

Progetti di salute con i ragazzi

La scuola? Gli esperti la considerano uno dei luoghi privilegiati per la promozione della salute. Qui gli adulti di domani si ritrovano per anni con frequenza quotidiana: si confrontano, studiano, imparano. E l'incontro, in età evolutiva, con figure adulte che svolgono una funzione educante (dal sapere al saper fare al saper essere) consente di ottenere risultati straordinari e di lunga durata.

L'evoluzione registrata dalla scuola in questi ultimi anni valorizza in modo significativo quest'aspetto di educazione alla salute. Negli ultimi anni si è infatti attuata una profonda trasformazione pedagogica attraverso una diversificazione della proposta espressa dai Pof, i piani di offerta formativa degli istituti, e lo sviluppo di processi di autonomia e di empowerment nei confronti dei ragazzi.

Proprio su questi ultimi fronti si sono concentrati molti dei progetti di salute realizzati negli ultimi tre anni dall'ASS che hanno puntato a sviluppare negli studenti la capacità di gestire di se stessi, la relazione con gli altri e le possibili situazioni di rischio così frequenti negli anni dell'adolescenza.

Nel quadro di quest'impegno, che ha coinvolto molte realtà dell'ASS, il dipartimento di Prevenzione, in collaborazione con altre strutture aziendali tra cui il dipartimento Dipendenze e le strutture Bambini e adolescenti, ha operato in particolare su tre filoni con una progettualità dedicata alle Life Skills, la prevenzione delle malattie sessualmente trasmesse, la promozione dell'attività fisica e della sana alimentazione, la sicurezza stradale.



Le abilità di vita

Il progetto ha puntato a migliorare nei ragazzi le cosiddette Life Skills, le competenze che rendono la persona capace di fare fronte in modo efficace alle richieste e alle sfide della vita di tutti i giorni. L'Oms-Organizzazione mondiale della sanità ne individua un nucleo fondamentale che è alla base delle iniziative di promozione della salute e del benessere di bambini e adolescenti tra cui la consapevolezza di sé, il senso critico, la gestione delle emozioni e dello stress, l'empatia, la capacità di comunicare e di risolvere problemi. Il progetto ha proposto una sperimentazione biennale in una scuola media per sviluppare queste capacità attraverso la formazione degli operatori sanitari e degli insegnanti e la progettazione congiunta di unità didattiche interdisciplinari sulla comunicazione efficace, prendere decisioni, risolvere problemi, gestione delle

emozioni e relazioni personali. Obiettivo, è fornire agli studenti consapevolezza e abilità per gestire al meglio i rischi della vita quotidiana.

Adolescenti e salute

Il progetto "Guadagnare salute in adolescenza" nasce come iniziativa promossa dal Ccm-Centro nazionale per la prevenzione e il controllo delle malattie del ministero della Salute e affidata al coordinamento della Regione Piemonte. L'obiettivo è promuovere strategie comuni e condivise di prevenzione e promozione della salute in adolescenza, sostenendo gli operatori sanitari nella progettazione e nella realizzazione di interventi di qualità che possano costituire la base per un'azione operativa nazionale.

Il progetto ha coinvolto gli operatori sanitari nell'organizzazione e realizzazione di interventi coordinati e unitari su cinque

aree tematiche nel contesto della scuola secondaria e dei luoghi del divertimento.

- Insieme per la sicurezza. Multiplichiamo le azioni preventive.
- Luoghi di prevenzione
- Peer education e prevenzione delle infezioni sessualmente trasmissibili
- Progetto di promozione dell'attività fisica e dell'alimentazione sana
- Unplugged

SicuraMente

Il progetto così intitolato ha puntato a educare i ragazzi alla sicurezza stradale e a diffondere una cultura della sicurezza nelle scuole. A questo scopo si sono messi a fuoco gli atteggiamenti dei giovani nei confronti delle protezioni dal rischio stradale, il significato che per loro riveste il rischio e la percezione di gravità a esso collegata, favorendo comportamenti responsabili.

Nel progetto è proseguita e si è ampliata la collaborazione già avviata nella fase pilota con le università di Trieste e di Udine, la Polizia municipale di Trieste, la Polizia stradale e le ASS del territorio regionale. Alle azioni rivolte al primo ciclo è stato affiancato in alcune scuole superiori del Friuli Venezia Giulia un Concorso d'idee per una campagna del genere pubblicità progresso da parte delle classi seconde e quarte per la creazione di un ipertesto, un video, una serie di depliant e locandine o un gioco da tavolo sulle regole stradali e la percezione del rischio, rivolto ai coetanei e più giovani. I progetti verranno giudicati da esperti e dagli stessi ragazzi che useranno i materiali progettati.

Quella grave e rara malattia che "soffoca" i polmoni



Ci sono malattie che, malgrado le gravi conseguenze, sono poco conosciute dal largo pubblico e talvolta anche dagli stessi medici non specialisti. E' il caso della fibrosi polmonare idiopatica una malattia dalla prognosi simile al cancro del polmone che colpisce uomini e donne di mezza età, spesso ex-fumatori, ma anche persone che non hanno mai fumato.

Si tratta di una patologia considerata rara, anche se non è mai stata inserita nell'elenco di quelle esenti da ticket. Colpisce in genere intorno ai 65 anni: i polmoni si riempiono di tessuto fibroso e la malattia nelle fasi più avanzate toglie letteralmente il fiato, fino all'insufficienza respiratoria grave. Nessuno ne conosce la causa precisa tanto che il termine "idiopatica" indica appunto che non vi è alcuna causa riconoscibile conosciuta. Per questo la patologia può essere difficile da diagnosticare al di fuori di specifici Centri di riferimento. A svolgere tale ruolo, per Trieste e il resto della regione è la Pneumologia dell'Azienda Ospedaliera Universitaria che riceve numerosi pazienti anche dal resto d'Italia.

"La fibrosi polmonare idiopatica - spiega Marco Confalonieri, direttore della Pneumologia - è una malattia progressiva che, nell'arco di pochi anni, restringe lo spazio aereo all'interno dei polmoni perché il tessuto normale polmonare viene sostituito da tessuto fibrotico che forma una sorta di grande cicatrice che impedisce il passaggio dell'ossigeno nel sangue e porta a insufficienza respiratoria cronica irreversibile".

"Ciò che è ben riconosciuto - continua - è che, nella fibrosi polmonare idiopatica si verifica una modificazione nei normali processi di guarigione del polmone, che induce un'eccessiva produzione di tessuto cicatriziale. Sfortunatamente, non si manifestano sintomi di questa modificazione fino a che il tessuto cicatriziale non si accumula nei polmoni e compromette la respirazione. Le cause di questo anomalo processo di riparazione del danno polmonare sono sconosciute, ma ci sono molti fattori che possono associarsi a un rischio aumentato di sviluppare la fibrosi polmonare idiopatica, come per esempio il fumo di sigaretta e la presenza di altri famigliari con questa malattia".

Il decorso clinico è diverso da paziente a paziente e non può essere facilmente previsto, anche dopo che è stata fatta la diagnosi. Per alcuni pazienti, la malattia e i suoi sintomi possono rimanere relativamente stabili per anni, mentre in altri i sintomi possono peggiorare piuttosto rapidamente. Un

aspetto particolare è che la malattia può peggiorare per "salti" improvvisi e inaspettati, che i medici definiscono "esacerbazioni acute". Queste riacutizzazioni di fibrosi polmonare idiopatica sono caratterizzate da dispnea intensa, episodi di tosse violenta e spossatezza. Non si conosce esattamente la frequenza della malattia, ma si stima che nei 27 Paesi della Unione Europea vi siano dai 30 ai 35 mila nuovi casi ogni anno. I sintomi più precoci sono la mancanza di fiato per attività fisiche che prima si effettuava o senza problemi e la tosse secca, senza produzione di catarro. Per molti pazienti la diagnosi è tardiva e possono passare anche due anni dalla comparsa dei primi sintomi. Fino a poco tempo fa il trapianto polmonare era l'unica possibilità terapeutica per questa malattia invalidante respiratoria. Quest'anno è stato autorizzato a livello europeo un nuovo farmaco specifico per la fibrosi polmonare idiopatica che promette di fermare o rallentare l'evoluzione della



malattia soprattutto se viene assunto nelle fasi precoci, quando il danno polmonare non si è ancora esteso molto e colpisce meno della metà del tessuto respiratorio.

Questo farmaco, il pirfenidone, era stato testato anche dalla Pneumologia di Cattinara quando era in fase sperimentale. Dalla primavera di quest'anno è in commercio in Germania e in Italia è disponibile "per uso compassionevole" in alcuni Centri specializzati, tra cui la Pneumologia triestina. Il pirfenidone sembra ben tollerato e ha mostrato buoni risultati tra i circa quaranta pazienti che l'hanno finora utilizzato sotto la supervisione dei medici della Pneumologia. La previsione è che il nuovo farmaco entri definitivamente in commercio in Italia all'inizio del prossimo, dando così un'altra speranza ai malati di fibrosi polmonare idiopatica.

OSPEDALI/OPEN DAY

Osteoporosi, parliamone

Si conferma l'attenzione della cittadinanza nei confronti dell'osteoporosi, una malattia di grande impatto sociale, come hanno spiegato gli specialisti dell'Azienda Ospedaliera Universitaria Ospedali riunita di Trieste in occasione della Giornata mondiale dell'osteoporosi che per l'intera mattinata di sabato 20 ottobre hanno aperto le porte dell'ospedale ai cittadini invitandoli ad una conferenza nell'aula magna dell' Ospedale di Cattinara. Un Open Day che s'inserisce in una serie d'iniziative promosse da Onda-Osservatorio nazionale sulla salute della Donna che ha riconosciuto due bollini rosa all'Azienda Ospedaliera Universitaria per l'attenzione prestata alla cura delle donne. Presenti alla manifestazione, vari professionisti e specialisti coinvolti sul tema dell'osteoporosi che ha illustrato nel dettaglio la malattia rispondendo alle domande della popolazione.

L'osteoporosi, come ha spiegato Lelio Triolo, direttore della Prima medica e responsabile dell'Ambulatorio di osteoporosi, è caratterizzata dalla diminuzione della massa ossea e dal deterioramento della microarchitettura del tessuto osseo. Una condizione che porta al conseguente aumento del rischio di fratture, che occorrono soprattutto nelle zone del polso, delle vertebre e del femore prossimale, come illustrato da Giovanni Fancellu, direttore della Clinica ortopedica.

ASS/INCONTRI

Dalla Sardegna. Per la formazione

Dalla Sardegna a Trieste, per approfondire gli aspetti più innovativi del sistema di formazione degli operatori dell'Azienda per i Servizi Sanitari n.1 Triestina. Questo l'obiettivo dello study tour che questa settimana ha visto nella nostra città un gruppo di manager dell'assessorato alla Sanità, igiene e assistenza sociale della Regione Sardegna.

Per due giorni gli esperti sardi hanno incontrato i responsabili dei processi formativi aziendali e sono entrati nel vivo di alcune modalità specifiche. L'ASS ha infatti maturato in questi anni un'esperienza formativa nei confronti dei propri dipendenti riconosciuta anche a livello nazionale che ora può proporsi quale modello anche per altre realtà. In particolare, l'Azienda sanitaria



è una delle poche realtà ad avere attivato una rete di referenti aziendali per la formazione che collaborano con il Centro di formazione interno. "Si tratta di una ventina di operatori che, essendo strettamente collegati ai diversi settori lavorativi, possono garantire un'analisi mirata dei bisogni formativi dei loro contesti così da offrire dei percorsi formativi adeguati e condivisi da tutti ot-

timizzando le proposte", spiega Patrizia Buzzai, responsabile del Centro di formazione. Il Centro di formazione sta inoltre sperimentando, in collaborazione con Sara Cervai, ricercatrici del Psicologia del lavoro dell'università di Trieste, un nuovo modello di valutazione dell'efficacia della formazione: una possibile chiave per "misurare" la validità delle proposte formative in campo sanitario.

ASS/SALUTE MENTALE

I principali esperti d'Europa a confronto sulle strategie future

Martedì e mercoledì il Dipartimento di Salute mentale ospiterà il Meeting europeo dei Centri collaboratori Oms, allo scopo di discutere il nuovo documento strategico sulla salute mentale che verrà sottoposto ai governi del continente e sarà approvato il prossimo settembre. Saranno presenti, oltre ai direttori dell'Oms, i direttori dei Centri collaboratori europei e altri esperti internazionali. La scelta di Trieste non è casuale. Il nostro dipartimento di Salute mentale è stato infatti indicato come Lead Collaborating

Centre per lo sviluppo dei servizi dall'Oms di Copenaghen nel 2004 oltre a essere impegnato a sostenere le esperienze di riforma in molti paesi europei.

Il Meeting fa seguito al secondo modulo dell'International School intitolata a Franca e Franco Basaglia svoltosi nei giorni scorsi, realizzato in collaborazione con l'Oms Ginevra e Copenaghen e l'International Mental Health Collaborating Network con il supporto, fra gli altri, della Regione Friuli Venezia Giulia. Il corso, dedicato al lavoro terri-

toriale dei servizi di salute mentale, verso un approccio globale alla vita delle persone e alla loro ripresa e guarigione, ha visto la partecipazione di circa 50 operatori di varie professionalità, direttori, manager, esperti dell'Oms, consulenti dei ministeri provenienti da 16 paesi, sia europei che extraeuropei (Pakistan, Palestina, Giappone, Nuova Zelanda, Australia, Argentina), impegnati nei processi di cambiamento della salute mentale e che già hanno avviato una collaborazione con Trieste, come la Turchia.