

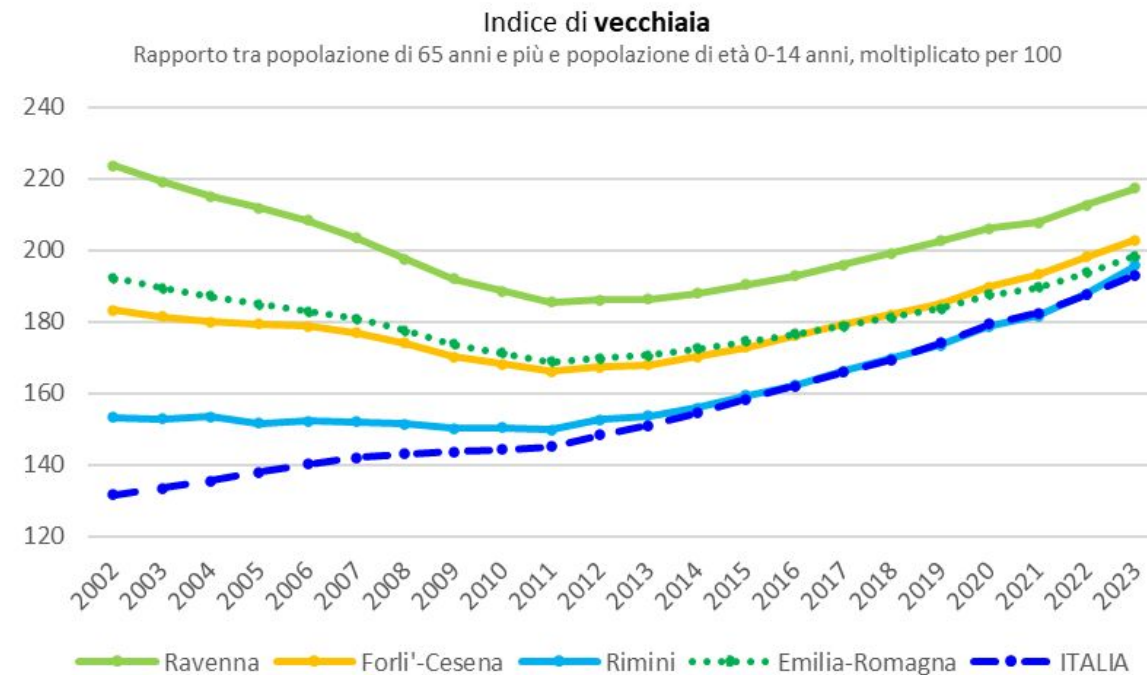
23.04.2024 - ATTIVITÀ DI PROMOZIONE DELLA SALUTE DEL DIPARTIMENTO DI SANITÀ PUBBLICA

OGGETTO DELLA CONFERENZA STAMPA

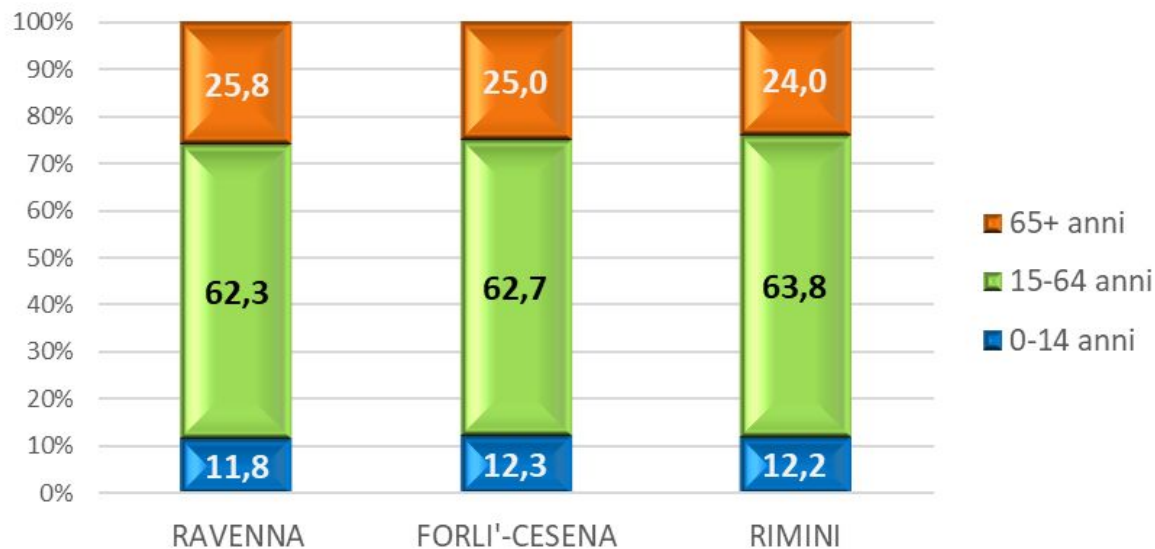
Presentazione delle strategie di promozione della salute e dell'offerta di interventi per il supporto al cambiamento dello stile di vita in applicazione del Piano regionale della Prevenzione.

Popolazione Ausl Romagna e indicatori demografici

	0-14 anni	15-64 anni	65+ anni	Totale
RAVENNA	46000	242277	100425	388702
FORLI'-CESENA	48.263	246.650	98.321	393234
RIMINI	41.606	217.981	81.850	341437
<i>Ausl Romagna</i>	<i>135869</i>	<i>706908</i>	<i>280596</i>	<i>1123373</i>



Composizione della popolazione residente al 1° gennaio 2023



Circa 40 anziani ogni
100 adulti in età attiva
(15-64 anni)

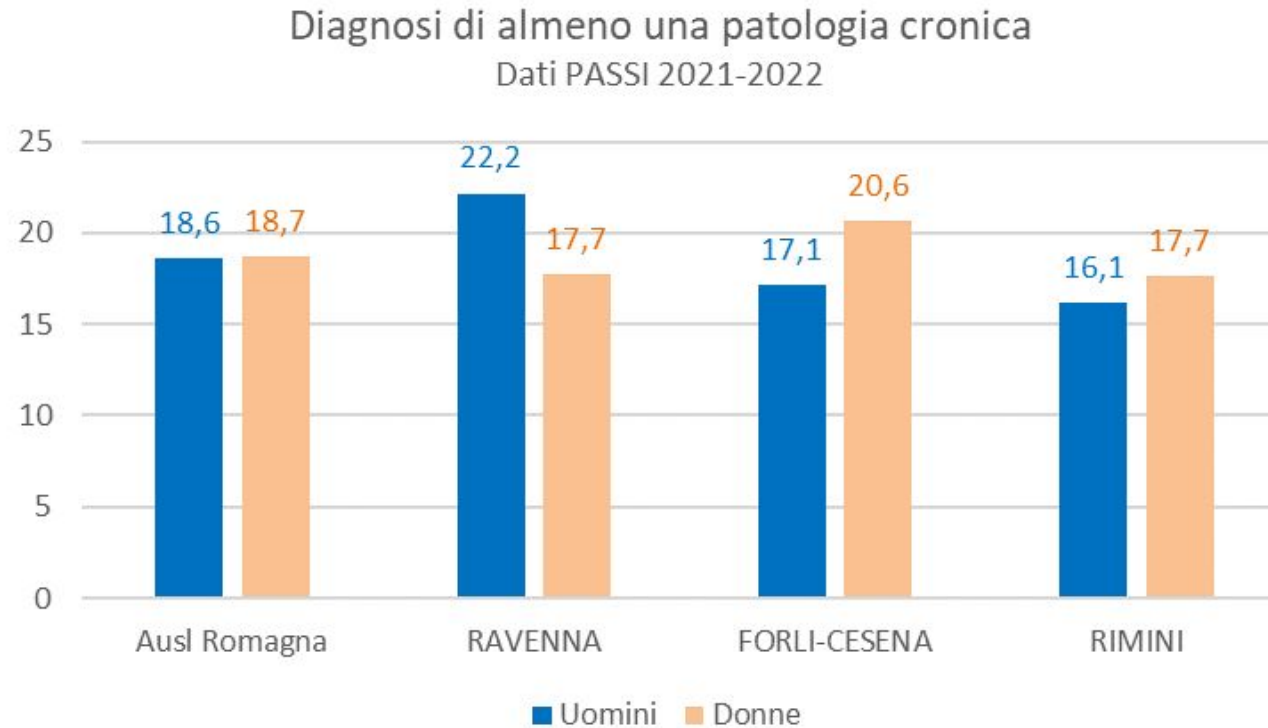
Circa 200 anziani ogni
100 bambini (0-14
anni)



Sorveglianza nazionale **PASSI** (Interviste anni 2021-22)

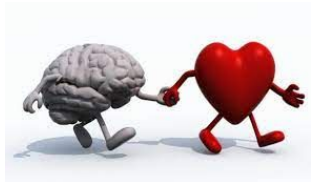


Diagnosi di almeno una malattia cronica

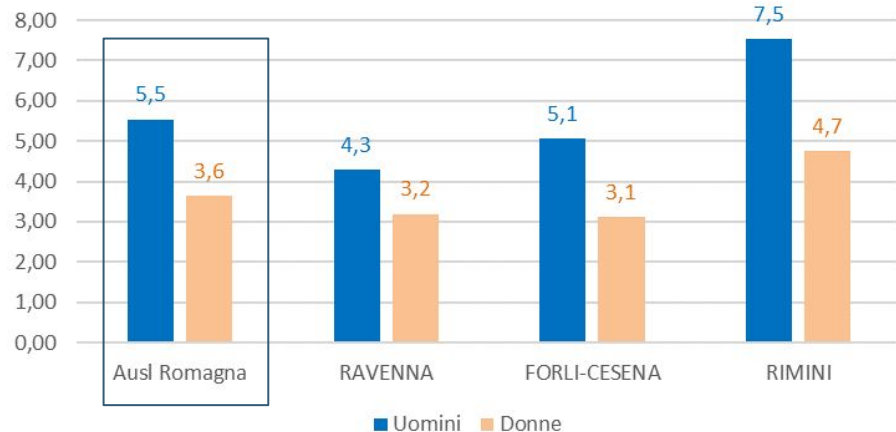


Sorveglianza nazionale **PASSI** (Interviste anni 2021-22)

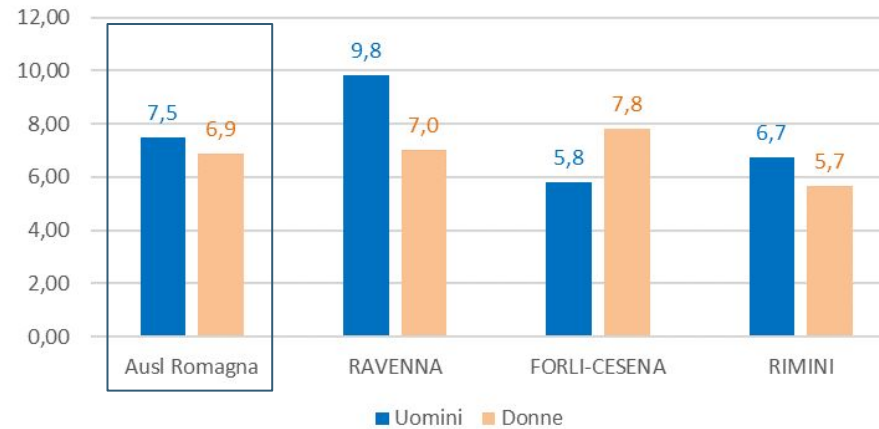
Prevalenza delle diverse malattie croniche in AUSL Romagna



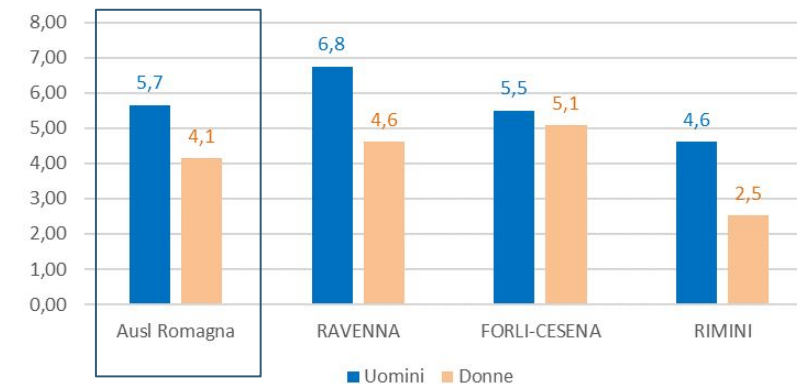
Diagnosi di diagnosi di malattia cardio- cerebrovascolare cronica
Dati PASSI 2021-2022



Diagnosi di diagnosi di malattia cronica respiratoria
Dati PASSI 2021-2022



Diagnosi di diabete
Dati PASSI 2021-2022



Oltre il 50% delle cause di morte sono il risultato dei seguenti fattori di rischio:

Ipertensione

Fumo di tabacco

Elevato consumo di alcol

Elevato colesterolo nel sangue

Sovrappeso

Scarso consumo di frutta e verdura

Scarsa Attività Fisica



OMS 2005

NON BASTA SAPERE CHE QUALCOSA FA BENE PER CAMBIARE.... **COSA STIAMO FACENDO?**

- Collaborazione con specialisti e MMG per fare in modo che **la proposta al cambiamento degli stili di vita raggiunga sempre di più i pazienti.**
- **Supporto ad operatori e pazienti evidenziando e diffondendo attraverso diversi canali (sito, volantini, mail) le opportunità presenti sul territorio per migliorare il proprio stile di vita** (percorsi ciclo-pedonali, palestre all'aperto, gruppi di cammino, palestre che promuovono salute, occasioni per movimento e corretta alimentazione...)



NON BASTA SAPERE CHE QUALCOSA FA BENE PER CAMBIARE.... **COSA STIAMO FACENDO?**

Offerta di interventi rivolti a persone con stili di vita a rischio:

□ **Incontri di gruppo**

□ **percorsi di presa in carico** della durata di diversi mesi per contrastare sovrappeso e obesità lieve e abitudine al fumo

DOVE?



Principalmente presso le Case della Comunità dell'Azienda USL ma anche in altri contesti dei Comuni della Romagna in collaborazione con enti istituzionali e terzo settore

SU COSA CI STIAMO CONCENTRANDO?



**ATTIVITÀ FISICA E
CONTRASTO ALLA
SEDENTARIETÀ**



**DISASSUEFAZIONE
DA FUMO**



**EDUCAZIONE PER
UNA SANA
ALIMENTAZIONE**



**PREVENZIONE
DELLE CADUTE
NELL'ANZIANO**

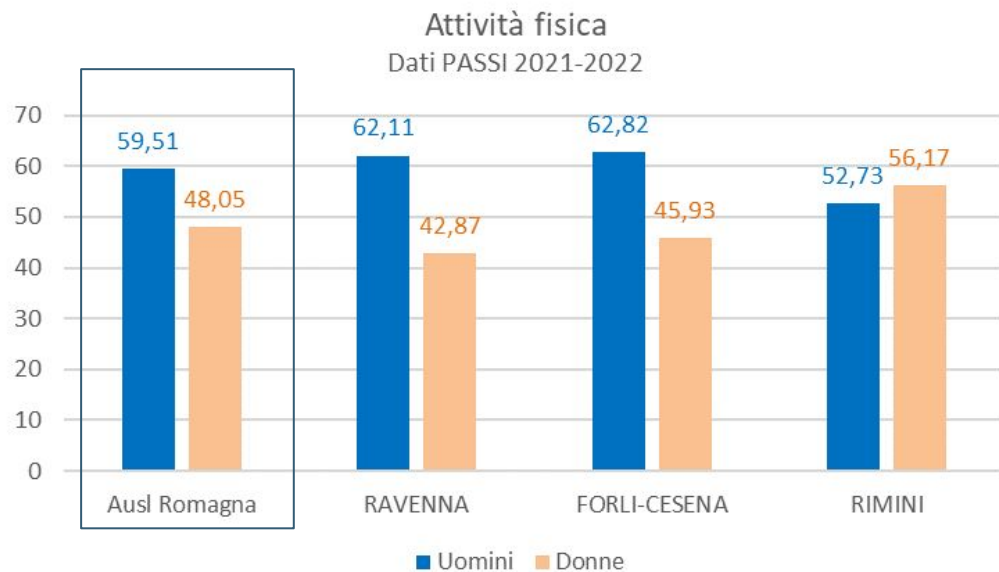
CONTRASTO ALLA SEDENTARIETA'

Sorveglianza nazionale **PASSI** (Interviste anni 2021-22)

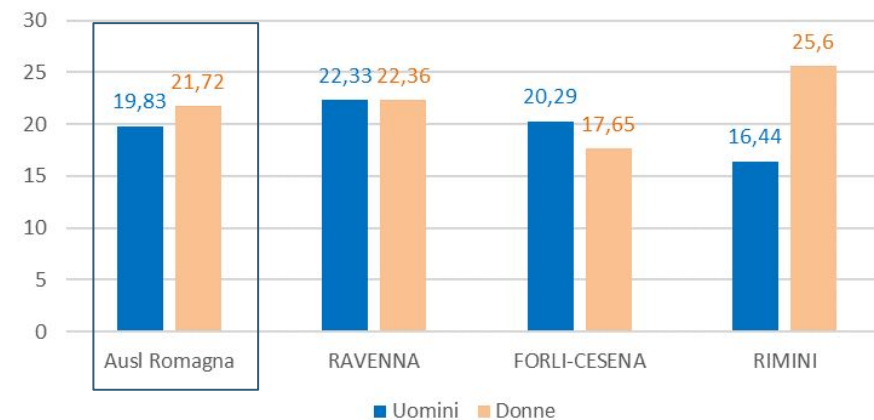


Abbiamo un **buon stile di vita**?

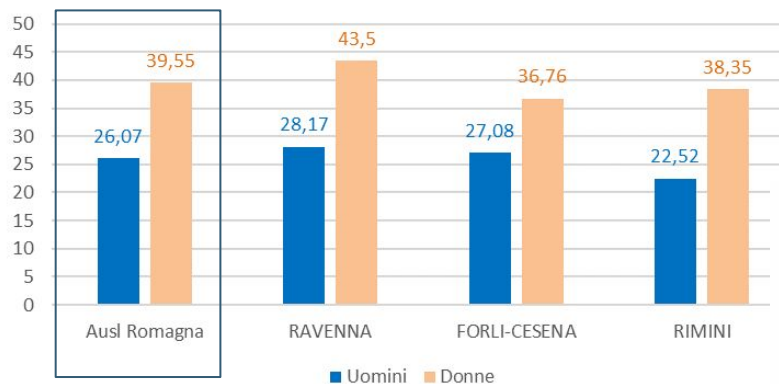
Circa 1 persona su 2 non fa attività fisica adeguata!



Mobilità attiva: uso della bici (spostamenti abituali-no attività sportiva)
Dati PASSI 2021-2022



Mobilità attiva: tragitti a piedi (spostamenti abituali-no attività sport.)
Dati PASSI 2021-2022



GRUPPI DI CAMMINO E CORSI PER CONDUTTORI (WALKING LEADERS)



[In Movimento](#) ▾ [Alimentazione](#) ▾ [Senza Fumo](#) [Materiali](#) ▾ [News](#) [Chi siamo](#)

Cerca..

[Sei in Home](#) > [In Movimento](#) > [Gruppi di cammino](#)

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA ROMAGNA

Gruppi di cammino

Muoversi, in compagnia e in sicurezza con un Gruppo di cammino, è una delle attività più semplici, economiche e divertenti che aiutano restare o ritornare in salute. Inoltre favorisce la socializzazione, strizza l'occhio allo stare bene, non ha praticamente controindicazioni ed è veramente alla portata di tutti. Infine, è un buon metodo per rimanere in forma!



Ad oggi sono attivi in Romagna 61 gruppi di cammino e sono tutti consultabili nel sito della mappa della salute regionale.



Mappa della Salute



Forlimpopoli Cammina

- Piazza Antonio Fratti
Forlimpopoli
- Mercoledì ore 20:30
Incontro di fronte alla rocca
Albornoziana

The map displays a series of walking events across Italy, each represented by a leaf icon. The events are concentrated in the northern and central regions, including areas around Verona, Mantua, Pavia, and Florence. A pop-up window provides specific details for the 'Forlimpopoli Cammina' event, including its location and time. The map also shows major cities and roads across the country.



GRUPPI DI CAMMINO E CORSI PER CONDUTTORI (WALKING LEADERS)

Il Dipartimento di sanità Pubblica supporta i cittadini nell'avvio di nuovi gruppi attraverso l'offerta di Corsi per Walking leaders realizzati sui diversi territori.

Nel 2023 sono già stati formati 187 partecipanti

Prossimi appuntamenti:

11 maggio Faenza

11 maggio San Piero in Bagno

22 maggio Bellaria



Corso di Formazione per Walking Leader

Venerdì 12 Aprile 2024
dalle 14.30 alle 18.00

PER INFO E ISCRIZIONE:

Il corso è aperto a rappresentanti Associazioni e Polisportive ed a tutti i cittadini interessati. E' gratuito ed è previsto un numero massimo di 20 partecipanti.

DOVE:

Casa della Comunità di Bagnacavallo
Via Vittorio Veneto 8, Bagnacavallo

E' richiesta l'iscrizione attraverso:

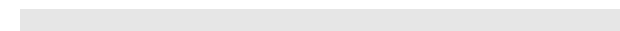
Auser di Bagnacavallo cell. 3462170021
mail: bagnacavallo@auserromagna.it

Spi Cgil Bagnacavallo tel. 0545-61131
mail: antonella.bezzi@er.cgil.it

Per diventare conduttori
di gruppi di cammino
per la salute

Sarà consegnato un attestato di partecipazione al corso: "Walking Leader"

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
www.auslromagna.it



Corso di formazione **GRATUITO**
per diventare conduttori
di Gruppi di Cammino per la salute

02 Marzo 2024 ore 09:00 - 13:00

SEDE: Sala Fellini
Corso Mazzini, 75,
Gambettola



PROGRAMMA DEL CORSO
Sabato 02 Marzo 2024

PROMOZIONE GIORNATE DI MOVIMENTO NEI COMUNI IN COLLABORAZIONE CON ISTITUZIONI E TERZO SETTORE

Momenti di incontro e approfondimento su movimento e sana alimentazione dedicati ai cittadini e offerti da personale qualificato del Dipartimento di Sanità Pubblica



PROSSIMI EVENTI DI PROMOZIONE DELLA SALUTE NELLE CASE DELLA COMUNITÀ



ATTIVITA' MOTORIA

muoviAMOci a ... Rocca San Casciano	09 MAGGIO 2024
muoviAMOci a ... Mercato Saraceno	23 MAGGIO 2024
muoviaAMOci a ... Gatteo	13 GIUGNO 2024
muoviaAMOci a ... Predappio	27 GIUGNO 2024



ALIMENTAZIONE

il Carrello della Salute a Rocca San Casciano	11 MAGGIO 2024
il Carrello della Salute a Mercato Saraceno	18 MAGGIO 2024
il Carrello della Salute a Predappio	25 MAGGIO 2024
Occhio all'etichetta a Gatteo	1 GIUGNO 2024



Gli incontri sono gratuiti e aperti a tutta la cittadinanza e sono condotti da operatori dell'Ausl Romagna
Per informazioni e iscrizioni

Ambito di Cesena: 3381046285 o promosalute.ce@auslromagna.it

Ambito di Forlì: 3311371209 o promosalute.fo@auslromagna.it

INCONTRI DI GRUPPO SUL MOVIMENTO NELLE CASE DELLA COMUNITÀ: «UN PASSO ALLA VOLTA»



- ❖ Giornata dedicata al movimento
- ❖ Evento gratuito
- ❖ Inizia con una parte teorica in aula e poi una parte pratica all'esterno
- ❖ Il percorso è delineato dai Tecnici dell'Attività Motoria
- ❖ Dedicato a pazienti con Pre-Diabete, Diabete e Sindrome Metabolica

Nel 2023 sono stati organizzati:

9 incontri 200 partecipanti prov RA

9 incontri 153 partecipanti prov FO-CE

7 incontri 340 partecipanti prov RN

**Un passo
alla volta**

Muoviamoci insieme
scoprendo l'importanza
del movimento



l'incontro sarà tenuto dai Tecnici dell'Attività Motoria
del Dipartimento di Sanità Pubblica

Incontri con la popolazione durante manifestazioni dedicate allo sport



Prossimi appuntamenti:

25/26 maggio 2024 “C’è Sport e Benessere”

1 giugno “Rimini Wellness OFF” fuorisalone della Fiera del Fitness

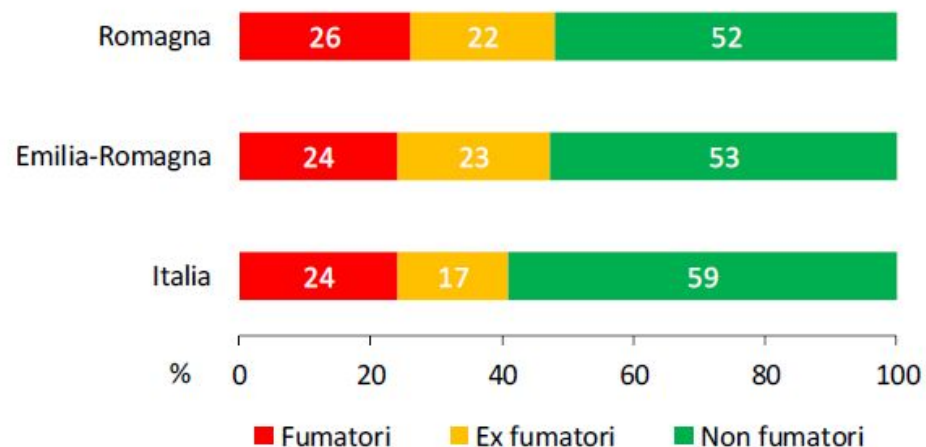
31 maggio/1 giugno 2024 “Adriatico, sull’onda dello sport”

Occasioni di contatto diretto con la popolazione generale di tutte le fasce di età, utile per la promozione delle attività svolte.

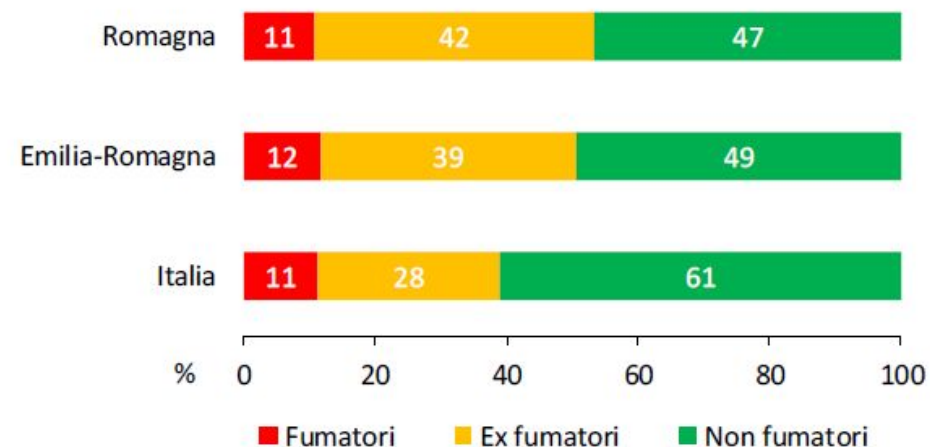
ABITUDINE AL FUMO DI SIGARETTA



Persone con 18-69 anni



Persone con 65 anni e oltre



2,5 persone su 10 FUMANO (Cervia c.a 5486 fumatori)

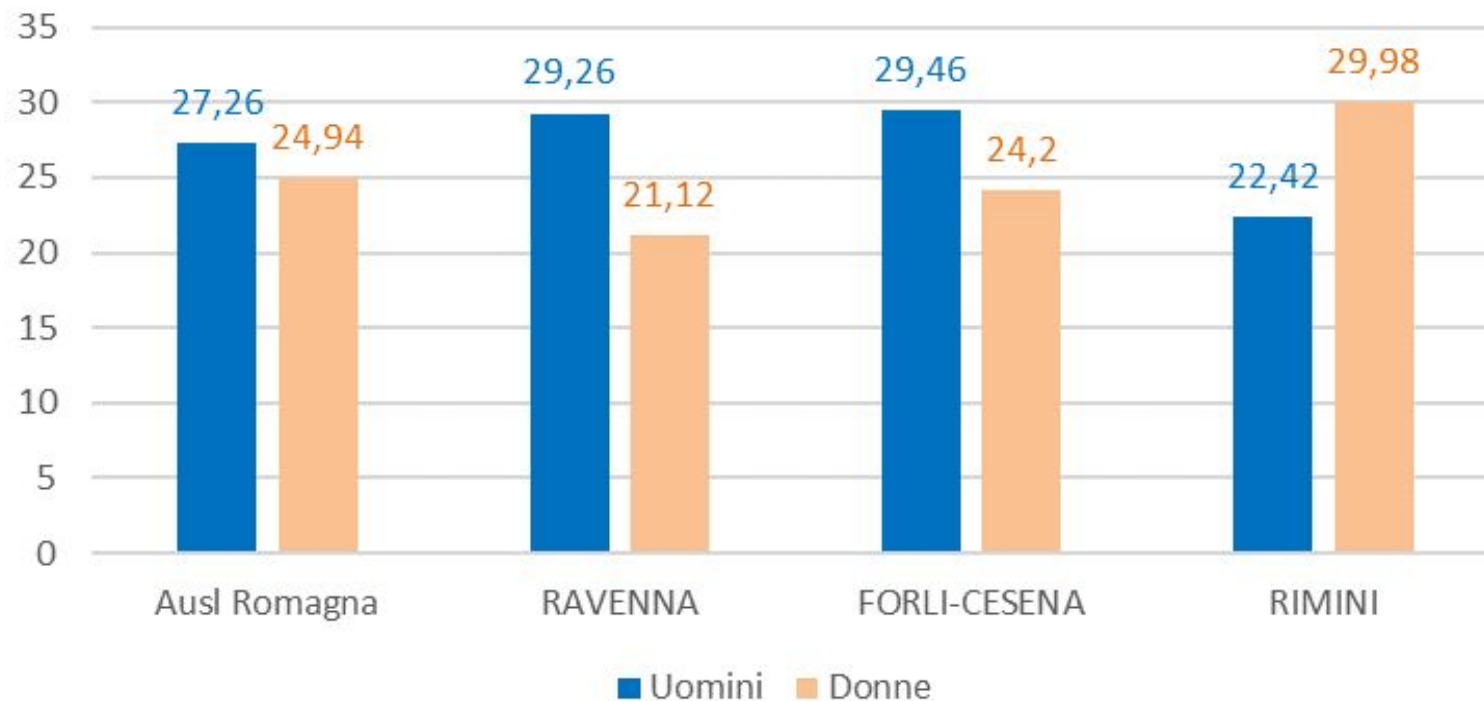
1 persona su 10 FUMA e 4 su 10 hanno fumato

ABITUDINE AL FUMO per genere e provincia

Sorveglianza nazionale **PASSI** (Interviste anni 2021-22)



Abitudine al fumo
Dati PASSI 2021-2022



Maggiore nei
18-24enni
Maggiore
negli uomini
Maggiore nelle persone con
bassa istruzione
Maggiore nelle persone con molte
difficoltà economiche

PERCORSI PER SMETTERE DI FUMARE



Il centro antifumo (CAF) propone percorsi di gruppo il cui obiettivo è liberare il fumatore dalla dipendenza da nicotina. Le prestazioni erogate sono gratuite e portate avanti in prospettiva di multidisciplinarietà coinvolgendo un Medico Igienista, una psicologa, una assistente sanitaria e una dietista

Il corso prevede una fase intensiva e una fase di follow up e dura in totale 12 mesi e utilizza il metodo cognitivo-comportamentale. I controlli periodici hanno funzione di sostegno, supporto e prevenzione di eventuali ricadute.

- ❑ Nella provincia di Ravenna è gestito dal Servizio di Igiene Pubblica (nel 2023 sono stati attivati 8 corsi per un totale di 95 partecipanti)
- ❑ Nelle provincie di Forlì Cesena e Rimini è gestito dal SERD

PERCORSI PER SMETTERE DI FUMARE



Mapa della salute regionale
<https://www.mappadellasalute.it/>

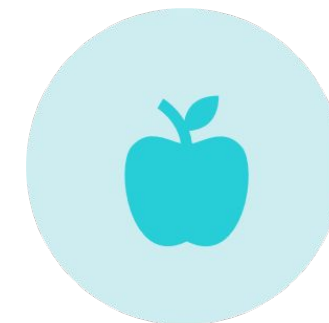


**Non mandare
tutto in fumo**

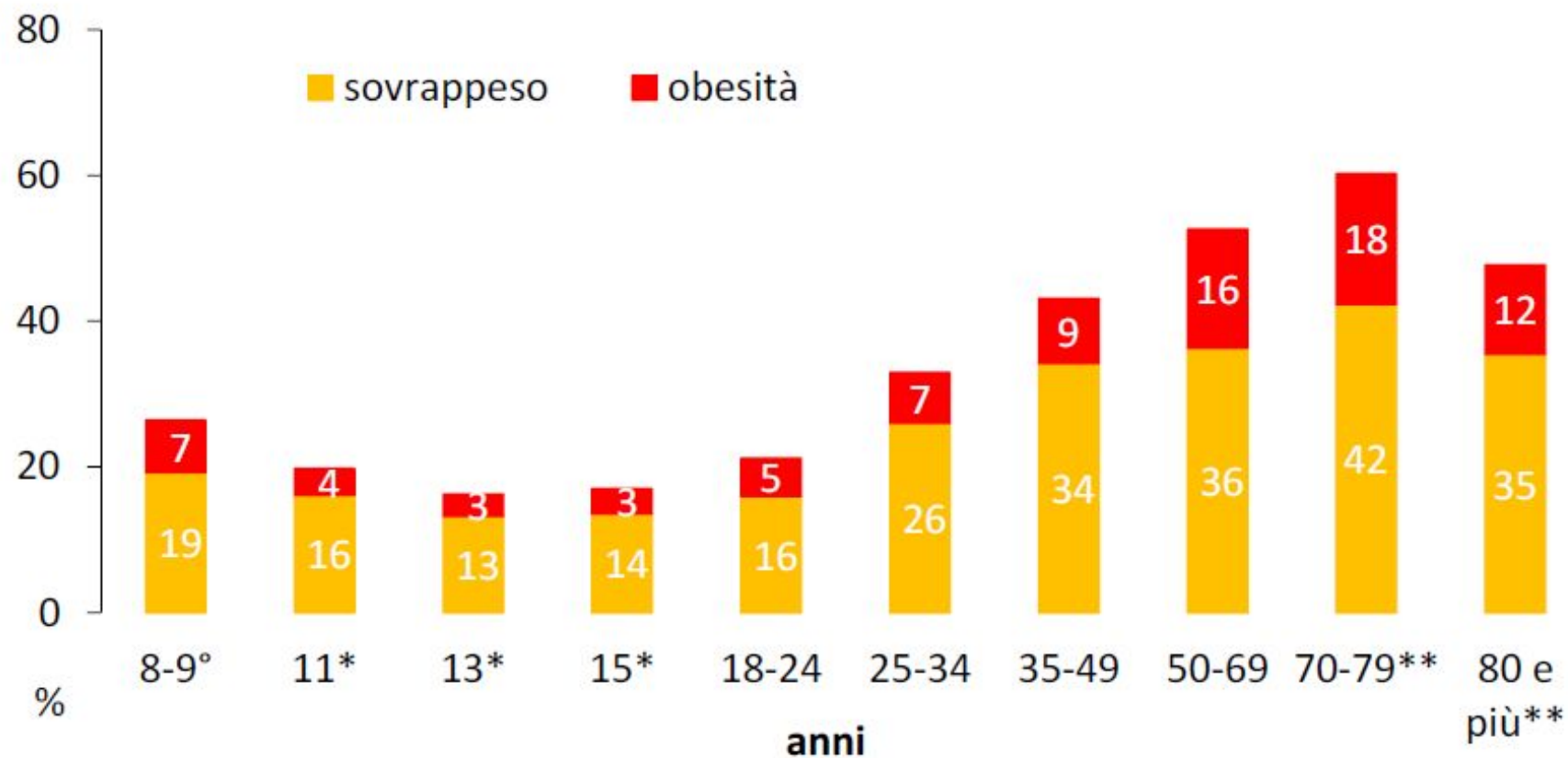
Evita comportamenti che mettono a rischio la tua salute



EDUCAZIONE SANA ALIMENTAZIONE



Emilia-Romagna



Dati OKKio alla salute 2019°,



HBSC 2022*,



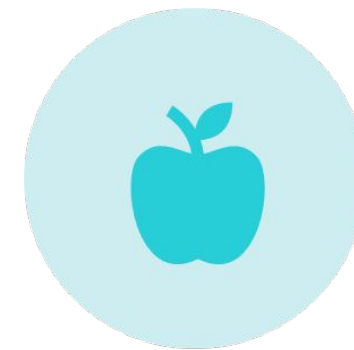
PASSI 2021-2022,



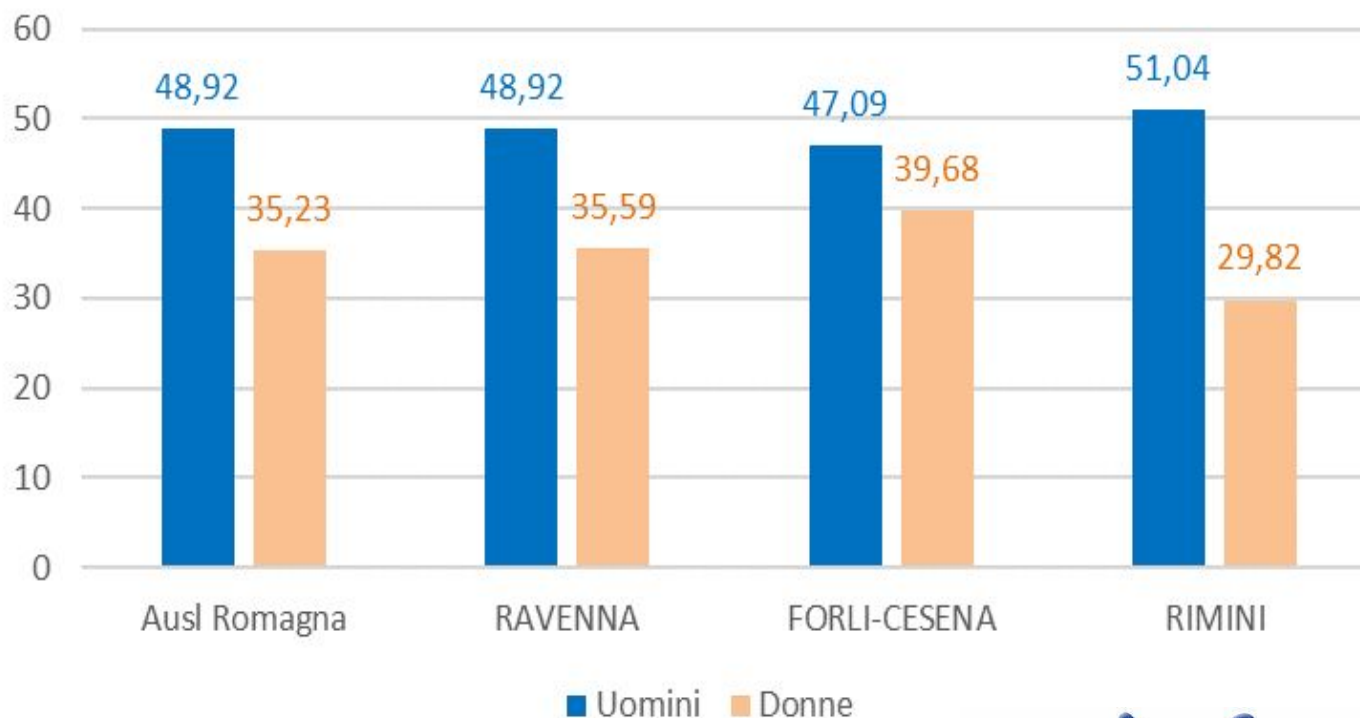
PASSI d'Argento 2021-2022**

ECCESSO PONDERALE per genere e provincia AUSL

Sorveglianza nazionale **PASSI** (Interviste anni 2021-22)



Eccesso ponderale
Dati PASSI 2021-2022

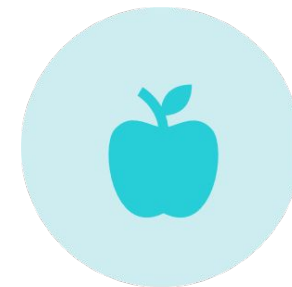


- Maggiore nei 18-24enni
- Maggiore negli uomini
- Maggiore nelle persone con bassa istruzione
- Maggiore nelle persone con difficoltà economiche
- Maggiore negli stranieri



ALIMENTAZIONE SALUTARE: IL CARRELLO DELLA SALUTE

- ❖ Eventi tematici sull'alimentazione
- ❖ Gratuiti
- ❖ Rivolte a persone con Pre-Diabete, Diabete e Sindrome metabolica
- ❖ All'interno delle CDC



Nel 2023 sono stati organizzati:

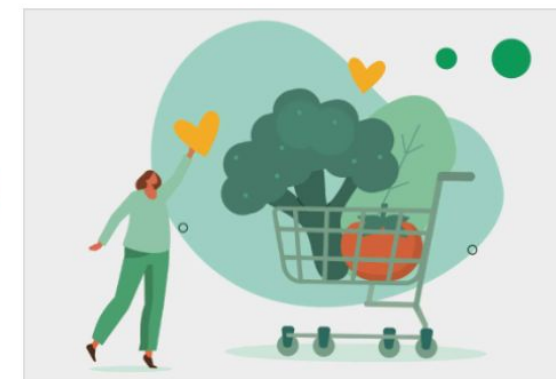
15 incontri 300 partecipanti prov RA

9 incontri 143 partecipanti prov FO-CE

12 incontri 340 partecipanti prov RN

Il Carrello della Salute

Impariamo a fare la spesa
insieme riempiendo il
carrello in maniera
gustosa e salutare!



L'incontro sarà condotto da Dietisti e Assistenti Sanitari del Dipartimento di Sanità Pubblica

Ricette in Tavola

HUMMUS DI CECI CON VERDURE A PINZIMONIO

INGREDIENTI PER 4 persone:

CECI GIÀ COTTI - 300 gr
SALSA TAHINA* - 1 cucchiaino
SUCCO DI LIMONE - mezzo limone
PREZZEMOLO FRESCO - 1 rametto, q.b.
CIPOLLA DI TROPEA - mezza cipolla
Sale, pepe q.b.
Olio extravergine di oliva q.b.



Procedimento:

Passare tutto al mixer aggiungendo poco alla volta l'acqua di cottura dei ceci, aggiustando di pepe e sale. È possibile aggiungere spezie e aromi come il cumino, faggio, la curcuma per insaporire a piacere.

*La tahina si può acquistare già pronta, oppure farla in casa. Per prepararla occorrono semi di sesamo e olio extravergine di oliva. Tostare i semi di sesamo in padella (circa 50 gr), lasciarli raffreddare, poi frullarli insieme all'olio (2-3 cucchiai) fino ad ottenere una crema di semi di sesamo. Coprendo il composto con olio extravergine di oliva, si può conservare in frigorifero qualche settimana. L'hummus è pronto per essere consumato con del pizimonio di verdure tagliate a bastoncino.

HUMMUS DI CECI E BARBABIETOLE ROSSE

INGREDIENTI PER 4 persone:

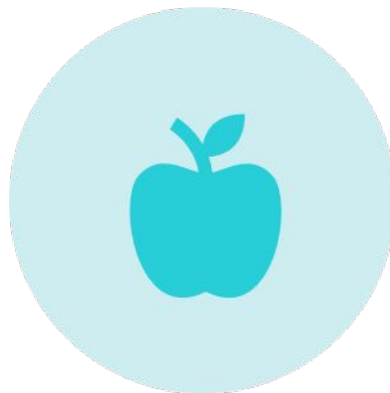
BARBABIETOLE PRECOTTE - 250gr
CECI GIÀ COTTI - 100gr
SALSA TAHINA - 1 cucchiaino
Sale q.b.
Olio extravergine di oliva q.b.
Cumino q.b.
Succo di limone q.b.



Procedimento:

La preparazione dell'hummus di barbabietola è facilissima e veloce. Tagliate le barbabietole precotte a pezzetti e mettetele in una ciotola. Scolate i ceci dalla loro scatola e aggiungeteli, infine inserite anche il succo di limone, la salsa tahina, il sale e il cumino. Cominciate a frullare il tutto, e per ottenere la consistenza giusta, aggiungete un filo d'olio extravergine di oliva o in alternativa un goccio d'acqua, così da ammorbidire il composto. Assaggiate per testare la consistenza e aggiustate di sale se necessario. Potete anche aggiungere del prezzemolo tritato, della paprika, o se vi piace, del peperoncino. Servite la vostra salsa hummus con dei crostini di pane al forno o con delle verdure a pizimonio.

LABORATORI DI CUCINA SALUTARE



Organizzati nei diversi Distretti in collaborazione con il personale delle Case della Comunità e terzo settore

CROSTINO CON ZUCCA E SEMI DI GIRASOLE

INGREDIENTI PER 4 persone:

ZUCCA - 300 gr
PANE PER CROSTINI - 1 filoncino
SEMI DI GIRASOLE q.b.
Rosmarino fresco q.b.
Olio evo, pepe, sale fino q.b.



Procedimento:

Eliminare la buccia dalla zucca, poi tagliarla a dadini, disporli in una teglia ricoperta con carta forno e cospargere con olio, rosmarino e un pizzico di sale, cuocere in forno a 180° per 30 minuti.

Tagliare il pane per fare i crostini, tostare in forno a 170° per 3-4 minuti

Farcire le fette di pane con i dadini di zucca, semi di girasole (o altri semi oleosi a piacere), olio extravergine di oliva e pepe.

POLPETTE DI LEGUMI

INGREDIENTI PER 4 persone:

CECI - 1 scatola grande da 250 gr
FAGIOLI CANELLINI - 1 scatola grande da 250 gr
UOVA - 1
PANE COMUNE FERRARESE - 250 gr
PANGRATTATO - 250 gr
curcuma mezzo vasetto
prezzemolo fresco una manciata



Procedimento:

Frullare i ceci e i fagioli con il liquido presente nella scatola. Aggiungere le uova, il pangrattato, la curcuma e mescolare tutto. A parte tritare con la mezzaluna o coltello il prezzemolo fine e mescolarlo al composto. Formare delle palline con le mani e disporle in una teglia sulla carta da forno. Infornare per 180°C per 20 minuti a forno statico.

ALIMENTAZIONE SALUTARE- PERCORSI



BAMBINO Presa in carico obesità in età evolutiva

ADULTO Presa in carico adulto con sovrappeso e
obesità

Presa in carico del bambino con sovrappeso/obesità

Destinatari : minori (0-18 aa) con obesità non complicata non rispondente al trattamento di 1° livello (counseling PLS/MMG)

PROFESSIONISTI COINVOLTI: team multidisciplinare composto da: Medico dello sport, dietista, Psicologo. A breve inserimento della figura del TAM

MODALITÀ DI ACCESSO E DURATA DEL PERCORSO: **Su segnalazione dei Pediatri o Medici di Medicina Generale** - Il percorso ha una durata media di 18 mesi (con possibilità di prosecuzione) e prevede 1 visita con medico e dietista e successivi 8-10 controlli (alcuni solo con dietista, altri con dietista+medico)

AMBULATORI ATTIVI: i team sono presenti sugli ambiti:

1 sede ambito Rimini: Colosseo // sede ambito Forlì-Cesena- Casa della Comunità - Forlimpopoli // 2 sedi ambito Ravenna: CMP- Ravenna, Casa della Comunità- Faenza Centro Nord (c/o La Filanda)

ACCESSI AVVENUTI NEL 2023




Ambito Rimini: n°63 - Ambito Forlì-Cesena: n° 63 - Ambito di Ravenna: n° 62




Percorsi di gruppo della durata di 12 mesi, con partenza periodica su tutto il territorio aziendale

Attivi a Ravenna Lugo
Forlimpopoli
Morciano


Nel 2023 sono stati arruolati c.a 50 pazienti




**Percorso Preventivo
Diagnostico Terapeutico Assistenziale (PPDTA)
del sovrappeso/obesità nell'adulto
PRIMO LIVELLO**



Per ulteriori informazioni sulle opportunità offerte dal territorio,
visita il sito www.mappadellasalute.it
Troverai tante iniziative proprio vicino a casa tua!



Mappa della Salute



12 mesi per metterti in gioco

- 1 **PRIMA VISITA** dove parleremo della tua salute e delle tue abitudini in merito ad alimentazione e attività fisica e valuteremo alcuni parametri (peso - altezza)
- 2 **INCONTRI INDIVIDUALI** con personale esperto per individuare l'attività motoria adatta ai tuoi bisogni
- 3 **ATTIVITA' DI GRUPPO:** incontri mensili con personale esperto: medici, assistenti sanitari, dietista, chinesiologo e psicologo
- 4 **LABORATORI DI CUCINA** con tante ricette da poter riproporre in famiglia e con gli amici
- 5 **INCONTRI INDIVIDUALI** periodici per sostenerti nel percorso

Il tuo medico ti ha proposto questo percorso?
Ecco cosa faremo insieme!

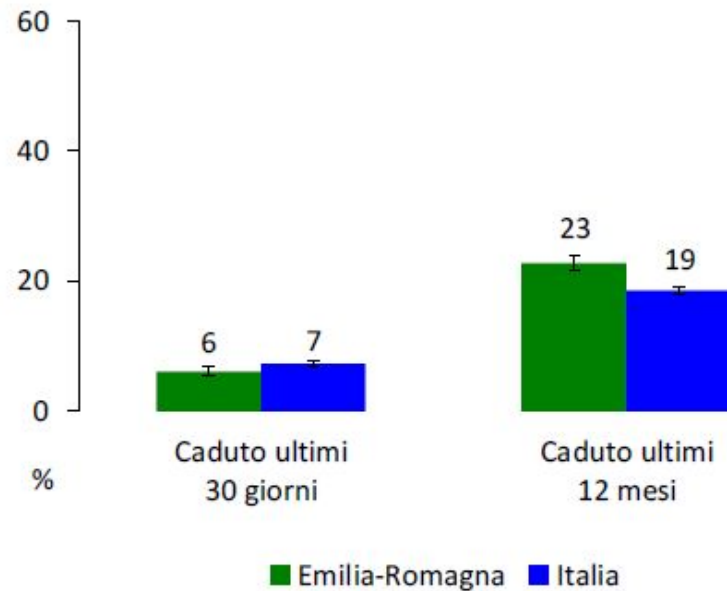
Per **informazioni** contattaci al numero 3346705941 dal lunedì al venerdì dalle ore 09.00 alle re 12.00

Primo livello: Afferiscono adulti in **sovrappeso (BMI 25-29.9)** o **obesi non complicati (BMI 30-37)**

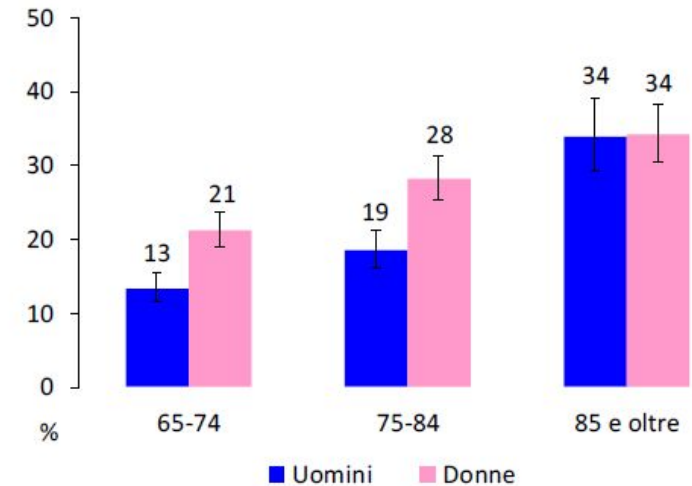
Cadute anziani



Cadute tra gli ultra 64enni Emilia-Romagna e Italia 2018-2021



Caduti nei 12 mesi precedenti l'intervista per genere e classe d'età, Emilia-Romagna 2018-2021



PREVENZIONE CADUTE NELL'ANZIANO



Corsi per prevenzione cadute



Incontri di sensibilizzazione e
diffusione materiali informativi

CORSI PER MIGLIORAMENTO DELL'EQUILIBRIO, PREVENZIONE E CONTRASTO DELLE CADUTE NELLE CASE DELLA COMUNITA'

CARATTERISTICHE

- 4 CASE DI COMUNITA' (CASTEL BOLOGNESE, RUSSI, FUSIGNANO, COTIGNOLA)
- 9 CORSI ATTIVATI DA DICEMBRE 2023
- 78 PARTECIPANTI OVER 65 RECLUTATI NELLE CDC

EQUILIBRIO E FORZA

Programma OTAGO



[PROGRAMMA OTAGO PDF ONLINE](#)

Sessione di 30 minuti da eseguire in autonomia

Prevenzione delle cadute nell'anziano

Riscaldamento
Forza
Equilibrio
Stretching

Graduale aumento della difficoltà

Come?

- Con appoggio/senza appoggio
- Occhi aperti/occhi chiusi

4

I corsi sono gratuiti, 1 ora a settimana per 6 settimane , in gruppi di 8-10 pazienti insieme ad un tecnico dell'attività motoria.

Esercizi di rinforzo muscolare a carico naturale, esercizi per migliorare l'equilibrio, esercizi per aumentare la flessibilità e la mobilità articolare, esercizi di respirazione.

INTERVENTI A SOSTEGNO DEL CAMBIAMENTO DELLO STILE DI VITA

Prossimità

Gratuità

Equità

- Offerta di prestazioni (principalmente di gruppo) **strutturate e gratuite** rivolte ai cittadini e/o pazienti come opportunità per il cambiamento degli stili di vita.
- Accessibili anche direttamente su richiesta del cittadino
- Offerte da personale qualificato (Medici, Dietisti, Tecnici dell'Attività Motoria, Assistenti Sanitari, Infermieri, Psicologi di Comunità...)

DOVE REPERIRE LE INFORMAZIONI?



Sito internet Aziendale



Mappa della salute regionale
<https://www.mappadellasalute.it/>



COSTRUIAMO
SALUTE

IL PIANO DELLA PREVENZIONE 2021-2025
DELLA REGIONE EMILIA-ROMAGNA

GRAZIE PER L'ATTENZIONE

Promosalute.ra@asulromagna.it

Promosalute.rn@auslromagna.it

promosalute.ce@auslromagna.it

promosalute.fo@auslromagna.it