


stare bene fa bene
Promuovere la salute

Prevenzione Promozione della salute

**Concetti, dati e programmi del Cantone Ticino
Corso di formazione monitori G & S
Bellinzona, 17 ottobre 2015**

Servizio promozione e valutazione sanitaria
Ufficio del medico cantonale

 Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento della sanità e della socialità

CONCETTI



Le quattro aree d'intervento:

- Qualità dell'assistenza
- Qualità della vita
- Pari opportunità
- Invecchiamento



OMS Europe

stare bene fa bene
Promuovere la salute 

 Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento della sanità e della socialità

Malattia versus salute?

▪ Malattia

- in generale, qualsiasi stato patologico o alterazione dell'organismo o di un suo organo dal punto di vista anatomico o funzionale
- SIN infermità, morbo

Dizionario Sabatini Coletti

▪ Salute

- stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e *non soltanto l'assenza di malattia o infermità* (OMS 1946)
- capacità di adattamento e di autogestione di fronte alle sfide sociali, fisiche ed emotive

(BMJ 2011; 343:d4163)

Prevenire o Promuovere?

▪ PREVENIRE

anticipare un possibile evento probabilmente

negativo

identificare e controllare

- situazioni di rischio
- fattori di rischio

 **Approccio centrato su gruppo specifico**

▪ PROMUOVERE

andare verso un obiettivo, un ideale prestabilito

sviluppare e mantenere

- risorse personali
- risorse comunitarie

 **Approccio globale**

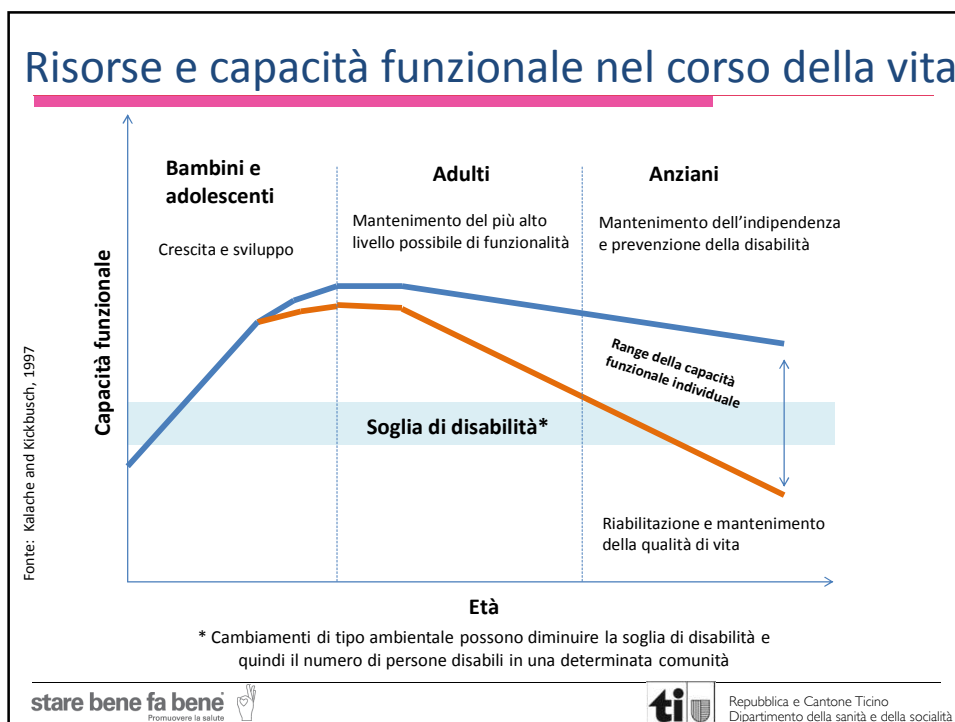
Fattori di rischio per la salute



I determinanti della salute



Dehlgren, G. (1995) *European Health Policy Conference: Opportunities for the Future. Vol. II – Intersectoral Action for Health*. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe.



La promozione della salute è ...

- Creare le condizioni affinché le persone e le comunità abbiano la capacità di esercitare un controllo sulla propria salute e di migliorarla e, quindi, di soddisfare i propri bisogni e adattarsi al variare delle condizioni di vita
- La promozione della salute vuole essere un processo dinamico e partecipativo, garantendo nel contempo equità e sostenibilità

Promozione della salute

La promozione della salute mira a **ridurre le disuguaglianze** socioeconomiche, culturali, di genere ecc. tra i gruppi di popolazione affinché queste non si traducano in disuguaglianze nella salute



pace
cibo
tetto
istruzione

reddito
ecosistema stabile
continuità delle risorse
giustizia ed equità sociale

stare bene fa bene
Promuovere la salute



Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento della sanità e della socialità

Strategie di promozione salute nel XXI secolo

▪ OMS – regione Europa campi d'azione prioritari

- ✓ Investire nella salute a qualsiasi età e responsabilizzando i cittadini
- ✓ Ridurre il peso delle **malattie non trasmissibili e trasmissibili** in EU
- ✓ Rinforcare il sistema sanitario orientato **verso la persona e le capacità della sanità pubblica**
- ✓ Creare **ambienti solidali e comunità resilienti**

OMS 2013. Santé 2020

→ **Importanza di politiche concertate**

▪ Svizzera – Consiglio federale aree d'intervento

- Garantire la **qualità di vita**
- Rafforzare le **pari opportunità** e la **responsabilità individuale**
- Garantire e migliorare la **qualità dell'assistenza**
- Creare **trasparenza**, migliorare la direzione strategica e il coordinamento

DFI 2013. Sanità 2020

→ **Importanza di creare delle sinergie tra i vari settori e attori interessati per aumentare l'effetto**

stare bene fa bene
Promuovere la salute

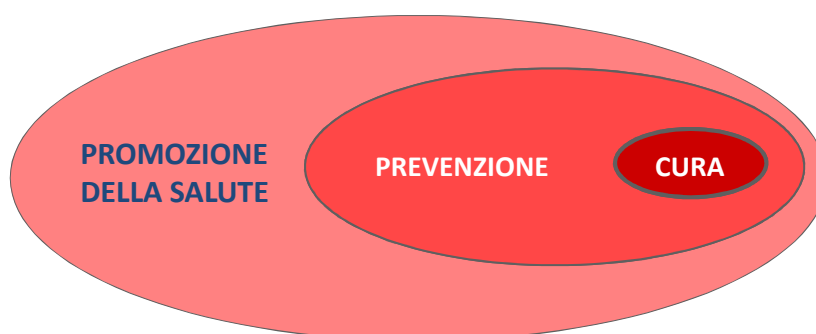


Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento della sanità e della socialità

La missione del SPVS è di...

- Favorire, mantenere o migliorare la salute della popolazione ticinese attraverso attività di prevenzione, protezione e promozione della salute

I campi d'intervento





DATI sulla salute

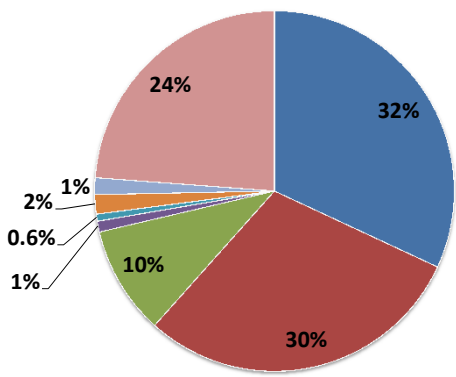
stare bene fa bene
Promuovere la salute 

ti  Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento della sanità e della socialità


Cause di mortalità in Ticino


Principali cause di morte in Ticino nel 2012

Fonte: Unità statistiche sanitarie; Elaborazione e grafica: SPVS



Categoria	Percentuale
Malattie cardiovascolari (I00-I99)	32%
Tumori (C00-D48)	30%
Malattie respiratorie (J00-J98)	10%
Diabete mellito (E10-E14)	1%
Incidenti di trasporto (V01-V99)	0.6%
Cadute (W00-W19)	2%
Malattie infettive e parassitarie (A00-B99)	1%
Altro	24%

stare bene fa bene
Promuovere la salute 

ti  Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento della sanità e della socialità

Mortalità evitabile e fattori di rischio

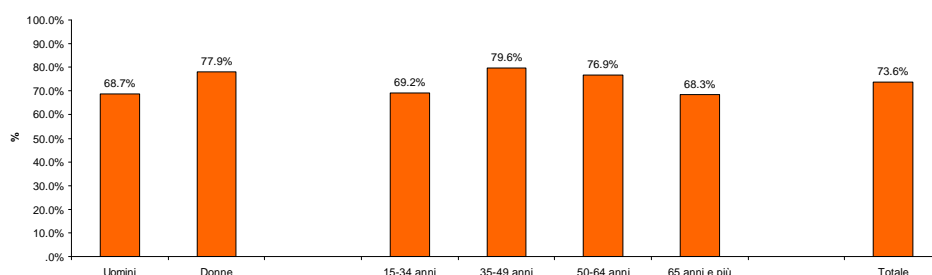
I quattro grandi fattori di rischio:

- Tabacco
- Consumo eccessivo di alcol
- Alimentazione malsana
- Sedentarietà

Sono responsabili fino all'80% dei decessi per causa cardiovascolare e circa al 30% dei decessi d'origine tumorale

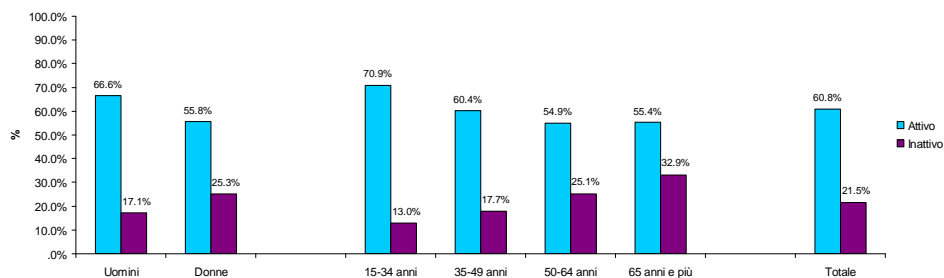
Proporzione della popolazione ticinese che nel 2012 dichiara di fare attenzione alla propria alimentazione

Fonte: ISS 2012; Elaborazione: SPVS



Proporzione di persone che si dichiara fisicamente "Attiva" e "Inattiva" in Ticino nel 2012 per sesso e fascia d'età

Fonte: ISS 2012; Elaborazione: SPVS



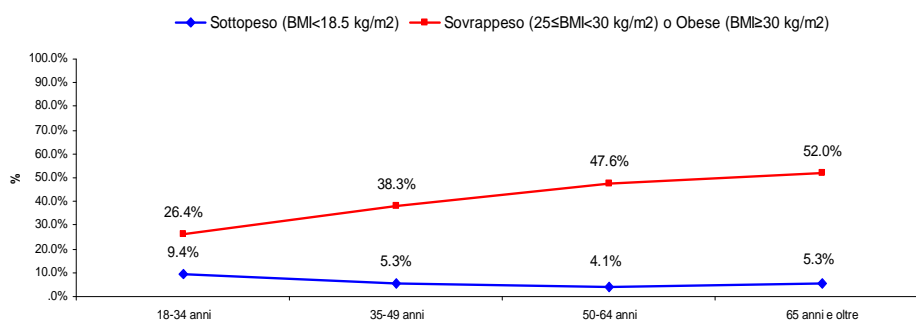
stare bene fa bene
Promuovere la salute



Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento della sanità e della socialità

Proporzione di persone sottopeso e sovrappeso/obese in Ticino nel 2012 per fascia d'età

Fonte: ISS 2012; Elaborazione: SPVS



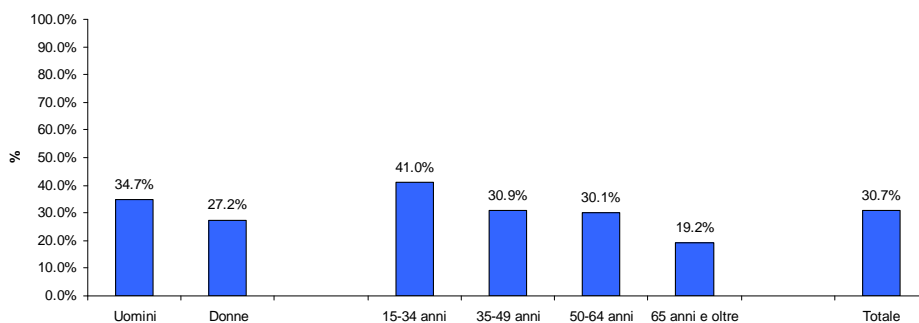
stare bene fa bene
Promuovere la salute



Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento della sanità e della socialità

Proporzione di fumatori in Ticino nel 2012

Fonte: ISS 2012; Elaborazione: SPVS

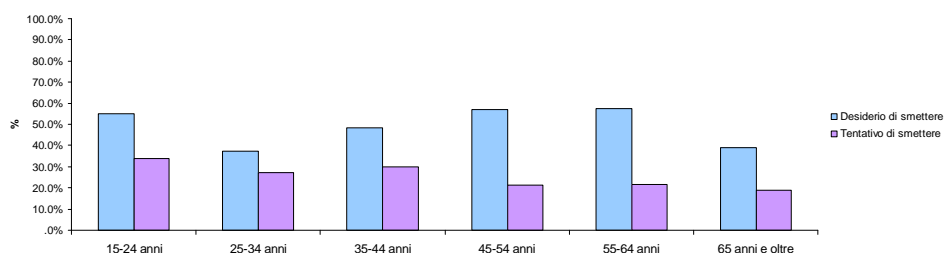


stare bene fa bene
Promuovere la salute

ti
Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento della sanità e della socialità

Confronto tra il desiderio e il tentativo di smettere di fumare in Ticino nel 2012

Fonte: ISS 2012; Elaborazione: SPVS



stare bene fa bene
Promuovere la salute

ti
Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento della sanità e della socialità

Definizione bevanda alcolica standard

▪ Dose standard di alcol

= quantità di alcol contenuta in un bicchiere, abitualmente servito nei ristoranti in Svizzera

1 dose standard corrisponde a

- 3 dl di birra "normale"
- 1 dl di vino bianco / vino rosso
- 0,2 dl di grappa



▪ Calcolo quantità d'alcol puro in una bevanda alcolica

(10 ml di alcol corrisponde a 8 g di alcol puro)

quantità bevanda (ml) x gradazione alcolica (% vol) x 0,8

Esempio 1 dl di vino a 13% : 10 x 13 x 0,8 = 10,4 g alcol puro

Consumo potenzialmente problematico per la salute

▪ Donne

- > 20 g alcol puro al giorno = **2 bevande standard al giorno**
- stato d'ebbrezza almeno una volta al mese = **4 bevande standard in un'occasione**

▪ Uomini

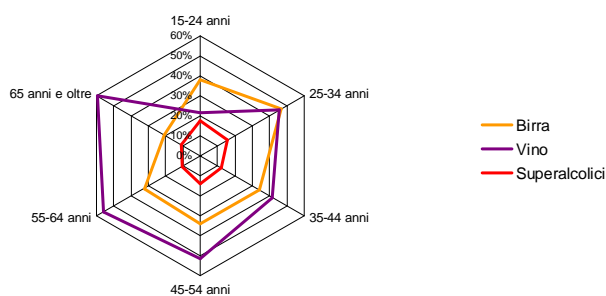
- > 40 g alcol puro al giorno = **quattro bevande standard al giorno**
- stato d'ebbrezza almeno una volta al mese = **5 bevande standard in un'occasione**

WHO 2000

Consumo d'alcol ed effetto nocivo sulla salute

- **Consumo cronico a rischio**
 - malattie epatiche, malattie cardiovascolari, disturbi psichici
alcuni tipi di tumori (cavità orale, faringe, esofago, fegato)
- **Consumo puntuale eccessivo (binge drinking)**
 - intossicazione acuta, coma etilico, comportamenti a rischio,
infortuni, violenze, ecc.
- **Consumo inappropriato (p.es. bere quando si deve guidare, prima di andare al lavoro, durante la gravidanza, ecc.)**
 - indicatore di disagio, impatto sulle relazioni, riduzioni delle
attitudini, messa in pericolo di terzi, ecc.
- **Dipendenza da alcol (malattia) 250'000-300'000 in CH**
 - forte bisogno di bere alcol, perdita del controllo del
consumo, perdita d'interesse per altre cose

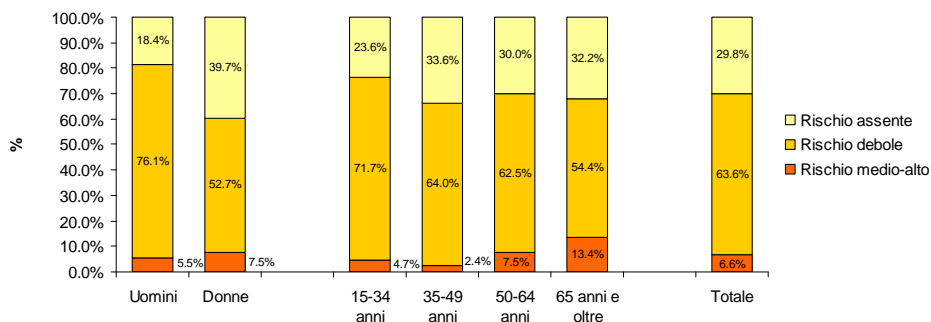
Tipologia di consumo rispetto all'età



Fonte: ISS 2012; Elaborazione: SPVS

Proporzione di persone con un consumo d'alcol a rischio in Ticino nel 2012

Fonte: ISS, 2012; Elaborazione: SPVS

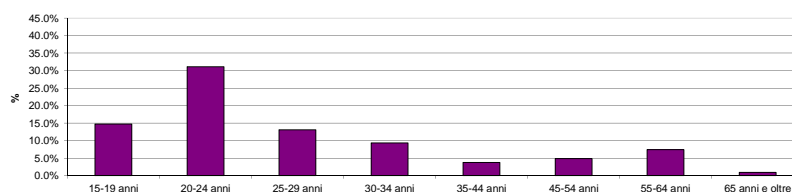


stare bene fa bene
Promuovere la salute

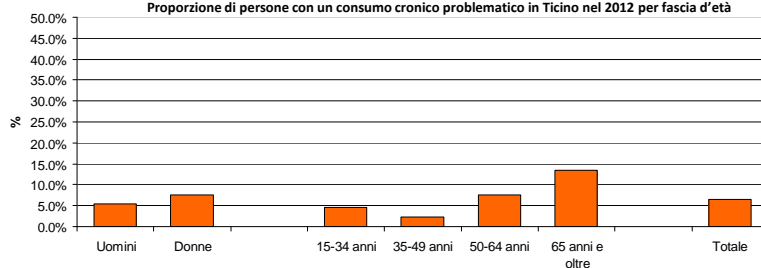
ti
Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento della sanità e della socialità

Alcol: problema nei giovani e negli anziani

Proporzione eventi di binge drinking (almeno 1-3 volte al mese) in Ticino nel 2012 per fascia d'età



Proporzione di persone con un consumo cronico problematico in Ticino nel 2012 per fascia d'età

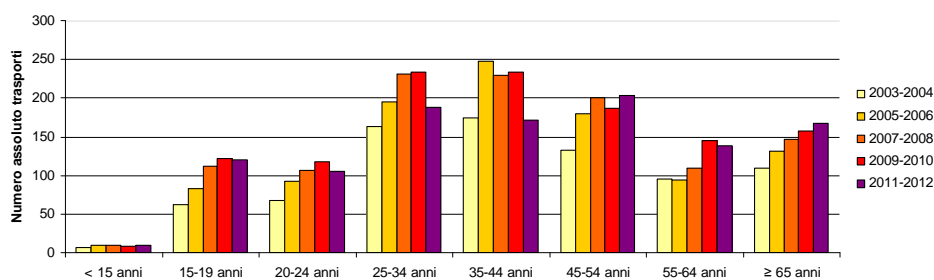


stare bene fa bene
Promuovere la salute

ti
Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento della sanità e della socialità

Trasporti in ambulanza: media biennale

Trasporti in ambulanza per intossicazione etilica acuta in Ticino



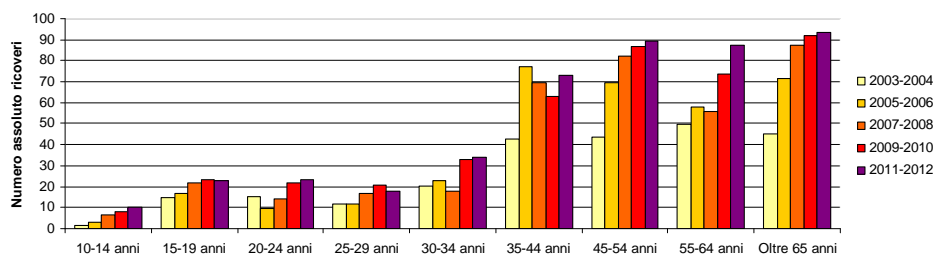
Fonte: FCTSA; Elaborazione: SPVS

stare bene fa bene
Promuovere la salute

ti
Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento della sanità e della socialità

Ricoveri: media biennale

Ricoveri per intossicazione etilica acuta (ICD-10: F10.0) in ospedali e cliniche acute (escluse cliniche psichiatriche e di riabilitazione) in Ticino

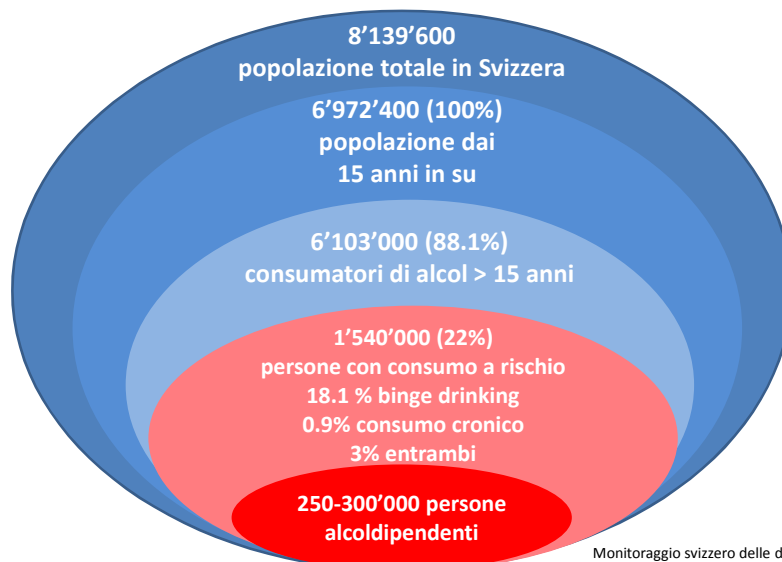


Fonte: Statistica medica federale; Elaborazione: DSP/Unità statistiche sanitarie, SPVS

stare bene fa bene
Promuovere la salute

ti
Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento della sanità e della socialità

Una persona su cinque beve regolarmente e/o troppo spesso



Monitoraggio svizzero delle dipendenze 2014

stare bene fa bene
Promuovere la salute

ti
Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento della sanità e della socialità

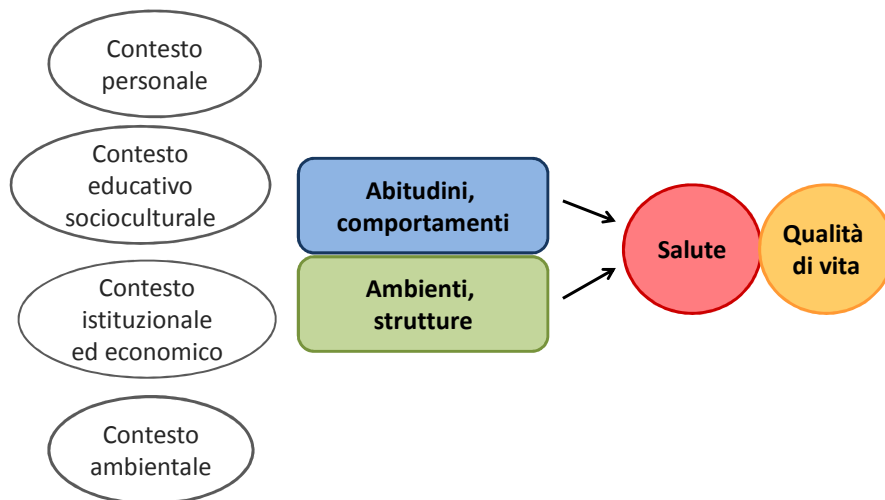
INTERVENTI PER LA SALUTE



stare bene fa bene
Promuovere la salute

ti
Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento della sanità e della socialità

Contesto e scopo di un intervento



Scelta delle priorità



Attività promosse e sostenute dal Cantone

- Piano d'azione cantonale Peso corporeo sano
- Piano d'azione cantonale Alcol
- Programma cantonale Tabagismo
- Salute nelle scuole
- Salute anziani
- Salute migranti
- Salute ambiente
- Diritti e doveri dei pazienti

Programma cantonale tabagismo 2015 - 2018

Visione del programma cantonale di prevenzione del tabagismo

Senza fumo, per vivere meglio

Misure specifiche di prevenzione

Misure di prevenzione comportamentale

Sviluppo delle competenze personali e cambiamento di comportamento a rischio

- ✓ Popolazione: conoscenza effetti negativi del tabacco sulla salute
- ✓ Giovani: promozione del non-fumatore
- ✓ Adulti: sostegno e aiuto per smettere di fumare

Misure di prevenzione strutturale

Azione sulle norme sociali con l'intento di modificare e/o proporre alternative ad abitudini o comportamenti nocivi per la salute, condivisi da un gruppo di persone

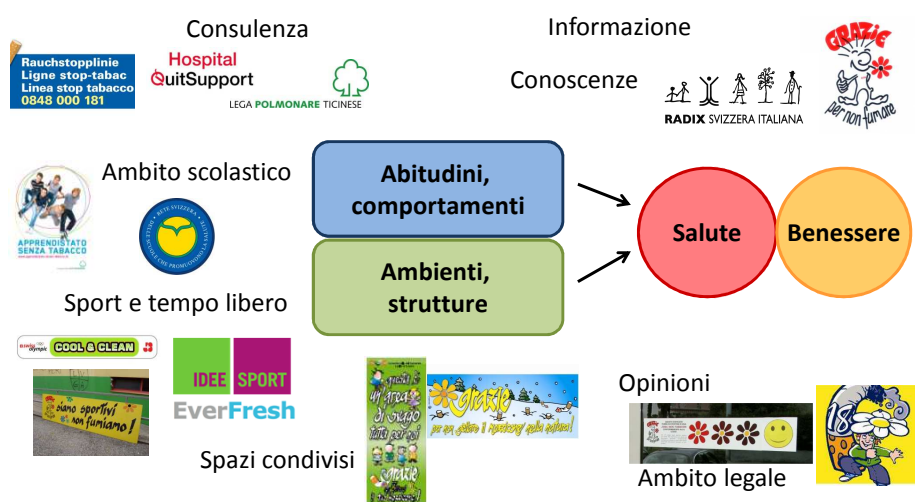
- ✓ Limitazione accesso prodotti del tabacco per minorenni
- ✓ Promozione di spazi pubblici non fumatori
- ✓ Limitazione pubblicità, offerte promozionali, sponsoring

stare bene fa bene
Promuovere la salute



Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento della sanità e della socialità

Esempi d'interventi



stare bene fa bene
Promuovere la salute



Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento della sanità e della socialità

Piano d'azione cantonale alcol 2015 - 2018

Visione del piano d'azione

Chi beve alcol lo fa in modo da non nuocere né a se stesso né agli altri

Piano d'azione cantonale Alcol 2015-2018

Contesto

Visione

Chi beve alcol lo fa in modo da non nuocere né a se stesso né agli altri

Obiettivo cantonale generale

Diminuire la percentuale di persone residenti nel Ticino che presentano un consumo problematico di alcol (fascia giovanile !)

Obiettivi strategici

Coordinare e collaborare

Rete enti / organizzazione

Informare

Presenza di coscienza e responsabilità individuale e collettiva rischi / effetti nocivi alcol

Prevenire

Riduzione rischi e danni

Curare

Cure adeguate

Misure specifiche di prevenzione

Misure di prevenzione comportamentale

Sviluppo delle competenze personali e cambiamento di comportamento a rischio

- ✓ Popolazione: conoscenza effetti negativi dell'alcol sulla salute
- ✓ Giovani: diminuzione del consumo puntuale
- ✓ Anziani: diminuzione del consumo cronico

Misure di prevenzione strutturale

Azione sulle norme sociali con l'intento di modificare e/o proporre alternative ad abitudini o comportamenti nocivi per la salute, condivisi da un gruppo di persone

- ✓ Limitazione accesso bevande alcoliche per minorenni
- ✓ «Articolo scioppo» promosso con maggiore efficacia
- ✓ Consenso presso la popolazione

Coordinamento e pilotaggio del PAC alcol

Gruppo d'accompagnamento:

Servizi amministrativi cantonali (DSS, DI)
Ente ospedaliero cantonale
Ticino Addiction, Radix SI, Ingrado

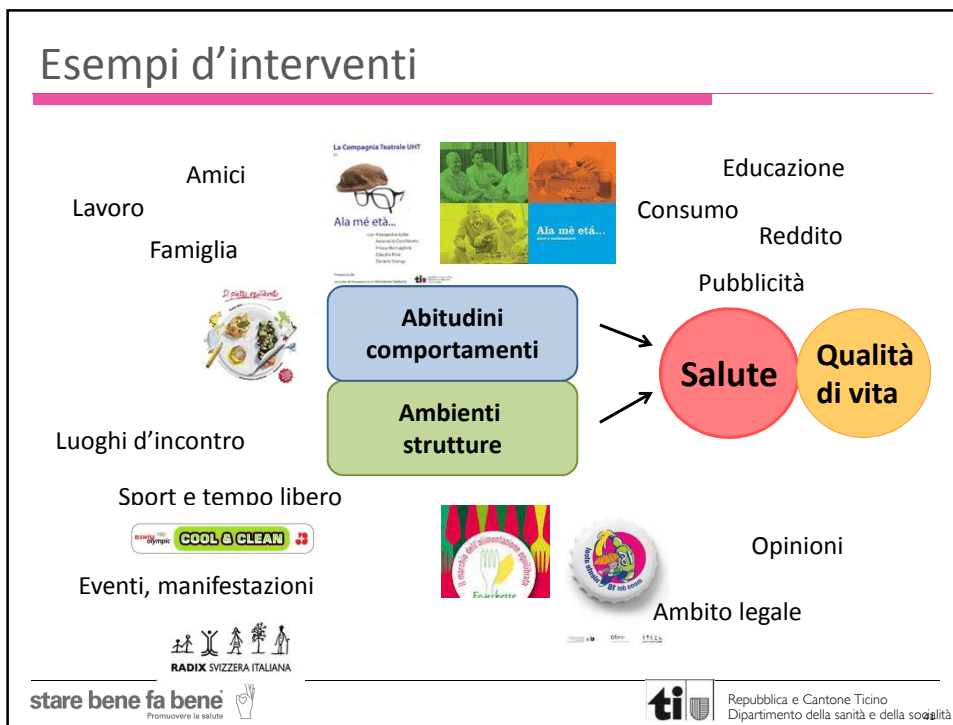
Promuovere azioni di prevenzione del rischio e riduzione dei danni

Facilitare messa in rete enti e organizzazioni

Favorire azioni d'informazione, sensibilizzazione, responsabilizzazione

Migliorare l'accesso alle cure, il depistaggio e la presa a carico

Monitorare le azioni nell'ottica della maggiore efficienza possibile



I nostri canali d'informazione

This section displays the various communication channels used by the 'Servizio di promozione e di valutazione sanitaria'. It includes:

- Website:** A screenshot of the service's website showing navigation menus, contact information, and a list of topics.
- Newsletter:** A screenshot of a newsletter titled 'NEWSLETTER n. 07' with the subject 'DSS > DSP > Ufficio del medico cantonale'.
- Facebook Page:** A screenshot of the service's Facebook page, showing the profile picture, cover photo, and recent posts.
- Poster:** A poster titled 'Il caso dello zucchero in Italia' (The case of sugar in Italy) with the subtitle 'Chi va zuckerato?'. It lists 'determinanti della salute' and 'temi' such as 'Alimentazione', 'Movimento', 'Diritti dei pazienti', 'Benessere, disagio e dipendenza', and 'Salute e ambiente'.

At the bottom, the logo 'stare bene fa bene' (Promuovere la salute) is on the left, and the logo of the 'Repubblica e Cantone Ticino Dipartimento della sanità e della socialità' is on the right.

I nostri canali d'informazione

L'ALIMENTAZIONE DEL BAMBINO
 da 0 a 36 mesi

alcol
 IL PARLARE CON GLI ADOLESCENTI

Giovan... come va?

Sigaretta elettronica

MOVIMENTO) e GUSTO
 ...con l'equilibrio giusto!
Il piatto equilibrato
 meglio a piedi

agenda
 2014-2015

Rapport de base sur la santé pour le canton de Ticino
 38

Ala mé età...
 La Compagnia Teatrale UHT

Se mi muovo... mi mantengo in forma!

Ala mé età...
 100 Anni della Anzianità Ticinese

stare bene fa bene
 Promuovere la salute

ti Repubblica e Cantone Ticino
 Dipartimento della sanità e della socialità

Grazie per l'attenzione!