



DIREZIONE SANITARIA ATS BRESCIA

## L'ATTIVITÀ FISICA COME "FARMACO"

IL COUNSELLING MOTIVAZIONALE BREVE  
E LE POSSIBILI RISPOSTE PER I BISOGNI DEI DESTINATARI

CORSO DI FORMAZIONE (N° 3 EDIZIONI)



**RIVOLTO A OPERATORI SANITARI E A OPERATORI DI CENTRI DI ATTIVITA' MOTORIA**

**EDIZIONE 1 - TERRITORIO ASST SPEDALI CIVILI** 21/10 - 28/10 - 04/11/21 ore 19,00-21,45

**EDIZIONE 2 - TERRITORIO ASST FRANCIACORTA** 11/11 - 18/11 - 25/11/21 ore 19,00-21,45

**EDIZIONE 3 - TERRITORIO ASST GARDA** 16/11 - 23/11 - 30/11/21 ore 19,00-21,45

**PREMESSA:** Il corso trae le sue motivazioni da una parte dalle evidenze scientifiche dell'impatto positivo della attività fisica nell'ambito della prevenzione e della cura delle malattie croniche e, dall'altra, dal riconoscimento di come le iniziative a carattere socio sanitario, per avere successo, debbano avere una valenza territoriale.

**OBIETTIVO** del corso è fornire ai partecipanti gli strumenti cognitivi ed operativi per incentivare nella popolazione la pratica dell'attività fisica mediante:

- Acquisizione dei principi e delle procedure dell'evidence based practice riguardo l'attività fisica e il counselling motivazionale breve.
- Conoscenza dei protocolli della "Attività Fisica Adattata (AFA)".
- Presentazione di una pagina web che consentirà di geolocalizzare sul territorio le diverse strutture ed organizzazioni per la pratica di attività fisica a vari livelli (Gruppi di Cammino, Palestre e Centri per l'attività motoria organizzata o per l'Attività Fisica Adattata).

### DURATA E CALENDARIO DEL PROGETTO

Il corso si svilupperà in n° 3 incontri serali a cadenza settimanale, in fascia oraria 19,00 - 21,45 e sarà della durata complessiva di n° 8 ore. Viene proposto in tre edizioni, che terranno conto dell'importanza di facilitare connessioni di conoscenza reciproca fra operatori sanitari - e non - appartenenti ad uno stesso contesto geografico (contesti ASST nel nostro caso). Da qui la scelta di proporre, come già evidenziato tre edizioni associate alle tre territorialità ASST: La prima edizione rivolta a partecipanti di provenienza dal territorio di riferimento ASST Spedali Civili; la seconda edizione rivolta a partecipanti di provenienza dal territorio di riferimento ASST Franciacorta; La terza edizione rivolta a partecipanti di provenienza dal territorio di riferimento ASST Garda.



## SEDE DEL CORSO, PARTECIPANTI E PROGRAMMA

Il corso si svolgerà in presenza, nella Sala "Venturini" dell'ATS di Brescia, in Viale Duca degli Abruzzi, 15 - Brescia. Nelle tre edizioni - ciascuna con n° max 41 partecipanti, rivolte a: **operatori sanitari** (in ogni edizione.: n°17 MMG, n° 8 Operatori sanitari di strutture pubbliche e private, n°8 Farmacisti) e a n° 8 Operatori dei Centri sportivi e/o di attività motoria di specifici territori (ASST Spedali Civili, ASST Franciacorta, ASST Garda) - cambieranno solo le date, rimanendo invariati la struttura, i nomi dei docenti e i contenuti del programma.

## PROGRAMMA

1° Incontro	Contenuti
<b>1^ediz.</b> Giovedì 21/10/2021 Orario: 19,00 – 21,45	Registrazione partecipanti Introduzione al percorso, presentazioni, contratto d'aula Contributi Docenti: <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Sedentarietà e impatto sulla salute. Alcune evidenze critiche nei dati epidemiologici del contesto bresciano;</i></li> <li>• <i>Le Malattie Croniche Non Trasmissibili (MCNT): Fattori di rischio, Fattori protettivi, Stili di Vita;</i></li> <li>• <i>Attività Fisica, Movimento Umano e Salute. l'Attività Fisica Adattata nelle Malattie Croniche Non Trasmissibili.</i></li> </ul> Docenti: Giovanni Maifredi/Cinzia Gasparotti, Maria Lorenza Muiesan, Claudio Orizio, Angelo Valli
<b>2^ediz.</b> Giovedì 11/11/2021 Orario: 19,00 – 21,45	
<b>3^ediz.</b> Martedì 16/11/2021 Orario: 19,00 – 21,45	
2° Incontro	Contenuti
<b>1^ediz.</b> Giovedì 28/10/2021 Orario: 19,00 – 21,45	Ripresa argomenti dal primo incontro Contributi Docenti: <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Il counselling Motivazionale Breve: uno strumento per promuovere cambiamento negli stili di vita;</i></li> <li>• <i>Il sito WEB del Progetto "Rete delle Attività Motorie Organizzate per la Salute di Brescia"- ATS Brescia e Aprire Network-Assistenza Primaria in Rete;</i></li> <li>• <i>"Movimento per la Salute": un progetto di collaborazione fra MMG e operatori di Fitness Metabolica;</i></li> <li>• <i>Esercitazione, Giochi di ruolo su orientamento/prescrizione/accoglienza e conduzione di percorsi per guadagni in salute connessi allo svolgere movimento/attività fisica.</i></li> </ul> Docenti: Fulvio Lonati, Erminio Tabaglio, Angelo Valli, Davide Violi
<b>2^ediz.</b> Giovedì 28/11/2021 Orario: 19,00 – 21,45	
<b>3^ediz.</b> Martedì 23/11/2021 Orario: 19,00 – 21,45	
3° Incontro	Contenuti
<b>1^ ediz.</b> Giovedì 04/11/2021 Orario:19,00 – 21,30	Ripresa argomenti dal secondo incontro Contributi Docenti: <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Il Medico di Medicina Generale e la risposta nell'attività clinica a diversificati bisogni di movimento/attività fisica dei propri assistiti: alcune situazioni prototipiche.</i></li> <li>• <i>Esercitazione: Progettazione di reti possibili, territoriali, fra operatori sanitari e operatori dediti all'accoglienza e conduzione di percorsi per guadagni in salute connessi allo svolgere movimento/attività fisica.</i></li> <li>• <i>Valutazione dell'esperienza con riferimento agli obiettivi formativi</i></li> <li>• <i>Conclusioni</i></li> </ul> Docenti: Davide Becchetti, Angelo Valli
<b>2^ ediz.</b> Giovedì 18/11/2021 Orario 19,00 – 21,30	
<b>3^ ediz.</b> Martedì 30/11/2021 Orario 19,00 – 21,30	



## METODOLOGIA DIDATTICA

Formazione in presenza.

Sono previsti contributi teorici esperti di docenti sulle tematiche oggetto del corso, integrati/alternati da interventi di conduzione attiva di gruppo per gli approfondimenti e la valorizzazione dell'esperienza dei partecipanti. I contributi teorici saranno integrati dalla proposta di testi e audiovisivi a supporto degli apprendimenti.

## RESPONSABILE SCIENTIFICO

Dott. Angelo Valli, Dirigente Psicologo, U.O.S.D. Promozione della Salute ATS Brescia

**DOCENTI** (in elenco in ordine di intervento negli incontri):

- Dott.ssa Cinzia Gasparotti – Dirigente Medico - UO Epidemiologia ATS Brescia
- Dott. Giovanni Maifredi – Dirigente Medico - UO Epidemiologia ATS Brescia
- Prof.ssa Maria Lorenza Muiesan - P.O. Dipartimento Scienze Cliniche e Sperimentali - Università degli Studi di Brescia - Direttore 2° Medicina Generale - ASST Spedali Civili di Brescia
- Prof. Claudio Orizio - P.O. Scienze dell'Esercizio Fisico e dello Sport - Dipartimento Scienze Cliniche e Sperimentali Sezione di Neuroscienze - Area Chinesiologia - Università degli Studi di Brescia
- Dott. Angelo Valli - Psicologo psicoterapeuta - UOSD Promozione della Salute ATS di Brescia;
- Dott. Fulvio Lonati - Medico, Presidente della Associazione APRIRE - Assistenza Primaria in Rete Salute a km 0" e APRIREnetwork.
- Dott. Erminio Tabaglio - Medico di Medicina Generale, Presidente Società Italiana di Medicina Generale (SIMG) Provincia di Brescia;
- Prof. Davide Violi - Direttore Tecnico Progetto "Movimento per la Salute"; Responsabile Fitness Metabolica di Millennium Sport e Fitness
- Dott. Davide Becchetti - Medico di Medicina Generale, Coordinatore C.R.T. Alta Valtrompia, membro Società Italiana di Medicina Generale (SIMG)

## PARTECIPAZIONE E CREDITI ECM

Secondo le indicazioni contenute nella D.G.R. n.19355 del 21.12.2018 all'evento sono stati assegnati **N 10,40 crediti ECM**. L'attestato sarà rilasciato esclusivamente a coloro che avranno partecipato almeno al 90% dell'iniziativa e compilato il questionario di *customer satisfaction* on line.

## MODALITA' DI ISCRIZIONE ALL'EVENTO

La partecipazione al corso non prevede costi per i partecipanti. L'iscrizione al corso, per tutte le edizioni, dovrà essere effettuata on line **entro Martedì 19 ottobre 2021**:

- Per i non dipendenti di ATS Brescia, accedendo con le proprie credenziali o effettuando la registrazione al portale <https://formazione.sigmagpaghe.com> e procedendo con l'iscrizione
- Per i dipendenti di ATS Brescia accedendo al portale <https://formazione.sigmagpaghe.com> con le credenziali utilizzate per l'Angolo del dipendente.

L'iscrizione è da considerarsi effettiva solo a seguito di mail di conferma.

**SEGRETERIA ORGANIZZATIVA** Servizio Gestione Personale e Sviluppo Professionale

☎ 030383.8231/8556 - @: [formazione@ats-brescia.it](mailto:formazione@ats-brescia.it)