STRATEGIE PER LA PREVENZIONE E LA PROMOZIONE DELLA SALUTE

Esiti del Percorso Formativo Regionale 2024

ATTIVITA' FISICA E MOVIMENTO

Regione Lombardia

Questo documento raccoglie la sintesi di esperienze e approfondimenti esito del percorso regionale di Formazione "**Attività fisica e movimento**" svoltosi nel 2024, che ha visto coinvolti i seguenti gruppi di lavoro:

Edizione ATS Bergamo:

Elena Bertolini, Lia Calloni, Rossella Costantino, Cristiana Dante, Alessandro De Bernardis, Silvia Diotti, Elisa Farchi, Franca Frazzi, Antonio Frizziero, Laura Galessi, Daniela Luigia Invernizzi, Maurizio Lazzari, Alessandra Maffioletti, Franco Martinoni, Clara Melis, Emanuela Mollo, Giulia Parisi, Andrea Pinna, Roberta Severgnini, Angelamaria Sibilano, Zaira Telini, Alice Terzi, Mariangela Tomasetto, Marina Tunici

Edizione ATS Brescia:

Daria Andreoli, Laura Antonelli, Anna Rosa Arieti, Giulia Berlinghieri, Marta Bettini, Marina Bocca, Roberto Bosoni, Luca Bresciani, Beatrice Engheben, Samantha Fabiani, Laura Ferrari, Ivana Flotta, Elena Lameri, Patrizia Lizzari, Marco Maffolini, Monica Marmentini, Erika Melzani Mino, Giorgia Milani, Andrea Moretti, Sonia Pelamatti, Sandro Poggio, Anna Maria Rocco, Laura Rugagotti, Maria Vizzardi, Vanessa Zanoni, Sara Zerbini

Edizione ATS Brianza:

Irene Maria Banfi, Elisa Borsani, Angelo Butera, Luigi Camerlingo, Maria Canelli, Marina Casati, Enrico Cazzaniga, Silvia Celada, Francesca Colombo, Marika De Nisco, Romualdo Grande, Antonella Grassi, Lisa Agnieszka Impagliazzo, Maddalena Izzo, Francesca Mannoni, Alessia Marelli, Paolo Maria Mirata, Irene Savino, Silvia Angela Sozzi, Lorella Vicari, Valeria Vilmercati, Christel Zambon

Referenti territoriali:

Laura Ferrari, Giulia Parisi, Irene Savino

Coordinamento Regionale:

Anita Cocina, Paola Ghilotti, Martina Giampaolo, Francesca Mercuri, Federica Vairelli

Con l'obiettivo di:

- condividere lo stato dell'arte delle azioni implementate a livello locale;

- condividere i principali documenti tecnici e di programmazione sul tema del movimento e definizione delle macroaree di riferimento in accordo con gli obiettivi regionali del PRP;

- condividere linee guida/strumenti per l'individuazione di obiettivi e azioni prioritarie per ciascun laboratorio ATS/ASST;

- individuare le aree di miglioramento e possibili azioni per i laboratori ATS/ASST;

- condividere gli strumenti e le strategie di mappatura territoriale dell'offerta di attività fisica e/o movimento per individuare elementi di efficacia e sostenibilità.

SOMMARIO

INTRODUZIONE **4**

1 I DOCUMENTI DI INDIRIZZO: UNA GUIDA PER LA PROGRAMMAZIONE 6

1.1 Il Piano d'Azione Globale per Promuovere l'Attività Fisica 2018 -2030, Organizzazione Mondiale della Sanità 6

1.2 Le Linee di Indirizzo sull'Attività Fisica per le Differenti Fasce d'Età e con Riferimento a Situazioni Fisiologiche e Fisiopatologiche e a Sottogruppi Specifici di Popolazione 2019, Ministero della Salute 10

1.3 Linee di Indirizzo sull'Attività Fisica. Revisione delle raccomandazioni per le differenti fasce d'età e situazioni fisiologiche e nuove raccomandazioni per specifiche patologie 2021, Ministero della Salute 11

2 ELEMENTI TRASVERSALI DI ATTENZIONE PER LA PROGRAMMAZIONE E LA PROGETTAZIONE 13

3 STRUMENTI DI MAPPATURA DELL'OFFERTA DI ATTIVITÀ FISICA E MOVIMENTO 15

4 IL COINVOLGIMENTO DEGLI STAKEHOLDER TERRITORIALI NELLA PROMOZIONE DELL'ATTIVITÀ FISICA E DEL MOVIMENTO 16

4.1 La mappa degli stakeholder 16

CONCLUSIONI 19

ALLEGATI 20

INTRODUZIONE

L'attività fisica e il movimento sono essenziali per uno sviluppo equilibrato degli individui, indipendentemente dall'età o dalle condizioni di salute e costituiscono un fattore protettivo fondamentale per mantenere uno stato di benessere generale, prevenire le malattie croniche non trasmissibili (MCNT) e rafforzare il capitale di salute di ciascuno. In questo contesto, il Programma Predefinito 2 “Comunità attive” del Piano Regionale Prevenzione 2021-2025, in linea con gli obiettivi del Piano Nazionale Prevenzione 2020-2025, ha come obiettivo la promozione di stili di vita sani e attivi in tutte le età e tra diversi gruppi target, contribuendo così alla prevenzione e al contrasto delle MCNT. In particolare, il programma prevede interventi mirati alla creazione di ambienti favorevoli alla promozione dell'attività fisica, strutturati secondo la logica del ciclo di vita e supportati da attività di comunicazione, informazione e formazione destinate sia alla popolazione che agli operatori sanitari.

L'iniziativa formativa “Attività fisica e movimento”, organizzata nel territorio della Regione Lombardia, si inserisce in questo quadro di riferimento. Come previsto dal piano formativo del PRP 2021-2025, l'evento si inserisce in un percorso destinato a operatori di vari settori (sanitari e non), con l’obiettivo di aumentare le conoscenze, le competenze e la consapevolezza in merito alla promozione del movimento nelle comunità locali, oltre a favorire l’individuazione di buone pratiche e strategie attuabili.

L’edizione 2024, i cui esiti sono oggetto del presente documento, è stata realizzata in continuità con il percorso formativo sul campo avviato nella precedente annualità.

La prima edizione di tale percorso, avviata nel corso del 2022, ha permesso di condividere tra i partecipanti afferenti ai territori delle 8 ATS Lombarde la cornice strategica e gli obiettivi del PP2, le prime ipotesi di applicazione territoriale di esperienze internazionali validate, azioni già in essere sul territorio lombardo e, infine, gli elementi utili (soggetti, struttura, obiettivi ecc.) per la costituzione di laboratori territoriali permanenti per la promozione di attività e movimento. Quest’ultimi elementi, in particolare, sono stati successivamente inseriti all’interno di specifici atti e documenti programmatori (DGR 7758/2023), divenendo le basi per la costituzione e la formalizzazione nel 2023 dei laboratori locali ATS e ASST per la promozione di attività fisica e movimento in tutte le diverse realtà territoriali, così come indicato dal PRP 2021-2025.

L’edizione 2023 della formazione sul campo si è posta l’obiettivo di coinvolgere le figure dei coordinatori dei nascenti laboratori locali (ATS e ASST), oltre che eventuali attori attivi su tale tema, al fine di rafforzare il patrimonio di conoscenze e di approcci sviluppati nei diversi contesti locali, nonché individuare in modo partecipato elementi di coerenza a livello regionale. La formazione è stata anche occasione per conoscere le esperienze e i programmi attuati in altre Regioni in tema di attività fisica mettendoli a confronto con le iniziative lombarde nei diversi territori.

L’edizione 2024 è stata riservata ai Coordinatori dei Laboratori permanenti delle ATS e ASST, nonché a operatori con ruoli intermedi all'interno delle stesse strutture e a operatori di ATS coinvolti nei Laboratori.

Il percorso formativo mirava a favorire il confronto tra le realtà territoriali per sviluppare una maggiore conoscenza e consapevolezza sull'importanza dell'attività fisica e del movimento, condividendo strumenti utili per promuovere uno stile di vita sano e attivo.

Gli incontri hanno fornito un momento di sintesi e confronto su quanto in corso localmente, focalizzando l’attenzione sulla condivisione di diversi aspetti cruciali per il miglioramento delle attività nei Laboratori delle ATS e ASST. Il percorso ha preso avvio dall’approfondimento dei principali documenti tecnici e di programmazione relativi al tema dell’attività fisica e movimento che sono stati

proposti quali linee guida e strumenti per rileggere le attività in corso e individuare obiettivi e azioni prioritarie. Inoltre, sono state analizzate le strategie di mappatura territoriale attuate per il censimento dell'offerta di attività fisica e movimento per identificare elementi di efficacia e sostenibilità da condividere. Infine, sono stati proposti elementi di analisi del ruolo e del coinvolgimento degli stakeholder territoriali nella realizzazione di azioni che possano effettivamente avere impatto e sostenibilità sul territorio.

L'evento formativo è stato articolato in tre edizioni parallele, organizzate rispettivamente dalle ATS di Bergamo, Brescia e Brianza in modo da raccogliere i partecipanti provenienti dai diversi territori lombardi; gli incontri sono stati realizzati adottando una metodologia attiva che ha permesso il confronto tra i partecipanti. Ogni edizione ha previsto 2 incontri di una giornata, inoltre, è stata realizzata una giornata di lavoro in plenaria con i partecipanti di tutte e tre le edizioni, realizzata presso ATS Bergamo. La plenaria è stata l'occasione per condividere gli elementi più significativi emersi durante il percorso e per un aggiornamento sui lavori del Gruppo Regionale Palestre della Salute. Il Gruppo Regionale è stato costituito nel 2024 per la predisposizione del le linee guida per il riconoscimento delle "Palestre Per La Salute" di cui al d.lgs n. 36/2021.

All'interno del presente documento verranno delineati gli esiti del percorso formativo.

Nello specifico, nella prima parte saranno sintetizzati i principali documenti di riferimento sul tema dell'attività fisica e del movimento che sono stati il punto di partenza per un lavoro di sintesi e analisi delle azioni territoriali intorno al tema. I tre documenti presi in considerazione sono:

- il Piano d'Azione Globale per l'Attività Fisica 2018-2030 con il quale l'Organizzazione Mondiale della Salute ha risposto alla richiesta dei governi di avere linee guida aggiornate sulle politiche efficaci per aumentare l'attività fisica in tutta la popolazione e, specialmente, nei gruppi più a rischio di inattività fisica e di sedentarietà, come le donne adulte e adolescenti;

- le Linee di Indirizzo sull'Attività Fisica elaborate dal Tavolo di lavoro intersettoriale per la promozione dell'attività fisica e la tutela della salute nelle attività sportive istituito nel 2019 dal Ministro della Salute e riviste nel 2021, che si collocano in continuità con il Piano dell'OMS sui livelli raccomandati di attività fisica;

- il Piano Regionale Prevenzione 2021-2025.

In seguito, si illustreranno alcune aree di miglioramento individuate dal confronto tra quanto emerso dai gruppi e i documenti di riferimento. In particolare, ci si propone di prestare maggior attenzione ad azioni trasversali che considerino l'attività fisica come strumento strategico per diversi target e setting e azioni orientate all'equità come indicato dal PRP 20-25, azioni di comunicazione e marketing sociale, azioni orientate all'urban health e alle attività outdoor.

Nella seconda parte saranno presentati gli esiti delle analisi delle strategie e gli strumenti di mappatura AFA ed EFA per il censimento georeferenziato previsto dagli indirizzi di Programmazione del SSR 2024. Saranno sintetizzati osservazioni e spunti emersi dal confronto sulle modalità che ogni ATS ha utilizzato.

Infine, si considereranno le strategie di coinvolgimento degli stakeholders territoriali attivi sul tema della promozione del movimento e possibili modalità di coinvolgimento in eventuali proposte ed attività.

1 I DOCUMENTI DI INDIRIZZO: UNA GUIDA PER LA PROGRAMMAZIONE

Lo Staff Regionale, in collaborazione con i referenti individuati dalle ATS Bergamo, ATS Brescia e ATS Brianza, ha messo a disposizione delle griglie di sintesi dei principali documenti di riferimento sulla promozione dell'attività fisica e del movimento strutturate. Le griglie sono state la base per una rilettura critica dell'attività territoriale e lo spunto per un confronto costruttivo in ottica di ampliamento e miglioramento della programmazione all'interno dei Laboratori Permanenti.
I documenti considerati sono il Piano d'Azione Globale per promuovere l'attività fisica 2018 -2030 (OMS), le Linee di Indirizzo sull'Attività Fisica (Ministero della Salute) e i documenti regionali.
Il Piano d'Azione Globale dell'OMS è stato schematizzato secondo i quattro Obiettivi Strategici che individua e suddiviso secondo le azioni politiche multidimensionali e le azioni proposte per gli stakeholder.
Le Linee di indirizzo del Ministero della Salute sono state schematizzate a partire dagli Obiettivi Strategici individuati nel documento OMS, suddividendo le diverse azioni per setting di intervento (scuola, luoghi di lavoro, comunità e sociosanitario) e target di riferimento (bambini, ragazzi, adulti, anziani e gruppi specifici).
Per quanto riguarda i documenti regionali, a partire dai Progetti presentati durante gli eventi formativi 2022 e 2023 è stata schematizzata una griglia contenente titolo del progetto, descrizione e obiettivi di intervento, tipo di prevenzione, setting, target e stakeholder coinvolti.
Dunque, a partire dall'analisi dei documenti internazionali, nazionali e regionali si è proceduto con la costruzione di uno strumento di sintesi in cui poter collocare Progetti, Programmi e Azioni nelle diverse aree individuate. Il Gruppo di Lavoro ha proposto, pertanto, una griglia finale con l'obiettivo di aiutare i professionisti della salute a declinare e integrare Piano d'Azione Globale OMS, Linee di Indirizzo del Ministero con Documenti Regionali e le Buone Pratiche Territoriali.
Le griglie sono riportate in allegato.

Questo strumento vuole essere una guida per dare coerenza e direzione alla programmazione, favorendo l'analisi puntuale delle azioni e consentendo anche una visione più ampia rispetto alla collocazione della specifica azione in un disegno di programmazione più articolato che consideri tutte le dimensioni in campo.
I partecipanti, chiamati a valutare lo strumento proposto, hanno messo in luce numerosi punti di forza: lo strumento è risultato chiaro, completo e facilmente fruibile da parte di tutte le figure professionali per poter ottenere una visione generale del proprio territorio ed individuare le eventuali aree scoperte al fine di programmare attività mirate per target e setting, a partire dagli obiettivi internazionali e nazionali.
È stato suggerito l'inserimento di una colonna che definisca i ruoli e le figure professionali coinvolte per ogni specifica azione. La maggiore criticità risulta essere la difficoltà nel coinvolgimento e coordinamento degli interlocutori.

Di seguito una sintesi dei documenti messi a disposizione.

1.1 Il Piano d'Azione Globale per Promuovere l'Attività Fisica 2018 -2030, Organizzazione Mondiale della Sanità

Link al documento originale: https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/272722/9789241514187-eng.pdf?sequence=1

Link alla traduzione italiana a cura di UISP: https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/272722/9789241514187-ita.pdf

Il Piano d'Azione Globale per promuovere l'attività fisica è la risposta dell'Organizzazione Mondiale della Salute alla richiesta dei governi di avere linee guida aggiornate sulle politiche più efficaci per accrescere l'attività fisica praticata dalla popolazione e, specialmente, dai gruppi più a rischio di sedentarietà, come le donne adulte e gli adolescenti. Le disparità nella partecipazione all'attività fisica per età, sesso, disabilità, gravidanza, status socioeconomico e geografia riflettono limitazioni e disuguaglianze. L'attuazione di questo piano d'azione considera esplicitamente i bisogni nelle diverse fasi del ciclo di vita, diversi livelli di attività e abilità con una priorità nell'affrontare le disparità e ridurre le disuguaglianze. Con questo documento, l'OMS si allinea quindi agli obiettivi di sviluppo sostenibile (Sustainable Development Goals, SDG) dell'Agenda 2030, adottata con la Risoluzione dell'Assemblea Generale dell'ONU il 25 settembre 2015, stabilendo l'obiettivo di ridurre del 15% la sedentarietà entro il 2030.
Il Piano d'Azione Globale stabilisce pertanto quattro obiettivi strategici raggiungibili attraverso 20 azioni universalmente applicabili a tutti i Paesi, riconoscendo ad ognuno la sua specificità, e quindi, un diverso punto di partenza nei propri sforzi per ridurre i livelli di inattività fisica e i comportamenti sedentari. Per tale motivo, il piano dell'OMS dichiara in più punti di non voler proporre un'unica linea di intervento per promuovere l'attività fisica, ma che gli interventi e le azioni descritte sono da adattare alle caratteristiche, ai bisogni dei singoli Paesi e ai risultati già raggiunti in questo ambito. L'attuazione di un approccio sistemico richiede a ciascun Paese di identificare una combinazione strategica di risposte per l'attuazione a breve termine, a medio termine e a più lungo termine, selezionandole in base al contesto del Paese e adattandole alle esigenze dei territori.

Obiettivo Strategico 1 - Creare società attive

Per questo obiettivo sono state proposte quattro azioni che mirano a promuovere norme e comportamenti sociali positivi e un cambio di paradigma in tutta la società attraverso la conoscenza, la comprensione, e la maggior consapevolezza sui molteplici benefici dell'attività fisica regolare, in base alle capacità di ciascun individuo e all'età.

Azione 1.1 Implementare campagne di comunicazione sulle best practice, collegate a programmi basati sulla comunità, per aumentare la consapevolezza, la conoscenza e la comprensione dei molteplici benefici per la salute di un'attività fisica regolare e un comportamento meno sedentario, secondo le capacità, per il benessere individuale, familiare e della collettività.

Azione 1.2 Condurre campagne di livello nazionale e di comunità per migliorare la consapevolezza, la comprensione e l'apprezzamento dei co-benefici sociali, economici e ambientali dell'attività fisica, in particolare camminare di più, usare la bicicletta e altre forme di mobilità che comportano l'uso di ruote (compresi sedie a rotelle, scooter e pattini) e quindi dare un significativo contributo al raggiungimento della Agenda 2030 per lo Sviluppo Sostenibile.

Azione 1.3 Attuare iniziative regolari di partecipazione di massa in spazi pubblici, coinvolgendo intere comunità, per offrire accesso piacevole, conveniente e gratuito a esperienze socialmente e culturalmente appropriate di attività fisica.

Azione 1.4 Rafforzare la formazione e l'aggiornamento di professionisti, all'interno e all'esterno del settore sanitario, per aumentare le conoscenze e le competenze relative ai loro ruoli e contributi nel creare opportunità inclusive ed eque per una società attiva inclusi ma non solo i settori: trasporti, pianificazione urbana, istruzione, turismo e ricreazione, sport e fitness, nonché gruppi di base e organizzazioni della società civile.

Obiettivo Strategico 2 - Creare ambienti di vita attivi

Le cinque azioni politiche riguardano la necessità di creare spazi e luoghi di sostegno che promuovano e tutelino i diritti di tutte le persone, di tutte le età e abilità, per avere un accesso equo a luoghi e spazi sicuri nelle loro città e comunità in cui possano impegnarsi in regolare attività fisica.

Azione 2.1 Rafforzare l'integrazione delle politiche di pianificazione urbana e dei trasporti per dare priorità ai principi di uso, a tutti i livelli di governo, per creare quartieri altamente collegati per consentire e promuovere lo spostamento a piedi, in bicicletta, altre forme di mobilità che comportano l'uso di ruote (comprese sedie a rotelle, scooter e pattini) e l'uso del trasporto pubblico, nelle comunità urbane, periurbane e rurali.

Azione 2.2 Migliorare il servizio offerto dalla rete infrastrutturale pedonale e ciclabile, per consentire e promuovere il cammino, l'andare in bicicletta, altre forme di mobilità su ruota e l'uso del trasporto pubblico nelle comunità urbane, periurbane e rurali, nel rispetto dei principi di sicurezza, accesso universale ed equo da parte di persone di tutte le età e abilità.

Azione 2.3 Accelerare l'attuazione di azioni politiche per migliorare la sicurezza stradale e la sicurezza personale dei pedoni, ciclisti, persone impegnate in altre forme di mobilità che comporta l'uso di ruote e dei passeggeri dei trasporti pubblici, con priorità assegnata alle azioni che riducono il rischio della strada per gli utenti più vulnerabili in conformità con un approccio sistemico alla sicurezza stradale.

Azione 2.4 Rafforzare l'accesso agli spazi verdi e pubblici di buona qualità, alle reti verdi, agli spazi ricreativi (inclusi fiumi e aree costiere) e sportivi attrezzati da parte di tutte le persone, di tutte le età e con diverse abilità nelle comunità urbane, periurbane e rurali, garantendo che la progettazione sia coerente con questi principi di accesso sicuro, universale, adatto agli anziani ed equo con la priorità di ridurre le disuguaglianze.

Azione 2.5 Rafforzare le politiche, le linee guida e i quadri normativi, di progettazione, a i livelli nazionali e subnazionali, a seconda dei casi, per promuovere i servizi pubblici, scuole, assistenza sanitaria, strutture sportive e ricreative, luoghi di lavoro e edilizia popolare progettati per consentire a occupanti e visitatori con diverse abilità di essere fisicamente attivi dentro e nei dintorni degli edifici, e dare priorità all'accesso universale da parte di pedoni, ciclisti e trasporto pubblico.

Obiettivo Strategico 3 – Creare persone attive

L'obiettivo è delineare e aumentare con l'aiuto di sei azioni, i programmi e le opportunità per aiutare comunità, famiglie e individui di tutte le età e abilità ad impegnarsi in attività fisica regolari.

Azione 3.1 Rafforzare l'offerta di educazione fisica di buona qualità e più esperienze positive e opportunità di ricreazione attiva, sport e gioco per ragazze e ragazzi, applicando i principi dell'approccio Whole of School (intero ciclo scolastico) e a tutte le istituzioni scolastiche, materne, primarie, secondarie e istituti d'istruzione terziaria per stabilire e rafforzare la salute nell'arco della vita e l'alfabetizzazione fisica, promovendo la fruizione e la partecipazione all'attività fisica in base alla capacità e alle abilità.

Azione 3.2 Attuare e rafforzare sistemi di valutazione e assistenza del paziente riguardo l'aumento dell'attività fisica e la riduzione del comportamento sedentario, mediante operatori di sanitari sociali e di comunità opportunamente formati, nei servizi sociali e sanitari, primari e secondari come parte

dell'assistenza sanitaria universale, garantendo il coinvolgimento delle comunità e del paziente e collegamenti coordinati con le risorse della comunità, dove necessario.

Azione 3.3 Migliorare l'offerta, e le opportunità per, più programmi e promozione dell'attività fisica nei parchi e in altri ambienti naturali (come spiagge, fiumi e litorali) nonché nei luoghi di lavoro pubblici e privati, nei centri comunitari, nelle strutture ricreative, sportive e nei centri di fede, per sostenere la partecipazione all'attività fisica, da parte di tutte le persone disabili.

Azione 3.4 Migliorare l'offerta e le opportunità di programmi e servizi adeguati su misura volti ad aumentare l'attività fisica e ridurre il comportamento sedentario negli adulti più anziani, in base alle abilità, in contesti chiave come spazi locali e comunitari, strutture sanitarie, sociali e di assistenza a lungo termine, case di riposo e ambienti familiari, per sostenere un invecchiamento attivo.

Azione 3.5 Rafforzare lo sviluppo e l'attuazione di programmi e servizi, attraverso vari settings comunitari, per coinvolgere e aumentarne le opportunità di accesso, nell'attività fisica, i gruppi meno attivi, come identificati da ciascun paese, come ragazze, donne, adulti anziani, comunità rurali e indigene, popolazioni vulnerabili o emarginate, accogliendo i contributi positivi di tutte le persone.

Azione 3.6 Attuare le iniziative per l'intera comunità, a livello di città, paese o comunità, che stimolino l'impegno di tutti gli stakeholder ottimizzando una combinazione di approcci politici, attraverso i diversi settings, per promuovere una maggiore partecipazione all'attività fisica e un ridotto comportamento sedentario da parte di persone di tutte l'età e diverse abilità e, focalizzando sul coinvolgimento, sul co-sviluppo e sul senso di responsabilità delle comunità di base.

Obiettivo Strategico 4 - Creare sistemi attivi

Garantire attraverso cinque azioni gli investimenti necessari per rafforzare il lavoro di gestione e di coordinamento definito a livello internazionale, nazionale e locale al fine di aumentare l'attività fisica e ridurre il comportamento sedentario. Queste azioni riguardano la governance, la leadership, i partenariati multisettoriali, le capacità della forza lavoro, l'advocacy, i sistemi di informazione e i meccanismi di finanziamento in tutti i settori pertinenti.

Azione 4.1 Rafforzare i quadri politici, i sistemi di leadership e di governance, a livello nazionale e subnazionale, per sostenere l'attuazione di azioni volte ad aumentare l'attività fisica e ridurre i comportamenti sedentari, compresi l'impegno multisettoriale e i meccanismi di coordinamento; coerenza delle politiche in tutti i settori; linee guida, raccomandazioni e piani di azione sull'attività fisica e comportamento sedentario per tutte le età; monitoraggio e valutazione dei progressi per rafforzare la responsabilizzazione.

Azione 4.2 Migliorare i sistemi di raccolta dati a livello nazionale e, se del caso, a livello subnazionale, per sostenere: osservazione regolare sull'attività fisica e comportamento sedentario della popolazione di tutte le età e categorie; sviluppo e sperimentazione di nuove tecnologie digitali per rafforzare i sistemi di sorveglianza; sviluppo di sistemi di monitoraggio dei fattori socioculturali e ambientali che determinano l'inattività fisica; regolari monitoraggi multisettoriali e resoconto sull'implementazione delle politiche per assicurare, responsabilità e determinare politiche e pratiche.

Azione 4.3 Rafforzare la capacità di ricerca e valutazione nazionale e istituzionale, e stimolare l'uso delle tecnologie digitali e dell'innovazione per accelerare lo sviluppo e l'attuazione di soluzioni politiche efficaci volte ad aumentare l'attività fisica e ridurre il comportamento sedentario.

Azione 4.4 Incrementare gli sforzi di sensibilizzazione per accrescere la consapevolezza e la conoscenza dell'impegno in un'azione congiunta a livello globale, nazionale e regionale rivolgendosi al pubblico chiave, incluso ma non solo i leader di alto livello, responsabili politici in più settori, media, settore privato, i leader di città e comunità, e la più ampia comunità.

Azione 4.5 Rafforzare i meccanismi di finanziamento per assicurare un'implementazione sostenuta delle azioni nazionali e subnazionali e lo sviluppo di sistemi che supportino lo sviluppo e l'attuazione di politiche volte ad aumentare l'attività fisica e alla riduzione del comportamento sedentario.

1.2 Le Linee di Indirizzo sull'Attività Fisica per le Differenti Fasce d'Età e con Riferimento a Situazioni Fisiologiche e Fisiopatologiche e a Sottogruppi Specifici di Popolazione 2019, Ministero della Salute

Link al documento: https://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_2828_allegato.pdf

Le Linee di Indirizzo del Ministero della Salute si inseriscono a livello internazionale nella cornice delineata dal "Piano d'Azione Globale sull'Attività Fisica 2018-2030" dell'Organizzazione Mondiale della Sanità e dalla Strategia della Regione europea OMS per l'attività fisica 2016-2025 mentre, a livello nazionale, fanno riferimento ai principi definiti dal programma ministeriale Guadagnare Salute e dal Piano Nazionale della Prevenzione (PNP).
Il documento sottolinea la necessità di un approccio strategico life-course e per setting evidenziando l'importanza della collaborazione intersettoriale a livello nazionale, regionale e locale per sviluppare interventi di promozione dell'attività fisica integrata nella vita quotidiana. Il documento rappresenta, quindi, uno strumento pratico non solo per gli operatori sanitari, ma anche per i decisori e gli stakeholder coinvolti a vario titolo nella promozione dell'attività fisica, delineandone competenze e ruoli, in modo che possano progettare e attuare interventi sistematici, basati su una programmazione condivisa. Una delle principali finalità delle Linee di indirizzo è, pertanto, rappresentata dal superamento del carattere settoriale e frammentario che hanno avuto molte delle azioni di prevenzione e promozione della salute intraprese e fornire elementi di policy di sistema e di indirizzo sulle azioni necessarie per incentivare l'attività fisica, puntando all'equità, al superamento delle diseguaglianze e all'inclusione dei soggetti vulnerabili.
Partendo dall'idea che l'attività fisica è importante in tutte le età e che chiunque può praticarla (tenendo ovviamente conto delle diverse esigenze personali), le Linee di indirizzo illustrano i benefici dell'esercizio fisico, le raccomandazioni dell'OMS sui livelli raccomandati e i modi per raggiungerli, passando in rassegna le varie fasi della vita, specifiche situazioni fisiologiche e alcune condizione patologiche in sottogruppi di popolazione:

- bambini e adolescenti
- adulti
- anziani
- donne in gravidanza e allattamento
- bambini affetti da patologie croniche
- persone con disabilità, disagio e disturbo mentale
- persone trapiantate
- persone con diabete mellito di tipo 2
- persone obese
- persone con neoplasie
- donne con carcinoma mammario

Un capitolo è infine dedicato alla formazione per gli operatori sanitari e non sanitari impegnati nella promozione dell'attività fisica. Infatti, come sottolineato nel documento, interventi di formazione comune possono favorire non solo lo sviluppo di competenze, ma anche la conoscenza reciproca, la condivisione dei linguaggi, delle motivazioni, degli obiettivi e il riconoscimento di ruoli e responsabilità.
La promozione dell'attività fisica è una tematica prioritaria che può essere sviluppata in un contesto formativo congiunto, che veda la partecipazione di figure chiave del mondo sanitario e non sanitario. In particolare, l'apprendimento/perfezionamento di competenze comunicativo-relazionali e di counselling può rappresentare una dimensione formativa comune e trasversale per tutti gli operatori impegnati nella promozione dell'attività fisica in contesti di vita diversi e nei confronti di persone con età e condizioni di salute diverse. L'integrazione delle competenze tecnico-scientifiche specifiche del ruolo professionale svolto con le competenze di base del counselling crea le condizioni per interventi anche brevi, condotti in modo strategico e strutturato, considerando la persona nella sua complessità e nella sua specifica motivazione e disponibilità al cambiamento.

1.3 Linee di Indirizzo sull'Attività Fisica. Revisione delle raccomandazioni per le differenti fasce d'età e situazioni fisiologiche e nuove raccomandazioni per specifiche patologie 2021, Ministero della Salute

Link al documento: https://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_3285_allegato.pdf

La Conferenza Stato-Regioni ha approvato il 3 novembre 2021 le "Linee di Indirizzo sull'Attività Fisica. Revisione delle raccomandazioni per le differenti fasce d'età e situazioni fisiologiche e nuove raccomandazioni per specifiche patologie", elaborate dal Tavolo di lavoro intersettoriale per la promozione dell'attività fisica e la tutela della salute nelle attività sportive istituito nel 2019 dal Ministro della Salute.
Il testo aggiorna e integra le precedenti "Linee di indirizzo sull'attività fisica per le differenti fasce d'età e con riferimento a situazioni fisiologiche e fisiopatologiche e a sottogruppi specifici di popolazione" (marzo 2019) e si colloca in continuità con le due linee guida dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) sui livelli raccomandati di attività fisica, rispettivamente, nei bambini fino a quattro anni di età (2019) e nella popolazione da cinque anni in poi (2020).
Le nuove Linee di Indirizzo 2021 indicano i fondamenti per orientare a livello nazionale strategie, interventi e azioni di contrasto ai comportamenti sedentari e per facilitare la pratica di regolare attività fisica, puntando a superare le disuguaglianze attraverso opportunità concrete per tutti, in particolare per i soggetti più vulnerabili. Per raggiungere questi obiettivi e rispondere alle molteplici esigenze della popolazione sono necessarie sia la collaborazione di soggetti istituzionali e non istituzionali sia la promozione e l'utilizzo degli spazi e dei luoghi della vita quotidiana in cui poter praticare attività fisica.
Il documento si pone in linea con il Piano Nazionale della Prevenzione 2020-2025 (PNP), a cui è accomunato dall'approccio strategico life-course e per setting, e ribadisce la necessità di supportare la pratica di attività fisica attraverso un'ampia collaborazione intersettoriale, in modo che azioni adottate nell'ambito di settori differenti si muovano insieme per raggiungere lo stesso obiettivo di salute.
Le Linee di Indirizzo sono rivolte sia ai policy maker impegnati nell'individuazione di strategie per ridurre l'inattività fisica, sia ai professionisti del territorio impegnati in diversi setting (sanitario, del lavoro, della scuola e della comunità), che potranno avvalersi di una trattazione ampia e sfaccettata dei benefici e delle opportunità di promozione dell'attività fisica. Il documento, inoltre, rappresenta un riferimento importante per le Regioni a sostegno della progettazione dei piani di prevenzione

regionali, e per le Istituzioni e le Organizzazioni impegnate nella progettazione di percorsi di formazione superiore sulla promozione dell'attività fisica. Tra queste si colloca l'Istituto Superiore di Sanità, che ha partecipato alla stesura delle Linee di indirizzo del 2019 e del 2021 e che ha tra i suoi compiti principali la formazione dei professionisti del territorio impegnati in attività salute pubblica.

Rispetto alla precedente versione del 2019, nelle nuove Linee di Indirizzo 2021 sono stati aggiornati i livelli raccomandati di attività fisica per la salute nelle diverse fasce di popolazione, sulla base delle linee guida OMS (2019, 2020) e in riferimento a situazioni fisiologiche e patologiche (neoplasie). Inoltre, si approfondisce il tema dell'importanza dell'attività/esercizio fisico nella prevenzione e nella gestione delle principali malattie croniche non trasmissibili (MCNT) quale "strumento terapeutico" necessario per migliorare lo stato di salute fisica e mentale, nonché per garantire un maggiore benessere della popolazione e una migliore qualità della vita.

Sono, infatti, introdotte anche raccomandazioni per persone con:

- malattie cardio-cerebrovascolari
- malattie respiratorie
- patologie psichiatriche

e viene dedicato uno spazio ad hoc all'attività fisica quale strumento di promozione della salute mentale.

Nel testo è presente anche un capitolo dedicato alla pandemia di COVID-19 e ai relativi esiti in termini di riduzione dell'attività fisica e aumento della sedentarietà e, in generale, di vissuti negativi derivanti dalle restrizioni imposte per contrastare la circolazione del virus. Tali effetti, prolungatisi oltre il lockdown di marzo-aprile 2020, richiedono un intervento netto da parte di più settori della società, in particolare nei confronti di gruppi di popolazione che hanno subito le maggiori conseguenze anche rispetto al proprio stile di vita, come adolescenti, persone con patologie croniche e anziani. Inoltre, se è vero che l'esercizio fisico svolto dentro casa è stato per alcune persone un'opportunità per mantenersi attivi, si sottolinea come sia importante il ruolo dell'attività fisica anche in termini di socialità; per questo sarà necessario offrire ai cittadini una varietà di spazi e contesti di vita adeguati a praticare regolare attività fisica, tarati sulle molteplici esigenze della popolazione, promuovendo e facilitando la continuità nell'adozione di uno stile di vita attivo.
Un altro elemento centrale nelle nuove Linee di indirizzo è l'attenzione alla formazione delle figure sanitarie e non sanitarie che sono in prima linea nella promozione della salute e dell'attività fisica quale strumento di benessere, prevenzione e cura. Un adeguato piano formativo dovrà riconoscere i diversi ruoli e le diverse competenze, contribuire alla costruzione di un linguaggio comune e delineare modelli coerenti con le opportunità di promozione dell'attività fisica nei diversi setting, realizzando momenti formativi congiunti che arricchiscano il bagaglio di competenze tecnico-scientifiche specifiche e di competenze trasversali, come quelle comunicativo-relazionali e di base del counselling o quelle necessarie per il lavoro in team.
Il riconoscimento del ruolo cruciale della formazione e degli aspetti metodologici da seguire nell'organizzazione di percorsi formativi costituisce un'importante indicazione per orientare in modo omogeneo e coordinato l'attività degli enti istituzionali e organizzativi impegnati nella realizzazione di iniziative di formazione a tutti i livelli (lauree di primo e secondo livello, post-laurea, aggiornamento).
L'attività fisica delineata in questo documento si arricchisce di una maggiore complessità e valenza: non solo concorre a prevenire l'insorgenza delle principali malattie croniche, ma rappresenta uno strumento essenziale di promozione della salute, del benessere psicofisico e relazionale e anche un'opportunità per una migliore qualità di vita in situazioni di malattia.

2 ELEMENTI TRASVERSALI DI ATTENZIONE PER LA PROGRAMMAZIONE E LA PROGETTAZIONE

Il lavoro di sintesi, analisi e confronto intorno alle azioni territoriali per la promozione dell'attività fisica e del movimento attraverso le griglie proposte ha messo in luce degli elementi di riflessione trasversali:

Punti di forza

1. **Coinvolgimento attivo dei target specifici**: i bambini/adolescenti e gli anziani si sono dimostrati particolarmente coinvolti nei progetti locali.
2. **Allineamento con il Piano di Azione Globale**: la maggior parte degli interventi si è concentrata sull'obiettivo strategico "Creare persone attive", con risultati positivi nella promozione di uno stile di vita più attivo.
3. **Progetti trasversali**: numerosi progetti hanno dimostrato un'efficace trasversalità, riuscendo a coinvolgere diversi target di popolazione e contribuendo al raggiungimento di obiettivi strategici diversificati.

Criticità

1. **Coinvolgimento limitato del target adulti**: il livello di partecipazione degli adulti è risultata inferiore rispetto ad altri gruppi di popolazione, indicando la necessità di strategie più efficaci e mirate per coinvolgere questa fascia d'età in modo attivo e sostenibile
2. **Minore attenzione agli obiettivi strategici**: gli interventi dedicati agli obiettivi del Piano di Azione Globale, come "Creare società attive" e "Creare ambienti attivi", risultano ancora limitati rispetto all'obiettivo principale.
3. **Necessità di approfondimenti su Urban Health**: è emersa l'esigenza di una maggiore integrazione di tematiche legate al concetto di Urban Health, che si riferisce alla promozione della salute e del benessere all'interno delle aree urbane attraverso interventi che migliorino la qualità degli spazi pubblici, riducano le disuguaglianze e favoriscano stili di vita attivi e salutari, per favorire ambienti che promuovano il movimento e il benessere

Il percorso formativo ha quindi evidenziato la solidità di alcune azioni intraprese, ma anche la necessità di sviluppare interventi più inclusivi e trasversali, con un focus particolare sugli adulti e sugli obiettivi legati alla creazione di ambienti e società attive.

Sulla base di quanto emerso e a partire da un'analisi approfondita delle aree individuate nel Piano Regionale della Prevenzione 2021-2025 di Regione Lombardia, sono state proposte delle aree di attenzione da considerare per il miglioramento delle azioni in corso e della programmazione futura. L'obiettivo è rendere l'attività fisica e il movimento strumenti centrali per promuovere la salute e il benessere, con interventi mirati e inclusivi che rispondano alle esigenze delle diverse fasce di popolazione e ai contesti territoriali.

Azioni trasversali

- Promuovere l'integrazione di pratiche volte a favorire l'attività fisica e il movimento all'interno degli altri Programmi Predefiniti (PP) del Piano Regionale della Prevenzione (PRP) 2021-2025, garantendo la cooperazione tra i diversi settori coinvolti.
- Valorizzare la promozione dell'attività fisica come leva fondamentale nel **PP5** per prevenire le cadute nella popolazione anziana, attraverso programmi mirati e monitorati.

- Integrare l'attività fisica nei percorsi di prevenzione della cronicità e nella promozione della salute mentale previsti dal **PL20**, con interventi specifici orientati al miglioramento del benessere psicofisico.

Azioni di comunicazione e marketing sociale

- Sviluppare strategie targettizzate di informazione e comunicazione, utilizzando canali social, web radio e altri strumenti digitali, per raggiungere i gruppi più sedentari della popolazione, come gli adulti.
- Realizzare campagne di sensibilizzazione sui benefici dell'attività fisica, adattate alle esigenze e ai linguaggi delle diverse fasce d'età.

Azioni di Equity

- Incrementare il livello di attività fisica nelle diverse fasce d'età, facilitando l'inclusione delle persone in condizioni di svantaggio socioeconomico e fragilità attraverso interventi accessibili e inclusivi.
- Contrasto alle differenze di genere nell'accesso all'offerta di attività fisica, promuovendo programmi specifici e strumenti di supporto (azione equity PP2).
- Promuovere la mobilità sostenibile, incentivando modalità integrate di spostamento come bike sharing, utilizzo del mezzo pubblico, percorsi pedonali e scale nelle stazioni metropolitane, per favorire l'adozione di uno stile di vita attivo.

Urban Health

- Enfatizzare il ruolo delle comunità locali nel rendere più facili e naturali le scelte salutari attraverso interventi strutturali e di rigenerazione urbana.
- Favorire la condivisione di obiettivi di salute tra il Sistema Sanitario Regionale (SSR) e altri attori delle politiche sociali, urbanistiche, culturali e aggregative, per creare contesti di vita che facilitino l'attività fisica quotidiana.

Attività Outdoor

- Sostenere lo sviluppo di offerte ludico-motorie e socioculturali nei programmi di rigenerazione urbanistica e inclusione sociale, come la creazione di greenway, percorsi di scoperta del quartiere, spazi per attività come il parkour e altre forme di movimento all'aperto.
- Promuovere la valorizzazione degli spazi verdi urbani e peri-urbani per incentivare l'attività fisica e migliorare il benessere delle comunità locali.

Si è proposta ai partecipanti una griglia, vedi allegati, attraverso cui ripensare una delle azioni territoriali in corso integrando una o più attenzioni trasversali nella progettazione.

3 STRUMENTI DI MAPPATURA DELL'OFFERTA DI ATTIVITÀ FISICA E MOVIMENTO

Nella seconda parte del percorso formativo, l'attenzione è stata dedicata in particolare alla condivisione delle strategie e degli strumenti di mappatura territoriale relativi all'offerta di attività fisica e/o movimento per individuare elementi di efficacia e sostenibilità. Inoltre, a partire da un lavoro realizzato lo scorso anno, si è ripreso il tema del coinvolgimento degli stakeholder nelle azioni riguardanti attività fisica e movimento realizzati a livello territoriale.

Il censimento georeferenziato dell'offerta di attività fisica adattata (AFA) rivolta alla popolazione è una delle attività che ogni ATS deve garantire secondo gli Indirizzi di programmazione del SSR al fine di conoscere e rendere fruibili ai cittadini i riferimenti utili per la pratica dell'attività fisica per ogni fascia d'età anche in presenza di fattori di rischio, patologie specifiche o condizioni di fragilità (anziani).

Le modalità con cui questa mappatura si è concretizzata in ogni territorio differiscono in base alle caratteristiche locali, le reti e i canali di comunicazione già attivi sui territori e le specifiche collaborazioni con gli stakeholder. Ogni ATS ha presentato la propria mappatura descrivendo il processo di lavoro, gli strumenti utilizzati, i risultati e le modalità di diffusione del prodotto. Questo ha permesso di conoscere e condividere strategie utili e riflessioni sulle possibilità di miglioramento.

I gruppi hanno analizzato le mappature confrontandole secondo quattro dimensioni di analisi:

- Elementi comuni e prioritari tra le mappature proposte
- Elementi di efficacia e sostenibilità
- Livelli diversi di competenza tra ATS/ASST nella costruzione e nell'utilizzo delle mappature
- Diffusione della mappatura

Di seguito sono sintetizzati i principali elementi emersi:

<u>Elementi comuni e prioritari</u>

- Il questionario in formato online come strumento utile e strategico per una diffusione capillare
- Possibilità di concordare a livello regionale delle dimensioni comuni da rilevare per rendere i dati confrontabili e avere una visione condivisa
- Individuazione dei destinatari per la compilazione del questionario
- Necessità di una definizione unitaria di AFA e EFA
- Condivisione dei risultati sui siti aziendali di ATS e ASST
- Collaborazione con Università per lo sviluppo e l'analisi del questionario

<u>Elementi di efficacia e sostenibilità</u>

- Attenzione nella scelta dei destinatari della richiesta: Identificare a monte i compilatori, valutazione del coinvolgimento di destinatari con offerte gratuite (ASST, Comuni, RSA) o a pagamento (Palestre e associazioni sportive)
- Condividere premesse, linguaggi e finalità con gli stakeholder (meglio se all'interno dei laboratori locali) per un ingaggio migliore e come strumento di creazione di rete
- Importanza della comunicazione (marketing sociale) sia per quanto riguarda l'ingaggio dei soggetti per la raccolta delle informazioni sia per la diffusione dei risultati a professionisti e cittadini
- Favorire il raccordo con altre progettualità attive, ad esempio invecchiamento attivo

<u>Livelli diversi di competenza tra ATS/ASST nella costruzione e nell'utilizzo delle mappature</u>

ATS

- Definizione proposta/prima bozza di mappatura
- Messa a disposizione degli strumenti per la raccolta delle informazioni

- Coordinamento delle mappature

ASST
- Declinazione a livello locale della mappatura
- Somministrazione
- Azione di rinforzo dei Direttori di Distretto nelle Assemblee dei Sindaci
- Raccolta di informazioni con la scheda messa a disposizione da ATS per evitare frammentazione dell'informazione
- Utilizzo della mappatura per l'orientamento delle persone che si intercettano (MMG, IFeC..)

Diffusione della mappatura

- Per favorire la compilazione, si propone di creare una piattaforma aperta alla compilazione da parte degli Enti del Terzo Settore e degli Enti Locali.
- Per la consultazione delle Mappature, sarebbe necessaria la pubblicazione sul sito delle ATS, delle ASST e degli Enti Locali.
- Un'indicazione che emerge per la diffusione del materiale alla cittadinanza riguarda il possibile coinvolgimento di:

Ambito Sanitario:
- Case di Comunità
- Associazioni di pazienti, MMG, PLS, Specialisti, Farmacie

Ambito Non Sanitario:
- Associazioni Sportive, Social e TV e giornali locali
- Enti Locali
- Punti di Comunità, Luoghi di culto, Oratori, Scuole…

4 IL COINVOLGIMENTO DEGLI STAKEHOLDER TERRITORIALI NELLA PROMOZIONE DELL'ATTIVITÀ FISICA E DEL MOVIMENTO

La promozione dell'attività fisica e del movimento è una sfida che coinvolge il sistema sanitario con il ruolo di governance di un insieme complesso e intersettoriale di attori che hanno la possibilità di realizzare sul territorio azioni tanto più efficaci e integrate quanto più sono coinvolti e condividono obiettivi e strategie.

Per questo si è proposto uno strumento di lavoro, in continuità con quanto iniziato nelle precedenti edizioni formative, che permettesse ai partecipanti di approfondire il pensiero intorno al coinvolgimento di stakeholder territoriali nei Laboratori permanenti ATS e ASST e nella realizzazione di azioni specifiche.

4.1 La mappa degli stakeholder

Una mappa degli stakeholder è uno strumento utile per analizzare e gestire le relazioni con gli stakeholder coinvolti in un contesto progettuale. Nello specifico, permette di identificare i soggetti (individui, gruppi, organizzazioni) da coinvolgere a vario titolo nel progetto e l'impatto che essi possono avere, sulla base di due criteri fondamentali: il livello di **potere -** che rappresenta la capacità degli stakeholder di influenzare le decisioni, le risorse o i risultati del progetto - il livello di **interesse -** che indica il grado di coinvolgimento degli stakeholder nei confronti del progetto.

Lo strumento proposto ai partecipanti ha avuto quindi lo scopo di:

- fornire un aiuto in fase di progettazione, in modo da permettere di individuare chi coinvolgere, dare loro una giusta collocazione fin dall'inizio di un'azione/programma;

- ottenere maggiore supporto e più risorse durante l'implementazione di un'azione/programma da parte di tutti gli stakeholder;
- evitare che ci possano essere ostacoli che portino a un aumento di costi nel ciclo progettuale;
- comprendere come e quando comunicare con gli stakeholder le informazioni disponibili, utilizzando i canali adeguati.

L'utilizzo della mappa degli stakeholder è utile soprattutto all'inizio del progetto, poiché permette di aver chiaro fin da subito il quadro completo dell'ecosistema in cui ci si muoverà; durante la fase di pianificazione, gli stakeholder possono inoltre indicare la direzione del progetto.

Per un'efficace analisi degli stakeholder, è necessario seguire quattro fasi di lavoro:

1. **Identificazione degli stakeholder:** per capire quali soggetti coinvolgere, potrebbero essere utili alcune domande. Ad esempio:
   - *Chi è responsabile del progetto?*
   - *Chi ha potere decisionale sulle attività o sulle risorse del progetto?*
   - *Chi può sostenere o supportare il progetto?*
   - *Chi può fermare o ostacolare il progetto?*
   - *Chi sarà impattato dal progetto?*
   - *Chi subirà cambiamenti significativi?*
   - *Chi avrà un vantaggio economico o comunque dei benefici?*
   - *Chi è stato coinvolto in passato su progetti simili?*
   - *Chi sperimenterà in modo diretto gli effetti del progetto?*

2. **Analisi dei ruoli**: è utile definire le diverse aspettative dei soggetti coinvolti. Tutte le parti interessate non sono uguali: alcuni hanno il potenziale per generare un impatto importante sul progetto rispetto ad altri ed è quindi un elemento importante da considerare.

3. **Determinazione dei livelli di potere-interesse degli stakeholder:** attraverso l'analisi dei livelli di potere e interesse, è possibile dare origine a una matrice degli stakeholder in cui si intersecano i livelli di potere e di interesse.

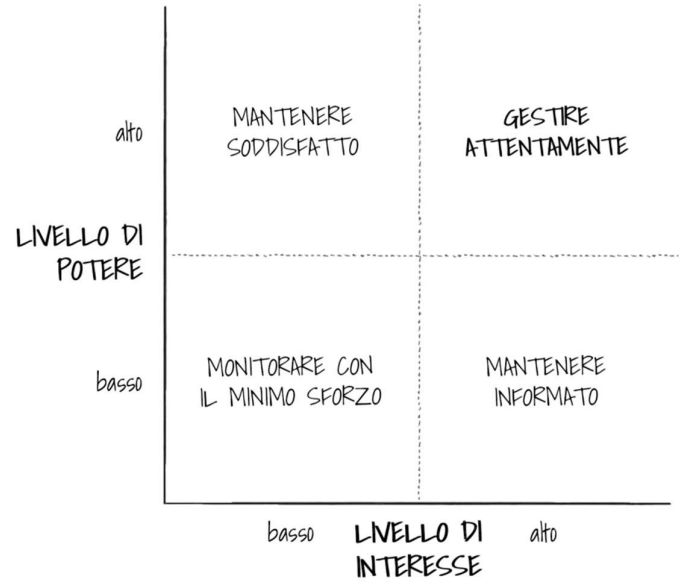
Il grafico – presentato di seguito - si suddivide in quattro quadranti, che indicano quattro tipologie di stakeholder con diversi livelli di potere-interesse:

Alto potere e alto interesse: questi stakeholder sono i principali attori da coinvolgere attivamente, in quanto potrebbero diventare dei partner chiave. Per questo, è necessario comunicare regolarmente con loro e fare in modo che le aspettative delle parti siano allineate. Durante il corso del progetto, è fondamentale gestirli con attenzione e coinvolgerli nelle decisioni più importanti.

Alto potere e basso interesse: questi stakeholder possono influenzare il progetto, ma non sono molto coinvolti. È utile tenerli informati e assicurarsi che conoscano le informazioni fondamentali relative al progetto, ma non è necessario coinvolgerli attivamente. Durante il corso del progetto, è importante che siano soddisfatti dall'avanzamento del progetto.

Basso potere e alto interesse: probabilmente non sarà necessaria l'approvazione di questi stakeholder, soprattutto per quanto riguarda l'avvio del progetto. Tuttavia, è utile tenere informati questi stakeholder e ascoltare le loro preoccupazioni o osservazioni durante la realizzazione del progetto.

Basso potere e basso interesse: questi sono stakeholder secondari in quanto richiedono meno attenzione, sebbene sia utile un periodico monitoraggio della loro collaborazione. In base alle dimensioni e alla complessità del lavoro, potrebbe essere utile saltuariamente inviare loro il resoconto sullo stato del progetto, oppure informarli solo alla fine. Se cambieranno ruolo durante l'implementazione del progetto, dimostrando di volervi prendere parte attiva, sarà necessario assicurarsi di comunicare con loro e tenerli aggiornati.



4. **Coinvolgimento degli stakeholder**: una volta completata l'analisi degli stakeholder, è possibile definire una strategia di gestione, al fine di aumentare il consenso e il sostegno, riducendo al minimo gli impatti negativi eventualmente prodotti dagli stakeholder. È importante capire le esigenze dei vari stakeholder e comunicare frequentemente e regolarmente con loro: ciò farà in modo che essi siano aggiornati rispetto ai progressi del progetto e che si percepiscano maggiormente coinvolti.

In seguito alla spiegazione teorica della mappa degli stakeholder, i gruppi sono stati divisi per territorio di riferimento ed è stata proposta loro di sperimentare l'utilizzo dello strumento proposto, con la compilazione della matrice interesse-potere. Ogni gruppo ha identificato un'attività di promozione di attività fisica e movimento sperimentata sul proprio territorio e, relativamente a questa, ha elencato gli stakeholder coinvolti, posizionandoli nel quadrante corrispondente ai livelli di potere-interesse di ciascun soggetto e provando a fare delle riflessioni in merito a quanto emerso.

CONCLUSIONI

La cornice di riferimento internazionale, nazionale e regionale, le esperienze presentate ed i momenti di confronto e condivisione portati avanti durante il percorso formativo hanno permesso di mettere in luce che:

- il Piano d'Azione per Promuovere l'Attività Fisica 2018-2030 dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) e le Linee di Indirizzo sull'Attività Fisica del Ministero della Salute costituiscono una guida completa e coerente per affrontare la crescente sfida della sedentarietà e promuovere un futuro più sano, attivo e inclusivo per tutte le persone, indipendentemente dalla loro età, abilità o condizione di salute;
- il Piano d'Azione Globale dell'OMS sottolinea che le azioni per promuovere attività fisica e movimento, se implementate correttamente, possono contribuire significativamente alla riduzione dei comportamenti sedentari a livello globale e al miglioramento della salute e del benessere delle popolazioni. Un aspetto cruciale di questo piano è che non esiste una soluzione unica, ma piuttosto un insieme di strategie che devono essere adattate ai contesti locali e alle necessità specifiche;
- le Linee di Indirizzo italiane, che si allineano con le raccomandazioni dell'OMS, forniscono linee guida dettagliate per diverse fasce d'età e condizioni fisiologiche e patologiche. Queste linee guida pongono l'accento sulla promozione dell'attività fisica non solo come strumento di prevenzione, ma anche come mezzo per migliorare la qualità della vita e gestire patologie croniche. Un aspetto fondamentale di queste linee guida è il coinvolgimento di operatori sanitari e non sanitari, che devono essere formati e aggiornati per affrontare le sfide della promozione dell'attività fisica in contesti diversi;
- il documento che contiene le Linee di Indirizzo ribadisce la necessità di un approccio integrato e intersettoriale che coinvolga tutti gli attori della società, dalle istituzioni locali e nazionali fino agli operatori sanitari, affinché l'attività fisica diventi parte integrante della vita quotidiana. È essenziale che la formazione riguardi non solo gli aspetti tecnici, ma anche quelli comunicativo-relazionali, per favorire il cambiamento comportamentale nelle persone e aiutarle a intraprendere un percorso di vita più attivo e sano;
- gli scambi e le riflessioni portate avanti nel corso degli incontri, sembrano aver evidenziato come la promozione di attività fisica e movimento così come descritta e definita dal PRP, nelle Regole di Sistema e nei Piani Integrati Locali di Promozione della salute richieda la pro-attività del sistema, volto a sviluppare processi di cambiamento coesivi tra le differenti parti, anche attraverso attività di formazione intersettoriali e congiunte, utili per la promozione di conoscenze e per integrare le differenti esperienze attive, favorendo la comunicazione e la collaborazione tra gli attori in gioco.

Sulla base di tale prospettiva si ipotizza di dar seguito, nel corso del 2025, a questa esperienza formativa con la creazione di gruppi di miglioramento che permetta di focalizzare l'attenzione su questioni specifiche di interesse per i Laboratori Permanenti Locali per la Promozione di Attività Fisica e Movimento presenti in tutte le ATS Lombarde e, a oggi, in molte ASST.

ALLEGATI

Piano d'azione globale per promuovere l'attività fisica (2018 -2030) OMS - Griglia di Sintesi

PIANO D'AZIONE GLOBALE PER L'ATTIVITÀ FISICA 2018/2030 - PERSONE PIÙ ATTIVE PER UN MONDO PIÙ SANO		
OBIETTIVI STRATEGICI	**AZIONI POLITICHE MULTIDIMESIONALI**	**AZIONI PROPOSTE PER STAKEHOLDERS**
1. CREARE SOCIETÀ ATTIVE	**1.1** Implementare campagne di comunicazione sulle best practice, per aumentare la consapevolezza, la conoscenza e la comprensione dei molteplici benefici per la salute di un'attività fisica regolare e un comportamento meno sedentario, secondo le capacità, per il benessere individuale, familiare e della collettività.	- Contribuire a incrementare le regolari campagne promozionali nazionali, regionali e globali volte a promuovere l'attività fisica e ridurre il comportamento sedentario. **(Tutti gli stakeholder)**
		- Identificare le opportunità per includere o allineare la promozione dell'attività fisica con le loro campagne ed altre attività di advocacy **(ONG internazionali e nazionali)**
		- Guidare o collaborare con campagne e programmi nazionali e subnazionali sull'attività fisica per sensibilizzare i loro membri e componenti. **(organismi professionali di medicina, medicina dello sport, insegnati...)**
		- Collaborare per valutare l'efficacia delle diverse strategie per le campagne di comunicazione, rivolte a diversi gruppi di popolazione, soprattutto meno attivi, per aumentare la conoscenza, su approcci efficaci in termini di costi. **(agenzie di ricerca)**
	1.2 Condurre campagne di livello nazionale e di comunità per migliorare la consapevolezza, la comprensione dei co-benefici sociali, economici e ambientali dell'attività fisica, in particolare camminare di più, usare la bicicletta e altre forme di mobilità che comportano l'uso di ruote e quindi dare un significativo contributo al raggiungimento della Agenda 2030 per lo Sviluppo Sostenibile.	- Guidare e sostenere l'attuazione nazionale e subnazionale delle campagne di comunicazione per promuovere la consapevolezza del contributo che l'attività fisica, il muoversi a piedi/ in bicicletta e l'uso dei trasporti pubblici possono contribuire alla sostenibilità sociale, economica e ambientale. **(Tutti gli stakeholders)**.
		- Sviluppare e valutare diversi metodi di comunicazione per trasmettere messaggi sui benefici che l'attività fisica comporta, che siano più efficaci nel coinvolgere i decisori politici, la società civile e le comunità di base in diverse regioni, paesi e contesti. **(ricercatori)**.
	1.3 Attuare iniziative regolari di partecipazione di massa in spazi pubblici, coinvolgendo intere comunità, per offrire accessoa esperienze socialmente e culturalmente appropriate di attività fisica.	- Impegnarsi e collaborare con la società civile, le organizzazioni della comunità di base, gli operatori sportivi e ricreativi e altri stakeholders per organizzare e sostenere eventi gratuiti whole-of-community che promuovono l'attività fisica negli spazi pubblici della città e nelle comunità locali. **(Tutti gli stakeholder)**
		- Collaborare e sostenere iniziative guidate dalla comunità per promuovere l'attività fisica nei parchi e in altri spazi pubblici, a condizione che la promozione di qualsiasi marca o prodotto sia coerente con le raccomandazioni dell'OMS **(Settore privato).**
		- Collaborare per condurre valutazioni di eventi di partecipazione di massa per valutarne l'impatto **(agenzie di ricerca e sviluppo/accademici)**
	1.4 Rafforzare la formazione e l'aggiornamento di professionisti, all'interno e all'esterno del settore sanitario, per aumentare le conoscenze e le competenze relative ai loro ruoli e contributi nel creare opportunità inclusive ed eque per una società attiva.	- Rafforzare le conoscenze, le capacità e le competenze nella promozione dell'attività fisica e la riduzione del comportamento sedentario ai loro membri e componenti attraverso programmi di formazione e altri tipi di opportunità **(Tutti gli stakeholders)**
		- Valutare le esigenze dei propri membri e partner per sviluppare o adattare risorse esistenti per sostenere lo sviluppo di capacità, leadership e l'implementazione di conoscenze e approcci per promuovere l'attività fisica e ridurre il comportamento sedentario nei rispettivi campi di lavoro. **(Tutti gli stakeholders)**
		- Identificare e sostenere meccanismi per facilitare la condivisione e l'adeguamento delle risorse didattiche e di apprendimento esistenti per specifiche audience professionali in particolare in quei paesi e contesti con meno risorse. **(stakeholders ambito dell'istruzione, formazione e sviluppo dei programmi di studio)**
		- Promuovere la consapevolezza e l'uso delle risorse esistenti, a seconda dei casi, su pratiche universali di inclusione nella promozione di attività fisica, sport e ricreazione attiva **(Tutti gli stakeholders)**

OBIETTIVI STRATEGICI	AZIONI POLITICHE MULTIDIMESIONALI	AZIONI PROPOSTE PER STAKEHOLDERS
2. CREARE AMBIENTI ATTIVI	**2.1** Rafforzare l'integrazione delle politiche di pianificazione urbana e dei trasporti per creare quartieri altamente collegati che consentono e promuovono lo spostamento a piedi, in bicicletta o altre forme di mobilità che comportano l'uso di ruote e l'uso del trasporto pubblico, nelle comunità urbane, periurbane e rurali	- Commissionare ricerche per valutare i trasporti nazionali, subnazionali, su scala urbana e locale e gli interventi di pianificazione urbana che promuovono la progettazione mirata ad aumentare gli spostamenti a piedi e in bicicletta come mezzo di trasporto per rafforzare la conoscenza delle migliori pratiche. **(Finanziatori)**
		- Integrare la promozione dello spostamento a piedi, in bicicletta e il trasporto pubblico con la relativa pianificazione e la politica dei trasporti nei loro modelli economici di sviluppo e business cases, in particolare nei centri urbani ad alta crescita nei Paesi a Basso e Medio Reddito. **(Leader cittadini e altri stakeholders)**
		- Condurre progetti dimostrativi che confrontino la modellizzazione attuale e completa dei viaggi motorizzati privati su investimenti infrastrutturali e di sviluppo urbano e business cases **(Banche di sviluppo e altre agenzie)**
		- Dare la priorità agli investimenti che garantiscono un'adeguata fornitura e conservazione di reti pedonali e ciclabili sicure e connesse allo sviluppo urbano e periurbano **(Banche di sviluppo e altre agenzie)**
		- Sviluppare e sostenere la fromazione annuale per I pianificatori urbani sui più aggiornati approcci a sistemi di trasporto stradale migliorato per sostenere l'offerta di reti pedonali e ciclabili sicure e connesse, infrastrutture e servizi di fine viaggio. **(Istituti accademici e ordini civili/professionali)**
		- Sostenere e promuovere la salute in tutti gli approcci politici e condividire le migliori pratiche per promuovere approcci politici integrati sulla progettazione urbana e l'attività fisica per la salute. **(Tutti gli stakeholders)**
	2.2 Migliorare il "livello di servizio" offerto dalla rete infrastrutturale pedonale e ciclabile, per consentire e promuovere il cammino, l'andare in bicicletta, altre forme di mobilità su ruota e l'uso del trasporto pubblico nelle comunità urbane, periurbane e rurali, nel rispetto dei principi di sicurezza, accesso universale ed equo da parte di persone di tutte le età e abilità in linea con gli altri impegni.	- Basarsi su partenariati esistenti e, laddove necessario, creame di nuovi, tra organizzazioni della salute e dei trasporti e altre che condividono gli obiettivi di migliorare le condizioni per camminare e andare in bicicletta e utilizzare i trasporti pubblici. **(Tutti gli stakeholders)**
		- Dare la priorità, secondo i casi, a investimenti che garantiscano un'adeguata fornitura e conservazione di sistemi di trasporto su strada migliorati per sostenere la fornitura di reti pedonali e ciclabili ben sicure, infrastrutture e strutture di fine viaggio.**(Banche di sviluppo internazionalie regionali)**
	2.3 Accelerare l'attuazione di azioni politiche per migliorare la sicurezza stradale e la sicurezza personale dei pedoni, ciclisti, persone impegnate in altre forme di mobilità, con priorità assegnata alle azioni che riducono il rischio della strada per gli utenti più vulnerabili in conformità con un approccio sistemico alla sicurezza stradale in linea con gli altri impegni.	- Dare la priorità agli investimenti che assicurano un'adeguata integrazione della sicurezza stradale e dell'accessibilità nei criteri di investimento nelle infrastrutture di trasporto. **(Banche di sviluppo internazionali e regionali e altre agenzie)**
		- Mobilitare le comunità per impegnarle nella discussione e nella promozione del coinvolgimento nei processi di pianificazione urbana e dei trasporti a livello nazionale, urbano e locale, e per promuovere la progettazione di comunità compatte percorribili a piedi. **(Leader cittadini e altri stakeholders)**
		- Collaborare per promuovere, attuare e valutare campagne di educazione e marketing sociale volte ad aumentare i comportamenti sicuri tra tutti gli utenti della strada, in particolare il comportamento dei conducenti a velocità ridotta e l'uso di dispositivi mobili coerenti con la Vision Zero30 **(Tutti gli stakeholders)**
	2.4 Rafforzare l'accesso agli spazi verdi e pubblici di buona qualità, alle reti verdi, agli spazi ricreativi e sportivi attrezzati da parte di tutte le persone, di tutte le età e con diverse abilità nelle comunità urbane, periurbane e rurali, garantendo una progettazione s coerente con i seguenti principi di accesso sicuro, universale, adatto agli anziani ed equo e con la priorità di ridurre le disuguaglianze.	Sostenere lo sviluppo e la diffusione di linee guida per la progettazione dello spazio urbano che promuovano l'offerta e il miglioramento di un accesso equo alla qualità di spazi sicuri, aree ricreative e impianti sportivi (**stakeholders**)
		- Formare partenariati e coalizioni per sostenere in particolare un migliore accesso di qualità agli spazi aperti **(Tutti gli stakeholders)**
	2.5 Rafforzare le politiche, le linee guida e i quadri normativi, di progettazione, a i livelli nazionali e subnazionali, per promuovere i servizi pubblici, scuole, assistenza sanitaria, strutture sportive e ricreative, luoghi di lavoro e edilizia popolare progettati per consentire a occupanti e visitatori con diverse abilità di essere fisicamente attivi dentro e nei dintorni degli edifici.	- Sviluppare e attuare una guida per sostenere i datori di lavoro nel creare luoghi di lavoro salutari che supportano l'attività fisica riducendo i lunghi periodi di comportamento sedentario durante la giornata lavorativa,incoraggiando stili di vita attivi dei propri dipendenti e famigliari. **(Sindacati, Industria, corporazioni, professionisti della salute...)**
		- Collaborazione per sviluppo di linee guida e di progettazione per le strutture di assistenza all'infanzia che offrano opportunità per l'attività fisica riducendo il comportamento sedentario durante il giorno.**(Enti normativi per la salute dei bambini e altri stakeholders)**
		- Promuovere partnership e reti pubblico-privato per massimizzare i contributi e le capacità di diversi settori condividendo storie di successo ed esempi delle buone pratiche di intervento in tutti i principali settings **(stakeholders)**

OBIETTIVI STRATEGICI	AZIONI POLITICHE MULTIDIMESIONALI	AZIONI PROPOSTE PER STAKEHOLDERS
3. CREARE PERSONE ATTIVE	**3.1** Rafforzare l'offerta di educazione fisica di buona qualità e più esperienze positive e opportunità di ricreazione attiva, sport e gioco per ragazze e ragazzi, applicando i principi dell'approccio whole of school (intero ciclo scolastico) e a tutte le istituzioni scolastiche per stabilire e rafforzare la salute nell'arco della vita e l'alfabetizzazione fisica, promovendo la fruizione e la partecipazione all'attività fisica in base alla capacità e alle abilità.	- Collaborare e sostenere il rafforzamento dell'attuazione e della valutazione di un'efficace educazione fisica di qualità basata su prove di efficacia e di approcci per tutta la scuola per promuovere l'attività fisica eridurre i comportamenti sedentari nei bambini in età scolare, in partarticolare quelli non attivi nei Paesi a Basso e Medio Reddito **(Tutti gli stakeholders)**
		- Rafforzare l'attuazione di iniziative come la "Health Promoting Universities" o simili dell'OMS, per dimostrare a tutti gli studenti, al personale e ai visitatori l'intero approccio del campus alla promozione dell'attività fisica e alla riduzione dei comportamenti sedentari. **(Istituti di istruzione superiore)**
		- Collaborare e sostenere iniziative che aumentino le opportunità di attività fisica prima e dopo l'orario scolastico, per i bambini di tutte le abilità, assicurando che le partnership con il settore privato siano informate sulle raccomandazioni dell'OMS sulle restrizioni della commercializzazione di alimenti e bevande analcoliche non salutari e le raccomandazioni della Commission on Ending Childhood Obesity. **(Tutti gli stakeholders)**
		- Condurre ricerche e valutazioni sulla politica, l'attuazione e l'impatto dell'educazione fisica e di tutti gli approcci della scuola per rafforzare la base di conoscenze e condividere le migliori pratiche **(Istituzioni accademiche e di ricerca)**
		- Condurre un'advocacy basata sull'evidenze per rafforzare la consapevolezza dei genitori e dell'intera comunità riguardo l'importanza dell'attività fisica quotidiana, l'educazione fisica e la riduzione del comportamento sedentario nei bambini, in particolare nei paesi e nei contesti dove vi sono scarse risorse **(Tutti gli stakeholders)**
		- esercitare advocacy e poi sostenere il rafforzamento delle opportunità di attività fisica nei primi anni di vita (come l'assistenza prescolare e infantile), in linea con le raccomandazioni della Commission on Ending Childhood Obesity **(Servizi di assistenza all'infanzia, pediatri, infermieri della sanità pubblica e altri stakeholders)**
	3.2 Attuare e rafforzare sistemi di valutazione e assistenza del paziente riguardo l'aumento dell'attività fisica e la riduzione del comportamento sedentario, mediante operatori di sanitari sociali e di comunità opportunamente formati, nei servizi sociali e sanitari, primari e secondari come parte dell'assistenza sanitaria universale, garantendo il coinvolgimento delle comunità e del paziente e collegamenti coordinati con le risorse della comunità.	- Promuovere l'importanza dell'attività fisica e la riduzione del comportamento sedentario verso i loro membri per rafforzare la conoscenza e l'impegno nell'attuazione dell'azione nazionale per aumentare i livelli di partecipazione. **(Società professionali nel campo della medicina, medicina dello sport e salute)**
		- Sostenere lo sviluppo e la diffusione delle risorse e l'orientamento delle migliori pratiche sulla promozione dell'attività fisica attraverso servizi sanitari e di assistenza sociale primaria e secondaria, adattati a diversi contesti e culture e fornitori di assistenza sanitaria. **(Enti dei medici e altri enti professionali)**
		- Valutare il potenziale e, se opportuno, sviluppare partenariati con gli operatori sanitari per sostenere l'offerta di adeguate opportunità e programmi di attività fisica per le diverse popolazioni di pazienti. **(Stakeholders di governo pubblico e privato ricreativo)**
		Sostenere lo sviluppo e l'erogazione di appropriati programmi di formazione in servizio su come valutare e consigliare i pazienti sull'attività fisica, in particolare concentrandosi sui meno attivi e sui paesi a basso e medio reddito. **(Enti dei medici e altri enti professionali)**
		- Sviluppare e testare approcci efficaci dal punto di vista dei costi utilizzando dispositivi mobili e indossabili per promuovere l'attività fisica nell'ambito dell'assistenza sanitaria primaria e secondaria e dei servizi sociali. **(Agenzie di ricerca e sviluppo)**

OBIETTIVI STRATEGICI	AZIONI POLITICHE MULTIDIMESIONALI	AZIONI PROPOSTE PER STAKEHOLDERS
3. CREARE PERSONE ATTIVE	**3.3** Migliorare l'offerta e le opportunità per più programmi e promuovere l'attività fisica nei parchi e in altri ambienti naturali, nonché nei luoghi di lavoro pubblici e privati, nei centri comunitari, nelle strutture ricreative, sportive e nei centri di fede, per sostenere la partecipazione all'attività fisica, da parte di tutte le persone diversamente abili.	Implementare programmi sul luogo di lavoro che promuovano l'attività fisica e una riduzione del comportamento sedentario e aumentino l'attività occasionale durante la giornata lavorativa, adattandosi alla cultura e al contesto. (**datori di lavoro nel settore pubblico e privato**)
		- Condurre ulteriori ricerche sull'efficacia e il ritorno degli investimenti dei programmi di salute sul posto di lavoro volti a promuovere l'attività fisica e la riduzione del comportamento sedentario per rafforzare la base di prove e informare la difesa. (**Istituti accademici e di ricerca, stakeholders**)
		Sostenere e incoraggiare la sperimentazione di approcci innovativi per aumentare l'attività fisica e ridurre il comportamento sedentario, compresa la sperimentazione di nuovi approcci digitali, in diverse sottopopolazioni e in diversi contesti e culture chiave, in particolare nei paesi a basso e medio reddito (**Istituti accademici e di ricerca, stakeholders**)
		- Collaborare con il governo per sviluppare la base di prove sull'efficacia degli strumenti fiscali per promuovere l'attività fisica (es. Schemi di benefits salariali esentasse per biciclette, crediti d'imposta sulle attività, riduzione delle tasse sugli articoli sportivi...) (**stakeholder**)
	3.4 Migliorare l'offerta e le opportunità di programmi e servizi adeguati su misura volti ad aumentare l'attività fisica e ridurre il comportamento sedentario negli adulti più anziani, in base alle abilità, in contesti chiave come spazi locali e comunitari, strutture sanitarie, sociali e di assistenza a lungo termine, case di riposo e ambienti familiari, per sostenere un invecchiamento sano.	- garantire programmi accessibili, convenienti e su misura per l'attività fisica, appropriati per le persone anziane che siano basati sulle loro esigenze e preferenze (**operatori della salute, ONG, settori sportivi e ricreativi del settore privato**)
		- promuovere e fornire programmi che coinvolgano bambini e nonni in attività fisica culturalmente idonea in contesti idenei e in base alle capacità (ad esempio, giochi inter-generazionali) (**stakeholders**)
		promuovere l'importanza dell'attività fisica (comprese le attività di forza e di equilibrio) come parte dell'invecchiamento sano e offrire agli operatori sanitari un'adeguata formazione per fornire programmi nell'ambito dell'assistenza residenziale che promuova l'attività fisica e riduca il comportamento sedentario (**comunità di cura**)
	3.5 Rafforzare lo sviluppo e l'attuazione di programmi e servizi, attraverso vari settings comunitari, per coinvolgere e aumentarne le opportunità di accesso, nell'attività fisica, i gruppi meno attivi, come identificati da ciascun paese, come ragazze, donne, adulti anziani, comunità rurali e indigene, popolazioni vulnerabili o emarginate, accogliendo i contributi positivi di tutte le persone.	- sostenere e condurre ricerche per identificare gli ostacoli che si presentano alle comunità ritenute meno attive per ispirare lo sviluppo e l'attuazione di programmi e approcci per aumentare la partecipazione di tali sottopopolazioni l'attività fisica, tra cui l'analisi sull'equità degli sport attuali e altre politiche correlate (**agenzie di ricerca e sviluppo**)
		- sviluppare e testare il potenziale delle tecnologie digitali e di altri approcci innovativi, per promuovere l'attività fisica all'interno delle popolazioni meno attive (**agenzie di ricerca e sviluppo**)
		collaborare e sostenere le agenzie dell'ONU, come l'UNHCRa, nella progettazione/sviluppo e nella valutazione di programmi per promuovere l'attività fisica per persone emarginate, vulnerabili e sfollate (**stakeholders**)
		sostenere la raccolta e la promozione di risorse adeguate ai meno attivi, compresi esempi di buone pratiche per accelerare l'attuazione e sviluppare la capacità dei paesi. (**stakeholders**)
		- assistere e impegnarsi in approcci guidati dalla comunità per promuovere l'attività fisica (**leader di città e comunità, organizzazioni di base**)
	3.6 Attuare le iniziative Whole of Community (per l'intera comunità), a livello di città, paese o comunità, che stimolino l'impegno di tutti gli stakeholders ottimizzando una combinazione di approcci politici, attraverso i diversi settings, per promuovere una maggiore partecipazione all'attività fisica e un ridotto comportamento sedentario da parte di persone di tutte l'età e diverse abilità e, focalizzando sul coinvolgimento, sul co-sviluppo e sul senso di responsabilità delle comunità di base.	- collaborare per guidare l'attuazione di approcci su scala urbana e Whole-of-community (di comunità) per promuovere l'attività fisica, la salute e il benessere, incluso il sostegno alla condivisione di esperienze e creazione di reti nazionali / regionali per costruire capacità (**governatori locali, sindaci, organizzazioni di base**)
		- sostenere la valutazione degli approcci Whole-ofcommunity per incrementare l'attività fisica (**parti accademiche e stakeholders**)

OBIETTIVI STRATEGICI	AZIONI POLITICHE MULTIDIMESIONALI	AZIONI PROPOSTE PER STAKEHOLDERS
4. CREARE SISTEMI ATTIVI	**4. 1** Rafforzare i quadri politici, i sistemi di leadership e di governance, a livello nazionale e subnazionale, per sostenere l'attuazione di azioni volte ad aumentare l'attività fisica e ridurre i comportamenti sedentari, compresi l'impegno multisettoriale e i meccanismi di coordinamento; coerenza delle politiche in tutti i settori; linee guida, raccomandazioni e piani di azione sull'attività fisica e comportamento sedentario per tutte le età; monitoraggio e valutazione dei progressi per rafforzare la responsabilizzazione.	- identificare leader o "champions" all'interno delle proprie organizzazioni per fornire rappresentanza, supporto, sostegno e, ove appropriato, mobilitazione delle risorse, per l'attuazione nazionale e subnazionale di azioni per promuovere l'attività fisica e ridurre il comportamento sedentario **(tutti gli stakeholders)**
		- sviluppare e rafforzare, a seconda dei casi, partenariati multisettoriali nazionali e / o subnazionali per sostenere l'attuazione delle politiche a livello comunitario, dando priorità agli investimenti per ridurre le disuguaglianze **(stakeholders)**.
		- sostenere il monitoraggio nazionale e subnazionale dell'attuazione della politica nazionale, utilizzando strumenti raccomandati come il PAT (17) e l'NCD MaP (18) dell'OMS o simili; e dove necessario, intraprendere una verifica e rapporti indipendenti per rafforzare i sistemi di accountability (responsabilità) **(stakeholders)**.
		- offrire la leadership per l'azione nazionale attraverso la rapida adozione e la dimostrazione dell'attuazione della promozione dell'aumento dell'attività fisica e della riduzione dei comportamenti sedentari **(stakeholders)**
	4.2 Migliorare i sistemi di raccolta dati a livello nazionale e, se del caso, a livello subnazionale, per sostenere: osservazione regolare sull'attività fisica e comportamento sedentario della popolazione di tutte le età e categorie; sviluppo e sperimentazione di nuove tecnologie digitali per rafforzare i sistemi di sorveglianza; sviluppo di sistemi di monitoraggio dei fattori socioculturali e ambientali che determinano l'inattività fisica; regolari monitoraggi multisettoriali e resoconto sull'implementazione delle politiche per assicurare, responsabilità e determinare politiche e pratiche.	- sostenere lo sviluppo e l'attuazione di quadri di monitoraggio e valutazione nazionali e subnazionali sull'attività fisica e la diffusione di relazioni sui progressi verso il raggiungimento degli obiettivi fissati per ridurre l'inattività fisica entro il 2025 e il 2030, compresi i progressi nella riduzione delle disuguaglianze **(stakeholders)**
		- sostenere il rafforzamento dei sistemi armonizzati di informazione e sorveglianza dei dati nazionali e subnazionali e la comunicazione periodica e la accountability in tutti i settori pertinenti **(stakeholders)**
		- sostenere la ricerca che mira a migliorare la sorveglianza globale e nazionale sull'attività fisica di tutte le età e le abilità, compresa la sperimentazione di nuove tecnologie e dispositivi indossabili e le metodologie per l'armonizzazione dei dati **(agenzie di ricerca)**
	4.3 Rafforzare la capacità di ricerca e valutazione nazionale e istituzionale, e stimolare l'uso delle tecnologie digitali e dell'innovazione per accelerare lo sviluppo e l'attuazione di soluzioni politiche efficaci volte ad aumentare l'attività fisica e ridurre il comportamento sedentario.	difendere e mobilitare risorse finanziare per supportare l'aumento della ricerca e dell'innovazione nel campo dell'inattività fisica e i comportamenti in settori chiave come la salute, in particolare nelle aree di valutazione politica e, interventi su larga scala, valutazioni economiche, strumenti fiscali innovativi e approcci efficaci nei confronti delle disuguaglianze **(stakeholders)**
		supportare i governi nazionali e subnazionali per sviluppare e implementare un quadro di monitoraggio e valutazione e condurre politiche appropriate e programmi di valutazione, includendo l'impatto sull'eguaglianza, aggiornare la programmazione nazionale e subnazionale **(stakeholders)**
		- supportare la collaborazione con i decisori politici e gli altri per sviluppare un'agenda di ricerca prioritaria sull'attività fisica e il comportamento sedentario per aggiornare lo sviluppo di politiche **(finanziatori e ricercatori)**
		- supportare la ricerca per sviluppare l'applicazione delle innovazioni e delle tecnologie per promuovere l'attività fisica e ridurre il comportamento sedentario in diverse popolazioni, ambienti e contesti, in particolare nei Paesi a Basso e Medio Reddito **(finanziatori e ricercatori)**
		- supportare e accelerare lo scambio di conoscenza sull'attività fisica e il comportamento sedentario attraverso conferenze nazionali, regionali e globali (o simili), e dove è appropriato, usare strategie di comunicazione innovative e tecnologie virtuali per consentire un impegno da remoto, in particolare nei Paesi a Basso e Medio Reddito **(stakeholders)**
		- creare partnership per costruire e trasferire capacità di ricerca in tutte le regioni, in particolare nei Paesi a Basso e Medio Reddito **(finanziatori e ricercatori)**

OBIETTIVI STRATEGICI	AZIONI POLITICHE MULTIDIMESIONALI	AZIONI PROPOSTE PER STAKEHOLDERS
4. CREARE SISTEMI ATTIVI	**4.4** Incrementare gli sforzi di sensibilizzazione per accrescere la consapevolezza e la conoscenza dell'impegno in un'azione congiunta a livello globale, nazionale e regionale rivolgendosi al pubblico chiave, incluso ma non solo i leader di alto livello, responsabili politici in più settori, media, settore privato, i leader di città e comunità,e la più ampia comunità.	attuare l'advocacy basate sulle evidenze che richiede l'accelerazione e l'incremento degli investimenti per aumentare l'attività fisica, dando la priorità alle azioni che riducono le disuguaglianze nell'accesso e nelle opportunità e utilizzando le argomentazioni basate sui diritti **(stakeholders)**
		- condurre advocacy per aumentare la comprensione delle connessioni di politiche tra l'attività fisica come diretto contributo e come strumento che permette il conseguimento degli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile, e come contributo alle priorità di sviluppo economico nazionale **(stakeholders)**
		- supportare lo sviluppo delle attività di advocacy, competenze e capacità attraverso lo sviluppo professionale, strumenti e supporto tecnico a strategie efficaci di advocacy in materia attività fisica e comportamento sedentario. **(stakeholders)**
	4.5 Rafforzare i meccanismi di finanziamento per assicurare un'implementazione sostenuta delle azioni nazionali e subnazionali e lo sviluppo di sistemi che supportino lo sviluppo e l'attuazione di politiche volte ad aumentare l'attività fisica e alla riduzione del comportamento sedentario	- sostenere l'aumento degli investimenti nell'attività fisica sulla base della forza delle evidenze dei benefici per la salute, i sostanziali co-benefici, e il possibile ritorno dell'investimento **(stakeholders)**
		- sostenere la mobilitazione di risorse per aumentare gli investimenti nella ricerca, l'innovazione e la produzione di prove pratiche in molteplici contesti che possono sostenere direttamente il rafforzamento delle politiche, dei programmi e dell'attuazione basati sulle prove, in particolare nei paesi a basso e medio reddito **(stakeholders)**
		- collaborare con i governi per condurre analisi dimostrative e comparative per valutare il potenziale dei diversi strumenti di finanziamento a sostegno dell'attuazione delle azioni nazionali sull'attività fisica **(ricercatori)**

Linee di indirizzo sull'Attività Fisica (2019, 2021) Ministero della Salute - Griglia di sintesi

	LINEE DI INDIRIZZO SULL'ATTIVITA' FISICA (Ministero della Salute)			
	SCUOLA **Bambini/ragazzi**	**LUOGHI DI LAVORO** **Adulti**	**COMUNITA'** **Anziani**	**SOCIOSANITARIO** **Gruppi specifici**
1. CREARE SOCIETA' ATTIVE	Collaborazione tra più settori a livello nazionale, regionale e locale che consenta interventi strutturati e coordinati con il fine di: diffondere la cultura della vita attiva e dello sport come strumento per il benessere psico-fisico			
	sensibilizzare tutta la popolazione, ma soprattutto i giovani, sull'importanza di uno stile di vita attivo			
	incentivare e stimolare la partecipazione degli anziani nella progettazione e attuazione degli interventi per garantire l'efficacia, la replicabilità e la sostenibilità delle iniziative			
	integrare il percorso formativo e di aggiornamento dei futuri medici e dei medici che hanno già un rapporto di lavoro nell'ambito del SSN, promuovendo l'insegnamento delle metodologie di corretta comunicazione e di counselling			
	Coinvolgimento del laureato magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattate" per progettare, condurre e valutare i percorsi di attività motoria preventiva ed adattata al fine di contrastare la sedentarietà nelle diverse fasce d'età, collaborando con altri professionisti e adattando l'attività fisica alle caratteristiche psico fisiche di ciascun soggetto, anche al fine di accrescere nella popolazione la motivazione alla pratica di attività fisica			
	Inserire i temi della promozione dell'attività fisica, oltre che nella formazione degli operatori già attivi anche nel curriculum formativo universitario dei professionisti sanitari e non e nei percorsi formativi post-laurea			
	Facilitare la pratica di una adeguata attività fisica tra le persone con disabilità, quelle portatrici di disagio psichico o disturbo mentale, quelle che vivono in condizioni di svantaggio socio-economico e di fragilità, che sono solitamente meno attive e più difficili da raggiungere			
2. CREARE AMBIENTI ATTIVI	Promuovere lo sviluppo, l'implementazione e il monitoraggio delle politiche di pianificazione urbanistica e dei trasporti per poter avere città e comunità inclusive, sicure, resilienti e sostenibili			
	Offrire un sistema di infrastrutture equo, sicuro e che assicuri la disponibilità di spazi aperti pubblici e strutture ricreative e che permetta alle persone di tutte le età di svolgere attività fisica in sicurezza, attraverso l'accesso facilitato a percorsi pedonali, piste ciclabili e mezzi di trasporto pubblico			
	Incentivare le aree attrezzate outdoor nell'ambito di parchi e aree pubbliche che includano campetti multi-sportivi e corner con attrezzature di base differenziate per fasce di età, che oltre ad avere la funzione di facilitare l'attività fisica possono svolgere un'importante funzione di aggregazione sociale soprattutto in aree periferiche talvolta meno dotate di spazi sportivi e di punti di ritrovo			
	Privilegiare approccio multistakeholder che crei una rete tra enti locali, associazioni sportive e di volontariato del territorio			

	SCUOLA Bambini/ragazzi	LUOGHI DI LAVORO Adulti	COMUNITA' Anziani	SOCIOSANITARIO Gruppi specifici
E ATTIVE	Sviluppare interventi educativi di promozione dell'attività fisica e sportiva progettati in raccordo tra settore scolastico e sanitario con il supporto di Enti locali, agenzie educative, sociali, scientifiche, organismi ed enti del sistema sportivo, famiglie	Policy aziendali a favore della promozione di uno stile di vita attivo, che prevedano il coinvolgimento del medico competente	Attuare strategie integrate e multilivello che consentano di identificare e mettere in rete le risorse del territorio	Avviare programmi di sensibilizzazione sui benefici dell'attività fisica rivolti a tutto il personale sanitario
	Assecondare la tendenza di bambini e ragazzi a muoversi attraverso giochi di movimento e "pause attive"	Riorganizzazione dell'ambiente lavorativo e delle modalità di lavoro in modo da facilitare la pratica dell'attività fisica e contrastare la sedentarietà	Favorire forme di trasporto attivo	Considerare i nuovi bisogni formativi di coloro che si occupano di interventi e programmi in materia di attività fisica che implicano una combinazione di conoscenze, capacità e competenze in diversi settori necessarie per consentire l'organizzazione e lo sviluppo di attività multidisciplinari
	Facilitare l'inclusione degli alunni disabili	Supporto al cambiamento dei comportamenti non salutari da parte del singolo e del gruppo	Incoraggiare forme di attività fisica semplice e moderata (es. cammino, ballo, nuoto, ciclismo, esercizi sulla sedia etc.) o attività che possano essere svolte presso il proprio domicilio (da soli, in coppia, con altri familiari o assistiti da un caregiver)	MMG e PLS in collaborazione con il Medico Specialista può, oltre che promuovere l'attività fisica, indirizzare nei soggetti a rischio la partecipazione a programmi strutturati di esercizio fisico, se previsto dalle vigenti normative regionali.
	Favorire il movimento nei giovani studenti nel percorso casa-scuola, quali il pedibus per la scuola primaria e il bicibus per la scuola secondaria.	Incoraggiati i lavoratori a utilizzare, ove possibile, forme di trasporto attivo per i loro spostamenti casa-lavoro	Prestate attenzione ai gruppi di popolazione fragile a cui rivolgere interventi mirati di promozione di attività fisica	Adottare uno stile di vita attivo durante la gravidanza
	Favorire l'utilizzo delle strutture sportive dopo la scuola	Adattare nel tempo le postazioni di lavoro con scrivanie ad altezza variabile (standing desk), ausili tecnologici potrebbero essere utilizzati per segnalare la necessità di interrompere il periodo di sedentarietà, l'utilizzo delle scale promosso al posto dell'ascensore, potrebbe essere favorito l'utilizzo di luoghi di incontro su piani differenti, ecc.	Aumentare le opportunità di socializzazione, attraverso, ad esempio, i "Gruppi di cammino"	Sensibilizzare i medici a esortare a praticare attività fisica e ad evitare la sedentarietà, sottolineando, già nella lettera di dimissione ospedaliera, l'importanza di questo aspetto

3. CREARE PERSON	Favorire la pianificazione personalizzata dell'allenamento per bambini e ragazzi		Aumentare le possibilità di praticare movimento in compagnia di altre persone: questo elemento rinforzante accresce i benefici migliorando anche il tono dell'umore e la qualità di vita percepita	Per patologie legate all'obesità il MMG o Pediatra deve orientare le scelte dietetiche del paziente e di offrire le giuste informazioni per lo svolgimento quotidiano dell'attività fisica e per la pratica di uno sport in sicurezza
	Rendere disponibili opportunità di formazione sull'educazione fisica non soltanto per docenti specialisti della materia, ma anche per altri docenti, al fine di favorire un approccio transcurricolare all'educazione fisica e promuovere la regolare inclusione dell'attività fisica in altre discipline			Il MMG può anche guidare il paziente nella scelta del tipo più appropriato di attività da intraprendere e incoraggiarlo a tener traccia del proprio livello d'attività fisica, attraverso semplici strumenti di monitoraggio
	Favorire l'apprendimento di uno stile di vita sano e attivo fin dalla più tenera età			MMG identifica e personalizza gli obiettivi a misura del singolo paziente, del suo livello d'attività e del contesto e, qualora ritenuto opportuno, può prescrivere esami diagnostici strumentali e/o ematochimici
	Favorire forme di mobilità interna all'Istituto, riorganizzando gli spazi di apprendimento, permettendo ai ragazzi di spostarsi nell'edificio per recarsi nell'aula tematico/disciplinare, modificando il modello tradizionale di classe fissa anche in vista di una migliore concentrazione e disponibilità ad apprendere			Promuovere approccio proattivo di medicina di iniziativa, come ad esempio, quello teorizzato nel modello del Chronic Care Model
	In orario scolastico promuovere l'uscita delle classi, accompagnate dagli insegnanti, con l'obiettivo di percorrere un miglio (circa 1600 metri) a passo svelto			Raccomandate nella stesura dei percorsi di cura per i pazienti affetti da patologie croniche, arruolati nei percorsi di medicina di iniziativa, azioni di "counselling" finalizzate alla promozione dell'attività fisica
	Incoraggiare la pratica dello sport e la partecipazione a giochi di squadra al fine di favorire l'inserimento sociale e l'apprendimento delle regole di vita fondamentali nella comunità			Favorire la creazione di reti che agevolino l'accesso delle persone con disabilità neuro sensoriale, disagio e disturbo mentale al mondo dello sport e all'attività fisica con strategie integrate e multilivello secondo un approccio complessivo alla promozione di sani stili di attraverso la collaborazione tra diverse strutture territoriali, sanitarie e non

4. CREARE SISTEMI ATTIVI	Realizzare convergenze ed alleanze su obiettivi condivisi, coinvolgendo professionisti della sanità e delle politiche sociali, dirigenti scolastici e docenti, urbanisti e architetti, insegnanti, psicologi, responsabili e operatori del mondo sportivo e associativo, ecc.
	Rafforzare l'attenzione sulle disuguaglianze, non solo di natura economica e sociale, ma che riguardano anche i livelli di istruzione, la questione di genere, l'appartenenza a fasce caratterizzate da problemi di fragilità e disabilità, le aree di residenza
	Concertare strategie e scelte operative con politiche di comunità, al fine di promuovere l'inclusione sociale, economica e le pari opportunità
	Valorizzare i programmi di attività fisica e lo sport quali strumenti di inclusione ed empowerment, indipendentemente dalle caratteristiche individuali
	Favorire la crescita della consapevolezza nei MMG e nei PLS non tanto dei benefici di salute ottenibili con l'attività fisica, quanto dell'importanza strategica del loro ruolo nello stimolare e sostenere il cambiamento degli stili di vita dei propri assistiti e delle loro famiglie e far conoscere le offerte di attività fisica presenti sul territorio per meglio indirizzare alle stesse
	Diffusione dei dati è necessaria sia per l'empowerment dei cittadini, ossia per accrescere la loro capacità di scegliere per la salute e di costruire comunità "competenti", sia per orientare le decisioni dei policy maker, in merito a politiche o di interventi che hanno un impatto diretto sulla salute
	Favorire programmi poliennali che prevedano fin dall'inizio un piano condiviso di monitoraggio e valutazione

Griglia per Progetti e Azioni Regionali e Territoriali

ANNO	TITOLO DEL PROGETTO	DESCRIZIONE / OBIETTIVI DI INTERVENTO	TIPO DI PREVENZIONE	SETTING	TARGET	STAKEHOLDERS / PARTNER PROGETTUALI	OBIETTIVO DEL PIANO D'AZIONE	LINEE GUIDA MINISTERO

