



LINEE D'INDIRIZZO REGIONALI PER LE AA.SS.LL. SULLA PROMOZIONE DELL'ATTIVITÀ FISICA ADATTATA (AFA) IN SOGGETTI CON MALATTIE CRONICHE NON TRASMISSIBILI (MCNT) STABILIZZATE

DGR 194/2018

Abstract

La Regione Campania, con DGR n.860 del 29.12.2015 e successivo DCA n.36 del 01.06.2016 ha approvato il Piano Regionale della Prevenzione (PRP) per gli anni 2014-2018 che attua a livello regionale i principi e gli indirizzi del Piano Nazionale della Prevenzione 2014-2018, nato dall'Intesa del 13 novembre 2014 fra Stato, Regioni e Province autonome. Il Piano pone le popolazioni e gli individui al centro delle azioni e propone interventi che accompagnano il cittadino in tutte le fasi della vita, nei luoghi di vita e di lavoro, con la finalità di conseguire il più elevato livello di benessere psicofisico raggiungibile attraverso un sistema di azioni di promozione della salute e di prevenzione.

Il PRP 2014-2018 riconosce l'utilità dell'attività fisica e dell'esercizio fisico, nella popolazione generale e in gruppi a rischio, come strumento preventivo e terapeutico a disposizione dei sanitari per contrastare l'insorgenza e l'evoluzione delle malattie croniche non trasmissibili (MCNT) che risentono positivamente dell'esercizio fisico, opportunamente promosso e somministrato, e di un'adesione a uno stile di vita attivo. Il programma B - azione B.5 del PRP 2014-2018 prevede attività finalizzate all'identificazione e alla presa in carico dei soggetti a rischio di MCNT al fine di ridurre il carico prevedibile ed evitabile di morbosità, mortalità e ulteriore disabilità in tali soggetti, anche attraverso la promozione e la diffusione dell'attività fisica.

L'Attività Fisica Adattata (AFA) si caratterizza per essere una pratica strutturata, regolare e costante, nella quale vengono valutati, programmati, stabiliti e dosati parametri quali: "frequenza, intensità, tempo e tipologia (parametri FITT)".

L'AFA può essere praticata sia da persone con bisogni educativi speciali e sociali, sia da soggetti affetti da MCNT in stabilità clinica e strumentale. In questi ultimi i programmi AFA vanno svolti sotto la supervisione di professionisti specificamente formati, ovvero in autonomia con periodici richiami di rinforzo motivazionale, solo in seguito a valutazione e determinazione delle capacità di auto-monitoraggio.

Le attività di promozione dell'Attività Fisica andrebbero sistematicamente integrate nei Percorsi Diagnostico-Terapeutico-Assistenziali (PDTA), visto che l'AFA determina benefici in prevenzione primaria e, combinata con le terapie farmacologiche, nella prevenzione delle complicanze delle MCNT nelle fasi post-riabilitative. Anche in patologie meno severe i benefici dell'AFA sui sintomi, sulla progressione e sulla qualità di vita sono rilevanti.

Obiettivo

Obiettivo del documento è definire modalità univoche di gestione e attuazione degli interventi di promozione della salute sul territorio regionale e migliorare il grado di "empowerment di sistema", cioè la capacità del sistema salute di sviluppare le proprie competenze in maniera strutturata. In particolare, si definiscono gli interventi che prevedono programmi di AFA attraverso operatori capaci di lavorare in équipe multi-disciplinari, identificando alcuni principi da rispettare:



- la presenza di certificazione medica che indichi l'assenza di controindicazioni assolute e, in presenza di patologie, la stabilizzazione delle stesse;

- la definizione, da parte del professionista, di un protocollo-programma di intervento compatibile con lo stato psicofisico del soggetto.

Il documento delinea il framework della “**Rete territoriale AFA per la salute**” che, coordinata da un gruppo regionale multiattore e multidisciplinare, viene affidata alle AA.SS.LL. nell'ambito delle attività di promozione della salute, secondo i principi e l'organizzazione prevista dall'”Atto di indirizzo per le attività di educazione e promozione della salute nelle AA.SS.LL. delle Regione Campania” (DGR n.501/2017).

Il documento specifica le modalità attuative della rete territoriale per l'AFA, descrivendo:

- Requisiti e modalità di adesione alla Rete
- Le strutture ed i professionisti dell'Attività Fisica Adattata
- I criteri di inclusione nei Programmi di Attività Fisica Adattata
- I costi dei programmi di AFA