

**La promozione degli stili di vita negli accordi della Medicina Generale.**

Mauro Brusa - Distretto di Casale M.to (AL). 0142 434.507 – mbrusa@aslal.it Medico. Resp. Struttura Semplice “Promozione della Salute e Medicina d’Iniziativa” ASL AL.

Co-autore - Roberto Stura. Medico – Direttore Distretto di Casale M.to - ASL AL

L'adozione di stili di vita salutari può contribuire a prevenire tra il 40-60% delle malattie croniche, contrastando evoluzione/complicanze e riducendo la spesa sanitaria. Il Programma Nazionale “Guadagnare Salute – rendere facili le scelte salutari” (2007) ha indicato i principali stili di vita: fumo di tabacco, alcol, attività fisica, alimentazione. In Piemonte i Piani della Prevenzione, a partire dal 2014, hanno previsto azioni su questi aspetti. Le indagini documentano da tempo l'importanza dei consigli sugli stili di vita dati dagli operatori sanitari, mentre i dati PASSI (18-69 anni) in Piemonte evidenziano che sono una pratica ancora poco diffusa: 50% sul fumo, 6% su alcol e 33% su attività fisica (dati 2022). Su questo fronte ASL AL, fin dal 2013, ha inserito negli Accordi Aziendali per la Medicina Generale, tra le attività previste dagli Accordi Regionali (Art. 9 AIR) per le Equipres Territoriali dei medici di medicina generale (MMG), i progetti fumo (dal 2013 al 2016), alcol (2017 e 2018) e attività fisica (2023-2024).

**Obiettivi**

- 1) Promuovere gli stili di vita tra gli assistiti del MMG;
- 2) Favorire integrazione e sinergia tra i MMG e le risorse del territorio per favorire stili di vita salutari (Servizi sanitari, Gruppi e Associazioni);
- 3) Sperimentare con i MMG un intervento di counselling breve sugli stili di vita degli assistiti.

All'avvio del progetto (2013) è stato organizzato in ogni sede distrettuale un corso di formazione ECM per i MMG sulla dipendenza da fumo di tabacco e sui principi del counselling breve. In particolare sull'efficacia delle prime 3 A (ask, advise, assess) dell'intervento clinico “minimo” del MMG raccomandato per tutti gli assistiti.

Di conseguenza, anche per alcol, alimentazione e attività fisica, l'intervento del MMG si fonda su: 1) chiedere al paziente informazioni sul suo stile di vita; 2) stimare la sua disponibilità al cambiamento; 3) fornire indicazioni e avvertenze in forma breve e personalizzata. Per la conduzione dell'intervento è stata predisposta una scheda-report al fine di : a) guidare il medico per ottimizzare i tempi e standardizzare l'intervento; b) raccogliere e analizzare i dati; c) attestare la partecipazione al progetto del MMG. Indicatore di risultato: il n° minimo di interventi del MMG con i suoi pazienti previsti dagli accordi aziendali.

Nella ASL AL i MMG sono passati da circa 350 nel 2013 a circa 280 nel 2024. Il n° minimo di interventi di counselling richiesti è passato da 12 nel 2013 a 10 dal 2014. Di seguito sono riportati i dati sulla partecipazione dei MMG e le percentuali di assistiti coinvolti.

|                     | Fumo (2013) | Fumo (2014) | Fumo (2015) | Fumo (2016) | Alcol (2013) | Alcol (2013) |
|---------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|
| MMG coinvolti       | 57%         | 62%         | 65%         | 49%         | 56%          | 56%          |
| Assistiti coinvolti | 2807        | 2400        | 2500        | 1900        | 2184         | 2148         |

L'inserimento di progetti sugli stili di vita negli Accordi Aziendali della Medicina Generale ha permesso di raggiungere numeri significativi di assistiti, rispetto ad altri progetti gestiti direttamente da operatori dell'ASL AL. Rispetto al coinvolgimento dei MMG, mai superiore al 65%, si segnala che tra quanti parteciparono alla formazione del 2013 (circa 1/3) l'adesione al progetto fu dell'85%. La partecipazione può essere migliorata anche utilizzando come momenti informativi e di coinvolgimento le riunioni di equipe dei MMG (ad elevata presenza). In conclusione questi progetti sono una buona opportunità per diffondere tra i MMG la pratica dell' intervento di counselling sugli stili di vita, affinché diventi un “intervento professionale” abituale.