

LA RETE DEI GRUPPI DI CAMMINO COME MODELLO DI APPROCCIO COMUNITARIO ALLA PROMOZIONE DEL BENESSERE INDIVIDUALE ED AL CONTRASTO DELLE PATOLOGIE CRONICHE

UN PROGETTO SPERIMENTALE PROMOSSO DA ATS DELLA VAL PADANA

RAZIONALE

I gruppi di cammino sono uno strumento ampiamente diffuso in molte realtà territoriali per incentivare l'attività motoria ed elevare quindi il livello di benessere psico-fisico delle persone.

Ancorché apportino beneficio ai partecipanti di qualunque età, è nelle persone anziane che si prevede il maggior beneficio in termini di salute, in particolare in quelle ad alto rischio o affette da patologie croniche.

Nel territorio dell'ATS della Val Padana sono presenti a macchia di leopardo - in misura minore nella provincia di Cremona rispetto al mantovano - gruppi di cammino avviati per iniziativa dei comuni, delle associazioni, dell'ATS, di soggetti di natura pubblica e privata (profit e no-profit), etc.

Queste iniziative sono frutto in parte delle azioni di promozione delle ex ASL di Cremona e Mantova o dell'attuale ATS, in parte di progetti estemporanei (pur in una linea coerente di promozione di stili di vita sani) più che di un disegno organico e strutturato e, ove promosse da soggetti diversi, indipendenti pur operanti nello stesso territorio; esiste pertanto ampio spazio per migliorare gli elementi di raccordo e sinergia tra le varie progettualità.

Inoltre, in linea con la promozione della Medicina d'iniziativa, il nuovo modello di presa in carico del paziente cronico avviato da Regione Lombardia offre un'opportunità significativa per l'inserimento della prevenzione e promozione di stili di vita salutari - in particolare l'attività motoria - nei Piani Assistenziali individuali dei pazienti. Si presenta tuttavia la necessità di offrire un sistema strutturato di riferimento ai Medici di Medicina Generale (MMG) o agli specialisti dei Gestori, in modo da facilitare sia la prescrizione che il contatto con un interlocutore qualificato per indirizzare i pazienti ad un contesto operativo e socializzante.

Infine, i Gruppi di cammino sono guidati da conduttori (*walking leader*) non sempre formati e provvisti di esperienza e competenze consolidate nello specifico ruolo, condizione evidentemente auspicabile.

SCOPO

Migliorare il livello di benessere psico-fisico e relazionale delle persone, in particolare gli anziani e i pazienti affetti da patologie croniche, attraverso un incremento dell'attività motoria.

OBIETTIVI

- Costruire all'interno dei Comuni aderenti - nel territorio di competenza dell'ATS della Val Padana - una Rete di Gruppi di Cammino quale modello strutturato per la promozione della salute, con particolare riferimento agli anziani ed alle persone a rischio o affette da patologie croniche, anche in raccordo con il nuovo modello di presa in carico in fase di avvio in Regione Lombardia.
- Assicurare a ciascun Gruppo di Cammino della Rete un Conduttore "qualificato", attraverso un percorso formativo condotto in collaborazione con le associazioni e società sportive operanti sul territorio.



Direzione Generale

Il Direttore Generale

- Costruire un'Anagrafe dei Gruppi di Cammino "qualificati" della Rete georeferenziati sul territorio comunale, con rispettivi riferimenti operativi e di attività (es. Conduttore, orario, itinerario, punto di incontro per la partenza, livello di difficoltà, recapito telefonico e/o indirizzo email per contatti ed iscrizioni, ...).
- Pubblicare ed aggiornare periodicamente l'Anagrafe sul sito web di ATS e degli altri promotori della Rete (es. Comune, associazioni/società sportive, Enti Gestori della presa in carico del paziente cronico, etc.), al fine di garantirne visibilità ed accessibilità sia ai cittadini, sia ai Medici di Medicina Generale (MMG) o ai Medici Specialisti che - nella loro azione di presa in carico - intendano prescrivere ai propri assistiti l'attività motoria in un contesto già strutturato, qualificato e socializzante.
- Creare, per quanto possibile, percorsi protetti e spazi attrezzati sul territorio Comunale, in modo da massimizzare i livelli di confort e sicurezza delle attività dei Gruppi di Cammino della Rete.
- Diffondere una cultura dell'attività motoria nella comunità, orientando la vocazione agonistica e le competenze delle associazioni/società sportive anche in una visione di promozione della salute al servizio alla comunità e delle persone anziane.
- Promuovere la prescrizione di attività motoria e stili di vita salutari da parte di MMG e Specialisti, con riferimento particolare al nuovo modello di presa in carico ed al ruolo dei soggetti Gestori nella stesura dei Piani Assistenziali Individuali (PAI).

FASI OPERATIVE

1. Censimento dei Gruppi di Cammino esistenti da parte dell'ATS, in collaborazione con i Comuni e le Associazioni operanti sui rispettivi territori (Forum del Terzo Settore).
2. Definizione di un protocollo d'intesa tra ATS, Comuni, CONI e Consulta dello Sport (o Associazioni/Società sportive più rappresentative) e/o altre realtà territoriali rilevanti per le finalità del progetto.
3. Definizione ed avvio di percorsi formativi a cura delle Associazioni/Società sportive, rivolti primariamente ai partecipanti o conduttori dei Gruppi di Cammino esistenti o programmati di nuova istituzione, finalizzati alla "qualificazione" dei Gruppi di Cammino.
4. Compilazione di una scheda anagrafica per ogni Gruppo di Cammino così "qualificato" (georeferenziato sul territorio comunale) e pubblicazione in apposito spazio sul sito dell'ATS, dei Comuni, delle Associazioni/Società sportive, dei soggetti Gestori, etc.
5. Definizione delle procedure operative di gestione e funzionamento dei *Gruppi di Cammino qualificati* (es. modalità di adesione e numerosità, rilascio di consenso e/o liberatoria ove necessari, documentazione attestante eventuale copertura assicurativa, modalità di funzionamento, etc.).
6. Stipula di specifici accordi tra ATS e MMG, Specialisti, Gestori della presa in carico dei pazienti cronici, propedeutici all'avvio di percorsi informativi e formativi - rivolti agli stessi ed ai Medici Specialisti - sui benefici dell'attività motoria e la valutazione del livello di funzionalità fisica nell'anziano.
7. Definizione e realizzazione - da parte dei Comuni aderenti - di interventi di allestimento di aree attrezzate (es. pensiline, panchine, postazioni per stretching, erogatori d'acqua, ...) nei percorsi definiti per i *Gruppi di Cammino qualificati*.
8. Iniziative informative e divulgative, condotte da tutti i soggetti promotori del progetto, rivolte alla popolazione, ai MMG ed agli specialisti, per promuovere il progetto ed incentivare la partecipazione a tutti i livelli.
9. Valutazione e rendicontazione dell'attività svolta, con particolare riferimento ad indicatori di struttura (es. allestimento di aree attrezzate) e di processo (es. numero di corsi effettuati dalle Associazioni/Società sportive e di "Conduttori" formati, numero di *Gruppi di Cammino qualificati*, numero di cittadini partecipanti

Direzione Generale

Il Direttore Generale

ai Gruppi di Cammino e di abbandoni, numero di corsi effettuati e di MMG/specialisti formati, numero di invii di cittadini partecipanti da parte di MMG/specialisti, ...).

INDICATORI PER IL MONITORAGGIO DEL PROGETTO

1. Numero di Comuni aderenti
 - a. % su tutti i Comuni dell'ATS
 - b. Variazione rispetto all'anno precedente
2. Numero di GdC attivati
 - a. Variazione rispetto all'anno precedente
3. Numero dei GdC dedicati per patologia o fragilità
 - a. % su tutti i GdC
 - b. Variazione rispetto all'anno precedente
4. Numero di persone iscritte
 - a. Variazione rispetto all'anno precedente
5. Numero di over 65 iscritti
 - a. % su tutti gli iscritti
 - b. Variazione rispetto all'anno precedente
6. Numero di pazienti cronici iscritti
 - a. % su tutti gli iscritti
 - b. Variazione rispetto all'anno precedente