy paper for Europe* (Arbetsrapport No. 2007:14). Institute for Futures Studies. Retrieved from https://ideas.repec.org/p/hhs/ifswps/2007_014.html

Prochaska, J. O., & DiClemente, C. C. (1982). Transtheoretical therapy: Toward a more integrative model of change. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, *19*(3), 276–288. http://doi.org/10.1037/h0088437

WHO | World Health Organization. (n.d.). Retrieved February 11, 2015, from http://www.who.int/mental_health/prevention/suicide/country_reports/en/

In fede,

Il Presidente della Sezione Provinciale

LEGA ITALIANA PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI
Sezione di Campobasso
Cod. Fisc.: 91020290703

Firma

Il Responsabile del Progetto

Firma

Luogo e Data Termoli 30/11/15