

loghi istituzionali
Scuola Internazionale Superiore di Studi Avanzati – SISSA Laboratorio interdisciplinare
Azienda Sanitaria Universitaria Integrata di Trieste

Titolo del progetto formativo:

Scienze cognitive, neuroscienze ed educazione terapeutica

Premessa e introduzione al progetto: motivazioni, epidemiologia, bisogni del SSR...

Le patologie cronico-degenerative sono ormai da tempo prima causa di morte in Europa e in Italia e rappresentano circa l'80% del carico di malattia a livello generale. Questa particolare fisionomia epidemiologica ha un impatto enorme sugli anni di vita persi a causa della disabilità, ma anche sull'economia, sulle finanze delle famiglie e del servizio sanitario; e, unitamente all'invecchiamento della popolazione essa sta producendo un micidiale cortocircuito sanitario. La sanità e la concreta pratica clinica sono state coinvolte in un profondo processo di ristrutturazione in cui sempre più crescenti e prioritario sarà il confronto con la cronicità, le cure a lungo termine, le ricadute, la loro prevenzione. Un processo che esportà il personale a nuove e più dilatate dimensioni dello stress professionale e in cui diventeranno sempre più determinanti le capacità di attivare nei pazienti l'adesione al regime di cura, l'alleanza terapeutica. Si tratta di sfide e competenze che richiamano l'importanza della gestione dello stress (per il personale sanitario e per i pazienti), delle abilità comunicative, empatiche, sulla pluralità e sulla complessità dei valori morali di cui sono portatori i soggetti malati, valori che inevitabilmente impattano sul rapporto con la cura a lungo termine, sui comportamenti, sugli stili di vita e di conseguenza sull'esito del percorso terapeutico.

Le patologie cronico-degenerative peraltro dipendono fortemente dalle cattive abitudini, dai comportamenti abituali e dagli stili di vita. Tuttavia, il lungo decorso di queste patologie e la loro forte correlazione con le abitudini, lascia ampi spazi di intervento in clinica e in sede di prevenzione e prevenzione delle ricadute. La modificazione delle abitudini per "guadagnare salute" è un ambito di intervento fondamentale, sia per limitare i fattori di rischio che portano alla manifestazione clinica, sia – in sede di prevenzione terziaria – per ridurre il pericolo di recidive o rallentare il decorso della malattia, attenuare i sintomi. La difficoltà maggiore per le persone, è quella di mantenere nel tempo l'astensione dalle abitudini e dallo stile di vita che hanno concorso al manifestarsi della patologia. Le persone tendono a mantenere le routine consolidate a dispetto della consapevolezza della loro dannosità a causa dell'esistenza di processi mentali che tendono a fissare i comportamenti ripetuti per renderli via via più economici ed efficienti. Le ricadute nelle abitudini patologiche peraltro accadono tipicamente nei periodi di esposizione allo stress, che sottraggono importanti risorse cognitive ai meccanismi che controllano i comportamenti automatici. Le scienze cognitive e le neuroscienze suggeriscono che questi comportamenti e apprendimenti stereotipati, possono essere modificati, rimodellati proprio attraverso gli stessi meccanismi che li hanno creati. In questo senso diventa fondamentale, per il personale sanitario e per i pazienti stessi, conoscere i processi che fissano i comportamenti e creano le abitudini e gli stili di vita, al fine di poter intervenire su di essi in modo più funzionale ed efficace.

La comprensione dei meccanismi psicologici, nervosi e biologici con cui si creano e si possono plasmare nuovamente le abitudini e gli stili di vita e la conoscenza delle strategie comportamentali con cui far leva e attivare questi meccanismi, possono diventare uno strumento formidabile in mano al personale sanitario per educare le persone portatrici di patologie croniche, a

lungo termine (o portatrici di importanti fattori di rischio) e abilitarle al cambiamento. Come suggeriscono le ricerche, per le persone, la consapevolezza di questi stessi meccanismi e processi, rappresenta un fondamentale elemento cognitivo per l'interiorizzazione e l'utilizzo delle strategie comportamentali per guadagnare salute, nella motivazione al cambiamento e nella effettiva ristrutturazione e gestione delle abitudini.

I principi derivati dalle neuroscienze e dalle scienze cognitive ben si integrano con l'acquisizione di competenze comportamentali e anche progettuali in tema di educazione terapeutica rivolte per definizione a un malato cronico, per il quale l'apprendimento di competenze e di comportamenti di salute è necessario e indispensabile per vivere. Il personale sanitario così può modificare la relazione terapeutica attivando il paziente, trasferendo conoscenze, strategie e abilità comportamentali per la prevenzione e la gestione delle patologie, per la gestione dello stress, potendo così non solo ridurre l'accesso del paziente a nuove cure in acuto, ma anche delegare alle persone assistite alcuni atti che in precedenza erano di sua competenza. In questo approccio è evidente che la persona assistita e i suoi familiari sono al centro di un processo in cui la cura tende a trasformarsi in un percorso di insegnamento-apprendimento teso all'*empowerment*. Un percorso pedagogico sistemico che, in quanto tale, è capace di coinvolgere tutte le parti in causa della popolazione e promuovere così, in prospettiva, la prevenzione primaria.

Per il raggiungimento di questi ambiziosi obiettivi è strutturale un percorso formativo che renda più capaci gli operatori di fare educazione terapeutica, in termini di conoscenze e in termini di competenze comportamentali. Il percorso formativo sarà per questo finalizzato alla conoscenza: a) delle teorie del comportamento e della costruzione e del rimodellamento delle abitudini; b) delle tecniche con cui modificare queste ultime e gli stili di vita; c) delle strategie per potenziare il controllo volontario del comportamento e la capacità di far fronte allo stress; d) delle tecniche di comunicazione efficaci nel contesto terapeutico, come strumento per costruire adesione al trattamento e alleanza terapeutica, e nel contesto lavorativo un ambiente e relazioni più confortevoli.

Come è evidente, l'acquisizione delle conoscenze e delle competenze del percorso formativo è allo stesso tempo orientata alla salute del paziente e al benessere e alla salute dell'operatore.

Tutto il percorso formativo sarà audio e video registrato e organizzato anche su piattaforma e-learning, con schede e materiali di approfondimento, videoclip per le pratiche e i training proposti, con parti interattive per la verifica in itinere e a conclusione di ogni modo e dell'intero percorso formativo. In questo modo i 9 mesi di formazione porteranno alla realizzazione di una struttura didattica permanente a disposizione per il personale dell'Azienda, per i pazienti e i loro familiari, ma anche in caso – per alcuni materiali –, di tutti i cittadini che vogliano avvalersene.

Scienze cognitive, neuroscienze ed educazione terapeutica

PROGRAMMA DIDATTICO:

Obiettivi: Comprendere i meccanismi della formazione degli stili di vita, delle abitudini, dei comportamenti automatici, dei fattori e dei processi che tendono a evocare i comportamenti automatici, il ruolo delle emozioni e dello stress. Apprendere le strategie e le tecniche di manipolazione e modificazione del comportamento abituali per costruire le sane abitudini nei pazienti e le abitudini al comportamento di aderenza alle cure *long term*. Saper trasferire queste conoscenze e queste tecniche per fare educazione terapeutica e abilitare il paziente e i suoi familiari alla gestione della cronicità.

Saranno somministrati test iniziali, in itinere e finali sulle componenti cognitive ed emotive in gioco nel training, per misurare l'effetto della partecipazione al modulo didattico.

Modalità e Format: serie di 6 lezioni da 4 ore l'una: 3 teoriche, 2 interattive ed esperienziali con esecuzione di pratiche e tecniche. Saranno somministrati test iniziali, in itinere e finali (a campione) sulle componenti cognitive ed emotive in gioco nel training, per misurare l'effetto della partecipazione al modulo didattico. Saranno fatte verifiche sull'apprendimento dei contenuti e delle abilità pratiche in itinere e finali.

Materiali e-learning: dispense preparatorie e propedeutiche al modulo, schede e dispense di approfondimento, materiali audiovisivi e questionario per la valutazione e l'autovalutazione dell'apprendimento online.

Gruppi: per le prime tre lezioni teoriche (12 ore) sino a 100 partecipanti (3 edizioni, 9 mezza giornata di formazione); per le tre lezioni interattive ed esperienziali (12 ore) massimo 50 partecipanti (6 edizioni, 18 mezza giornata di formazione).

Contenuti formativi affrontati nel modulo:

1. Dall'apprendimento alle abitudini, alla costruzione degli stili di vita (patogeni e/o sani).
Meccanismi neurocognitivi (Lezione teorica)
2. Il ruolo delle emozioni nella costruzione, nella gestione degli stili di vita e nell'aderenza al trattamento (Lezione teorica)
3. Emozioni, stress, automatismi, malattie e percorsi di cura (Lezione teorica)
4. Trasformare e creare le buone abitudini: basi neuropsicologiche e strategie per la costruzione di nuove abitudini e nuovi stili di vita (Lezione teorica)
5. Regolare le abitudini. Processi decisionali, motivazionali e controllo della regolazione volontaria dei comportamenti: uno sguardo alle neuroscienze e alle scienze cognitive (Lezione teorica)
6. Raccontiamo qualche esperienza (parte interattiva e discussione di casi)
7. Strategie e tecniche comportamentali per potenziare le funzioni esecutive, la regolazione delle emozioni, il controllo volontario del comportamento (momento esperienziale, esecuzione di pratiche)
8. Strategie comportamentali per modellare le abitudini e trasformarle in consuetudini scelte o stili di vita salutare (momento esperienziale, esecuzione di pratiche)

Valutazione impatto/efficacia del progetto formativo

Materiali e metodi, descrizione degli indicatori - Supervisione facilitatori

- Verifica apprendimento dei contenuti in itinere e al termine del percorso formativo, con questionari a risposta multipla e domande aperte
- Verifica apprendimento delle tecniche e delle pratiche in itinere e al termine del percorso formativo con valutazione dell'esecuzione delle tecniche stesse.

Investimenti e tempi

Tempo richiesto per la formazione, lo sviluppo dei materiali didattici, della piattaforma e-learning, del sito per i cittadini, per le verifiche, le misurazioni e le analisi dei dati:

18 mesi

INVESTIMENTI RICHIESTI	ATTIVITA'
	Scienze cognitive, neuroscienze ed educazione terapeutica Programma di formazione per 300 partecipanti. Schema generale per tutti i 18 mesi tra 2019-2020 1) Parte generale e fondamenti teorici: tre lezioni (12 ore) sino a 100 partecipanti (per formare 300 persone necessarie 3 edizioni, 9 mezza giornate di formazione, 36 ore totali); 2) Parte interattiva ed esperienziale: due lezioni (8 ore) massimo 50 partecipanti (per formare 300 persone necessarie 6 edizioni, 12 mezza giornate di formazione, 48 ore totali). Ore complessive di didattica nei 18 mesi: 84. 3) Prodotti realizzati nei complessivi 18 mesi: Realizzazione Manuale specifico di studio, realizzazione materiali didattici e messa online, verifiche apprendimenti in itinere e finali, registrazione audiovisivo integrale del corso. Tempi e investimenti Secondo semestre 2019 1) Progettazione, organizzazione e direzione Misurazioni iniziali sulle variabili su cui valutare l'effetto dell'intervento; 2) Parte generale e fondamenti teorici: tre lezioni (12 ore) sino a 100 partecipanti (una edizione, 12 ore totali); 3) Parte interattiva ed esperienziale: due lezioni (8 ore) massimo 50 partecipanti (2 edizioni, 4 mezza giornate di formazione, 16 ore totali). Ore complessive di didattica nel secondo semestre 2019: 28. 4) Realizzazione Manuale specifico di studio, realizzazione materiali didattici e messa online, verifiche apprendimenti in itinere e finali, registrazione audiovisivo integrale del corso

Investimenti complessivi richiesti per le 4 attività del secondo semestre 2019: 10.500 euro

Anno 2020 1) Parte generale e fondamentali teorici: tre lezioni (12 ore) sino a 100 partecipanti (due edizioni, 24 ore totali) 2) Parte interattiva ed esperienziale: due lezioni (8 ore) massimo 50 partecipanti (4 edizioni, 8 mezzette giornate di formazione, 32 ore totali). Ore complessive di didattica nel secondo nell'anno 2020: 56 3) verifiche apprendimenti in itinere e finali; creazione piattaforma e corso e-learning, creazione sito con i contenuti rielaborati per la fruizione dei cittadini.	Investimenti complessivi richiesti per le 3 attività dell'anno 2020: 14.500 euro INVESTIMENTO TOTALE: 25.000 euro
--	---

Elenco firmatari

ATTO SOTTOSCRITTO DIGITALMENTE AI SENSI DEL D.P.R. 445/2000 E DEL D.LGS. 82/2005 E SUCCESSIVE MODIFICHE E INTEGRAZIONI

Questo documento è stato firmato da:

NOME: ADELE MAGGIORE
CODICE FISCALE: MGGDLA54D55B428P
DATA FIRMA: 24/05/2019 14:06:02
IMPRONTA: A0C700B529ED34D9B6C4DD956B64516D2414B5D725598429F596B010D0C5B9AD
2414B5D725598429F596B010D0C5B9AD3957F8CEA43B9CD70069798A364F3846
3957F8CEA43B9CD70069798A364F38461DF3FC883D00B4A90E7775933945C863
1DF3FC883D00B4A90E7775933945C863EDC12E07B9F6522AE28D809BA7A100D9

NOME: FRANCO SINIGOJ
CODICE FISCALE: SNGFNC56B14L424X
DATA FIRMA: 24/05/2019 14:17:22
IMPRONTA: 5FE73EA0554D862889609CF14591E2E2EFAC2236E473336DBF1D4B6670757B6A
EFAC2236E473336DBF1D4B6670757B6AE9E8267BFB9B928D8726B1C25E577A0D
E9E8267BFB9B928D8726B1C25E577A0DD36CE8E34D325702E1F45B8C667D05DE
D36CE8E34D325702E1F45B8C667D05DEA96265D10FF5A68B11FA0A5C104E4E2F

NOME: ANTONIO POGGIANA
CODICE FISCALE: PGGNTN64M30C743F
DATA FIRMA: 24/05/2019 14:42:14
IMPRONTA: 6129D2A900F950F346ADABC77E0EA135BF6C695CDCB48A1D625AE19351CBDA26
BF6C695CDCB48A1D625AE19351CBDA26F242428E08290EAD9215683B0E60B290
F242428E08290EAD9215683B0E60B290490DB2DB017DC82B4B97068025A3EABB
490DB2DB017DC82B4B97068025A3EABB11567148DF9A775728BA2679C4AB7757

NOME: MARA PELLIZZARI
CODICE FISCALE: PLLMRA61H53G284H
DATA FIRMA: 24/05/2019 14:49:39
IMPRONTA: 56949BB1BF7ED9C2EF2723668F1CB345CDCC5A8ED90A32977C5EBF6218042013
CDCC5A8ED90A32977C5EBF62180420136996E9877739ED8331E3C1090169DA2D
6996E9877739ED8331E3C1090169DA2D27E793D94B24D5258CA18B3DCC9B0B7C
27E793D94B24D5258CA18B3DCC9B0B7C00D2C53455ABAF8083725E578BC7B6EE