

PRESA IN CARICO DEL PAZIENTE CON OBESITÀ:

ASPETTI OPERATIVI E DI INTEGRAZIONE

Roma, 24 giugno 2011



disegno di: Luciana Di Felice

Dipartimento di Scienze Odontostomatologiche e
Maxillo-Facciali Aula Luigi Capozzi Via Caserta, 6 - Roma

III° SESSIONE: RISORSE, BISOGNI, POSSIBILITA'

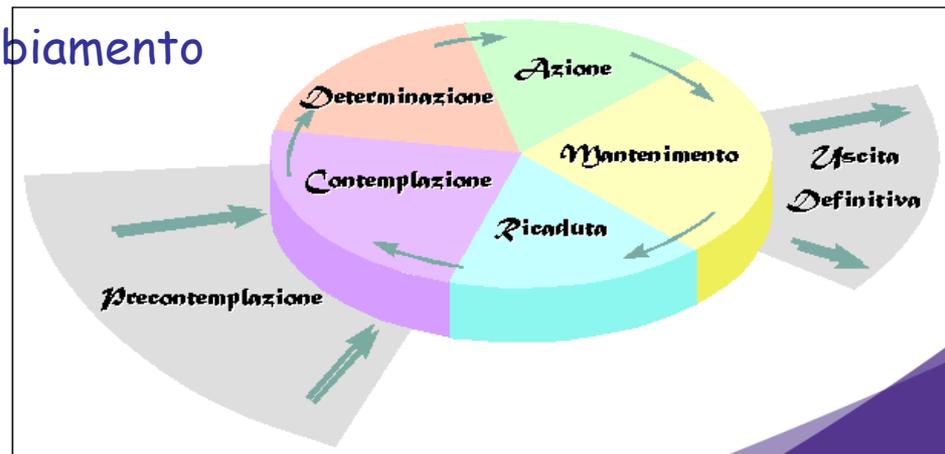
RUOLO DEI SIAN: COUNSELING, VALUTAZIONE DELLA MOTIVAZIONE E PROMOZIONE AL CAMBIAMENTO

Angiola Vanzo, M.D.

**Direttore Servizio di Igiene degli Alimenti e Nutrizione
Azienda U.L.SS. n° 6 "Vicenza"
angiola.vanzo@ulssvicenza.it**

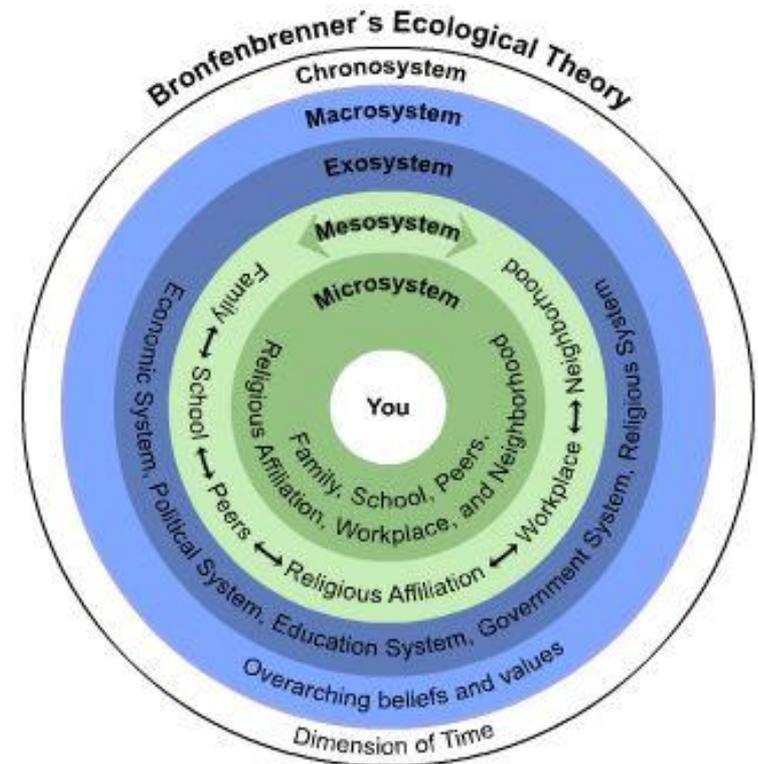
Argomenti della presentazione

- Ruolo dei SIAN nella modifica degli stili di vita per la salute
- EBM/EBP: prove di efficacia e raccomandazioni sul Counseling Motivazionale
- Introduzione al Counseling Motivazionale
- Valutare la motivazione al cambiamento
- TEST EMME3
- COMUNITÀ WEB



La prevenzione delle patologie croniche non trasmissibili correlate ad alimentazione ed attività fisica

Tipi di prevenzione	Scopi	Mezzi
Prevenzione universale	Ridurre o eliminare i fattori di rischio che contribuiscono a sviluppare le MCNT	Educazione Sensibilizzazione Informazione counseling
Prevenzione secondaria	Ridurre la morbilità e il cronicizzarsi delle MCNT	Identificazione precoce dei soggetti a rischio e counseling
Prevenzione terziaria	Trattare i soggetti con MCNT ormai conclamate e prevenire le complicanze	Trattamento e riduzione dei sintomi counseling



Counseling per la promozione di stili di vita sani
Evidence Based Prevention

... **la Certezza:**

- ▶ per adottare e mantenere uno stile di vita sano ed attivo, ridurre il peso in eccesso e prevenire le malattie croniche associate ad una alimentazione non salutare ed alla sedentarietà,
- ▶ non sono sufficienti né la conoscenza delle regole della corretta alimentazione né le semplici prescrizioni di diete o programmi di attività fisica regolare

Counseling per la promozione di stili di vita sani
Evidence Based Prevention

- Le azioni promosse devono andare al di là della semplice informazione/educazione/promozione:
- *le abitudini di vita devono essere scelte consapevolmente*
- pertanto *occorre motivare le persone*
 - sia nella scelta iniziale al cambiamento,
 - sia nelle fasi successive di mantenimento.

Il counseling motivazionale

Un approccio che include **un intervento sulla motivazione al cambiamento** sembra quindi essere più adeguato ad ottenere cambiamenti negli stili di vita individuali e a mantenere comportamenti legati alla salute nel tempo (Britt et al. 2004; Resnicow et al. 2008).

Il **counseling motivazionale** è centrato sul cliente, orientato, per affrontare e risolvere un conflitto di ambivalenza in vista di un cambiamento del comportamento.

(W.R. Miller e S. Rollnick, 1994)



Evidenze di Efficacia del Counseling Motivazionale

Revisioni di letteratura e Meta-Analisi

Dunn C, DeRoo L, Rivara F (2001) The use of brief interventions adapted from motivational interviewing across behavioral domains: A systematic review. *Addiction*, 96: 1725-42

Burke B, Arkowitz H, and Dunn C (2002) The efficacy of motivational interviewing and its adaptations: What we know so far. In Miller W, and Rollnick S (eds.) *Motivational Interviewing: Preparing people for change (second edition)*. New York, Guilford Press.

Burke B, Arkowitz H and Menchola M (2003) The efficacy of motivational interviewing: A meta-analysis of controlled clinical trials. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 71, 843-61

Britt E, Hudson S, Blampied N (2004) Motivational interviewing in health settings: A review. *Patient Education and Counseling*, 52, 147-55

Rubak S, Sandboek A, Lauritzen T and Christensen B (2005) Motivational interviewing: A systematic review and meta-analysis. *British Journal of General Practice*, 55, 305-12

Hettema J, Steele J, Miller WR (2005) Motivational Interviewing. *Annual Review of Clinical Psychology*, 1, 91-111

Lundahl, B., & Burke, B. L. (2009). The Effectiveness and Applicability of Motivational Interviewing: a Practice-Friendly Review of Four Meta-Analyses. Journal of Clinical Psychology, 65(11), 1232-1245.

Evidenze di Efficacia del Counseling Motivazionale per migliorare le abitudini alimentari, per il controllo del peso e per ridurre la sedentarietà

- **Brodie DA & Inoue A, (2005)** Motivational interviewing to promote physical activity for people with chronic heart failure. *Journal of Advanced Nursing*, 50, 518-527.
- **Resnicow K, Jackson A, Wang T, De AK, McCarty F, Dudley WN, Baranowski T, (2001)** A motivational interviewing intervention to increase fruit and vegetable intake through black churches: results of the eat for life trial. *American Journal of Public Health*, 91, 1686-93.
- **Carels RA, Darby L, Cacciapaglia HM, Konrad K, Coit C, Harper J, Kaplar ME, Young K, Baylen CA, Versl A, (2007)** Using motivational interviewing as a supplement to obesity treatment: a stepped-care approach. *Health psychology*, 26, 369-74.
- **West DS, DiLillo V, Bursac Z, Gore SA, Greene PG, (2007)** Motivational interviewing improves weight loss in women with type 2 diabetes. *Diabetes care*, 30, 1081-7.
- **Leyva-Moral JM, (2007)** Motivational interviewing as an instrument to promote physical activity and dietary adherence among people with diabetes: literature review. *Nure Investigación* 29, 6p.
- **Schoo A, (2008)** Motivational interviewing in the prevention and management of chronic disease: improving physical activity and exercise in line with choice theory. *International Journal of Reality Therapy*, 27, 26-29.

Canadian Task Force on Preventive Health Care,
***Counseling for Risky Health Habits: a conceptual
framework for primary care practitioners.***

*Technical Report, November 2001 in
<http://www.ctfphc.org/>)*

Il documento vuole chiarire il significato di “counseling” evidenziandone le applicazioni pratiche nell’ambito della **prevenzione primaria**.

La relazione descrive quindi le differenti tipologie di counseling, ne illustra i principi chiave evidenziandone le possibili e più opportune applicazioni.

Tra queste, **l’adozione del counseling nell’ambito ambulatoriale è un approccio vincente per incoraggiare e sostenere i pazienti a compiere scelte decisive per la propria salute**; è quindi importante formare il personale medico per svolgere in modo adeguato il ruolo di counselors.

UTILIZZO: materiale utile ad approfondire, da un punto di vista teorico-pratico, l’approccio del counseling individuale in ambito ambulatoriale, nell’ottica tuttavia della prevenzione primaria e non del trattamento di problemi di salute.

Counseling per la promozione di stili di vita sani

Evidence Based Prevention

gli interventi appropriati ed efficaci per modificare gli stili di vita devono considerare:

- ▶ **la motivazione** della persona a modificare abitudini e stili di vita non salutari
- ▶ l'applicazione di **appropriate tecniche di counseling motivazionale**
- ▶ l'utilizzo di **specifici strumenti che aiutino a valutare la motivazione** al cambiamento può essere un importante supporto al lavoro motivazionale con l'utente/paziente.
- ▶ favorire un approccio terapeutico razionale ed attento al rapporto costi/benefici

Il counselling per la promozione di stili di vita salutari

Roma, 22-24 giugno 2011

organizzato da ISTITUTO SUPERIORE DI SANITA'

“Programma di informazione e comunicazione a sostegno degli obiettivi del programma Guadagnare Salute DPCM 4 maggio 2007 n. 119

Rilevanza per il SSN:.

L'apprendimento/perfezionamento delle competenze di base del counselling motivazionale rappresenta un'opportunità offerta agli operatori per attuare interventi non improvvisati dal punto di vista relazionale, ma piuttosto ispirati a principi e strategie centrati sui bisogni e sulle richieste dei singoli, nonché sulle loro specifiche risorse e potenzialità.

L'attività di formazione delle “figure chiave” è essenziale per accrescere e potenziare alcune competenze conoscitive, comunicativo-relazionali e le life skills al fine di favorire l'attuazione di interventi finalizzati all'attivazione di processi di consapevolezza e di empowerment per scelte di vita salutari a livello individuale e collettivo.

Il counselling per la promozione di stili di vita salutari

Roma, 22-24 giugno 2011

organizzato da ISTITUTO SUPERIORE DI SANITA'

Il "Programma di informazione e comunicazione a sostegno degli obiettivi del programma Guadagnare Salute DPCM 4 maggio 2007 n. 119"

Obiettivi generali:

Evidenziare la rilevanza dell'intervento di counselling, quale "valore aggiunto" alla professionalità degli operatori della Sanità pubblica per **lo sviluppo e l'efficacia delle attività di promozione della salute**

Evidenziare le opportunità che le competenze di counselling offrono per lo **sviluppo di un approccio multidisciplinare e di una collaborazione integrata tra operatori e tra Servizi sul territorio**

Obiettivi specifici:

- Identificare i criteri fondamentali di una comunicazione consapevole e finalizzata
- Individuare i fondamenti della prassi comunicativa (comunicazione verbale, non verbale e paraverbale)
- Individuare qualità personali, tratti caratteriali e stili comunicativi che possono favorire o ostacolare la comunicazione
- Identificare le abilità (skills) da utilizzare per l'applicazione delle competenze di base del counselling motivazionale
- Individuare principi, scopo e fasi dell'intervento di counselling

**L'ATTIVITÀ AMBULATORIALE
DI NUTRIZIONE
E LE ABILITÀ DI COUNSELLING**

Linee di indirizzo

INDICE

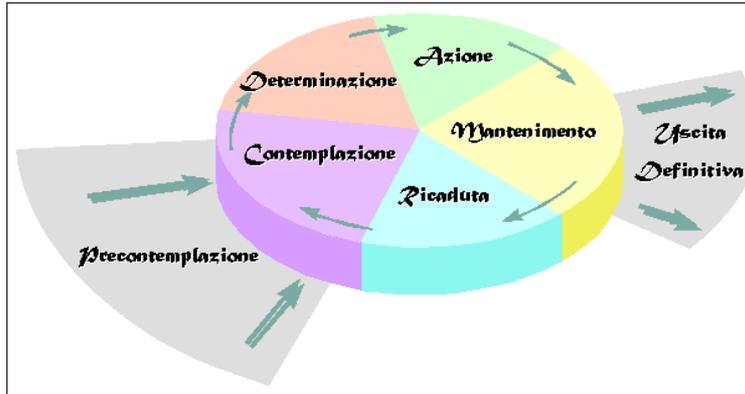
	<i>pag.</i>
<i>Presentazione</i>	5
Introduzione. Il counselling come strumento utile nell'attività ambulatoriale di nutrizione	7
1. La situazione in Piemonte	9
1.1. La formazione	9
1.2. Il censimento DoRS	9
1.3. Problemi aperti e prospettive	11
2. L'ambulatorio di nutrizione: riflessioni e possibili sviluppi	13
2.1. Limiti della dietetica tradizionale e nuove strategie di "educazione al paziente": la dietetica per volumi e il counselling	13
2.2. Ulteriori riflessioni sulla dietetica tradizionale	15
3. L'ambulatorio di nutrizione e le abilità di counselling	19
3.1. La motivazione e gli stadi del cambiamento	19
3.2. Il counselling: aspetti generali	22
3.3. Le abilità di counselling	26
3.4. Counselling in ambito nutrizionale: evidenze di efficacia	33
4. Le abilità di counselling in azione	37
<i>Glossario</i>	53
<i>Bibliografia</i>	55

STEPHEN ROLLNICK,
PIP MASON E CHRIS BUTLER

Cambiare stili di vita non salutari

STRATEGIE DI COUNSELING MOTIVAZIONALE BREVE

ERICKSON, 2004



MAC2-AL R Ver. 1.0 - 3/2009

nome utente: codice utente:

codice da utilizzare per inserimento online:
 codice sede: codice utente:

Qui di seguito trova 15 frasi che esprimono alcune opinioni sull'alimentazione. Le chiediamo di valutare quanto sono vere queste frasi per lei in questo momento. Metta una croce in una delle caselle momentaneamente a fianco alla frase. Se le frasi esprimono due aspetti, valuti quanto sono veri entrambi, considerando la frase nella sua interezza.

- Da una parte vorrei continuare a mangiare come ho sempre fatto e dall'altra so che dovrei darmi una regolata. 1 2 3 4 5
- Penso di essere in grado di seguire una alimentazione corretta. 1 2 3 4 5
- Do molto valore alla scelta di una alimentazione corretta. 1 2 3 4 5
- Faccio poca attenzione alla mia alimentazione e non è un problema per me. 1 2 3 4 5
- Sto mantenendo stabilmente abitudini alimentari corrette. 1 2 3 4 5
- E' poco tempo che ho cambiato le mie abitudini alimentari e sto facendo attenzione per continuare così. 1 2 3 4 5
- Adesso mi sento realmente determinato a modificare le mie abitudini alimentari. 1 2 3 4 5
- Se penso alle mie abitudini alimentari, sono molto insoddisfatto di me. 1 2 3 4 5

15. ... sono tentazioni molto forti per me. 1 2 3 4 5

... penso di dover cambiare le mie abitudini. 1 2 3 4 5

... posso di riuscire a mantenere una alimentazione corretta. 1 2 3 4 5

... alimentazione corretta è fondamentale per me. 1 2 3 4 5

... la alimentazione è poco equilibrata ma mi va bene così. 1 2 3 4 5

... facilmente da tempo e voglio continuare. 1 2 3 4 5

... ho iniziato a fare qualcosa per seguire una alimentazione corretta. 1 2 3 4 5

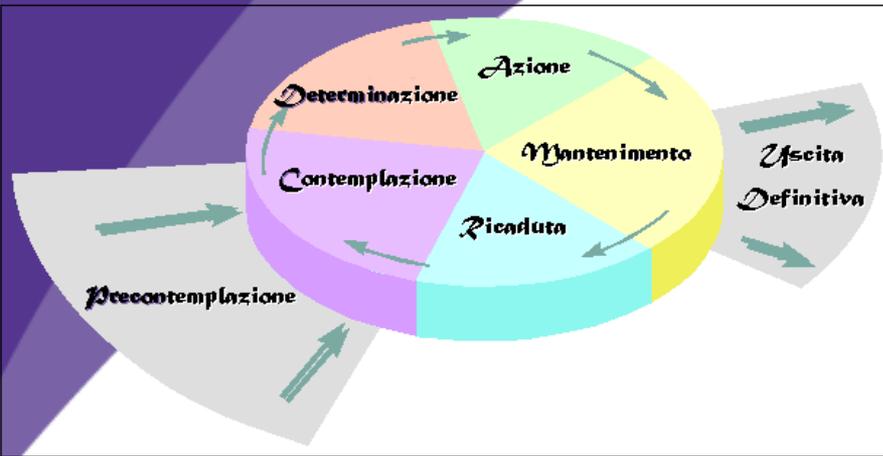
... ho deciso di cambiare abitudini alimentari, ma la strada migliore per farlo. 1 2 3 4 5

... sono preoccupato per le conseguenze delle mie abitudini. 1 2 3 4 5

16. ... ho preso dalla voglia di mangiare ciò che non dovrei. 1 2 3 4 5

Misurare la Motivazione al Cambiamento

Valutare per motivare le persone a scelte consapevoli



I valori, l'importanza, il senso di autoefficacia, le preoccupazioni dell'utente sono elementi centrali nel processo di cambiamento verso un'alimentazione corretta ed un'attività fisica regolare.

Poter valutare quindi la motivazione al cambiamento dell'utente e poter offrirgli un trattamento congruente al suo profilo motivazionale è fondamentale per accompagnarlo in modo efficace nel percorso.

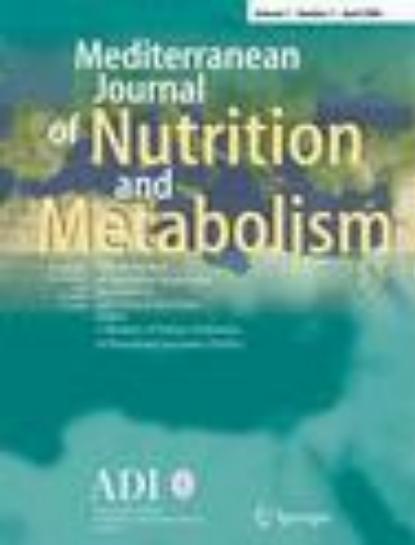
Le ricerche italiane nel campo della valutazione della motivazione al cambiamento

“**R.T.C.O.**: *Readiness To Change Questionnaire*” (Spiller, Scaglia, Guelfi, 1994; Deodato, Scaglia, Spiller., Guelfi, 1995).

“**MAC**”, in grado di fornire una valutazione sincronica di tre fattori motivazionali che agiscono sul processo di cambiamento (autoefficacia, frattura interiore, disponibilità al cambiamento), validato nella versione per eroina (Spiller e Guelfi, 1998) e per il fumo di tabacco (Guelfi et al., 1999).

“**MAC2**”: validato nella forma per uso di alcol (Spiller e Zavan., 2005).

“**EMME3-AL e EMME3-AF**” : 2 set di strumenti validati per **misurare la motivazione al cambiamento cambiamento rispetto all'alimentazione ed all'attività fisica in soggetti adulti** che hanno avuto indicazione, hanno richiesto, hanno in corso o hanno effettuato un intervento legato alla modificazione della propria alimentazione, per problemi sanitari di promozione della salute e/o di prevenzione di disturbi e patologie specifiche (Spiller, Scaglia, Meneghini, Vanzo (2009).



Spiller V., Scaglia M., Meneghini S., Vanzo A.:

Assessing motivation for change toward healthy nutrition and regular physical activity. Validation of two sets of instruments.

Original Article

Abstract

Background and aim Studies to measure motivation for behavioural change were developed in Italy 15 years ago, following the validation of MAC and MAC2, Italian self-administered questionnaires created for heroin users, tobacco smokers and those with alcohol problems. This article presents the validation study of two sets of instruments created to assess motivation for change toward healthy nutrition and regular physical activity in Italian adult subjects who require or are referred for assessment or treatment to nutrition services.

Methods and results The two sets of questionnaires (created within the Nutrition Counselling Project connected to the *Piano Triennale Sicurezza Alimentare 2005–2007* (Food and Nutrition Security Plan 2005–2007) of the Region of Veneto) were administered to 431 patients to assess motivation for change toward healthy nutrition and 450 patients to assess motivation for change toward regular physical activity. The instruments showed good internal consistency. Exploratory and Confirmatory Factor Analysis confirms the consistency with the theoretical assumptions. Reliability and concurrent validity yielded strong correlations with the corresponding variables.

Conclusions The study confirms the validity of the sets of instruments and their consistency with the model. These sets of instruments are the first psychometric tools integrating three factors (Discrepancy, Self-Efficacy, Readiness to Change) into a three-dimensional model of motivation for change.

Keywords Motivation for change - Assessment - Nutrition - Weight control - Physical activity - Healthy lifestyles



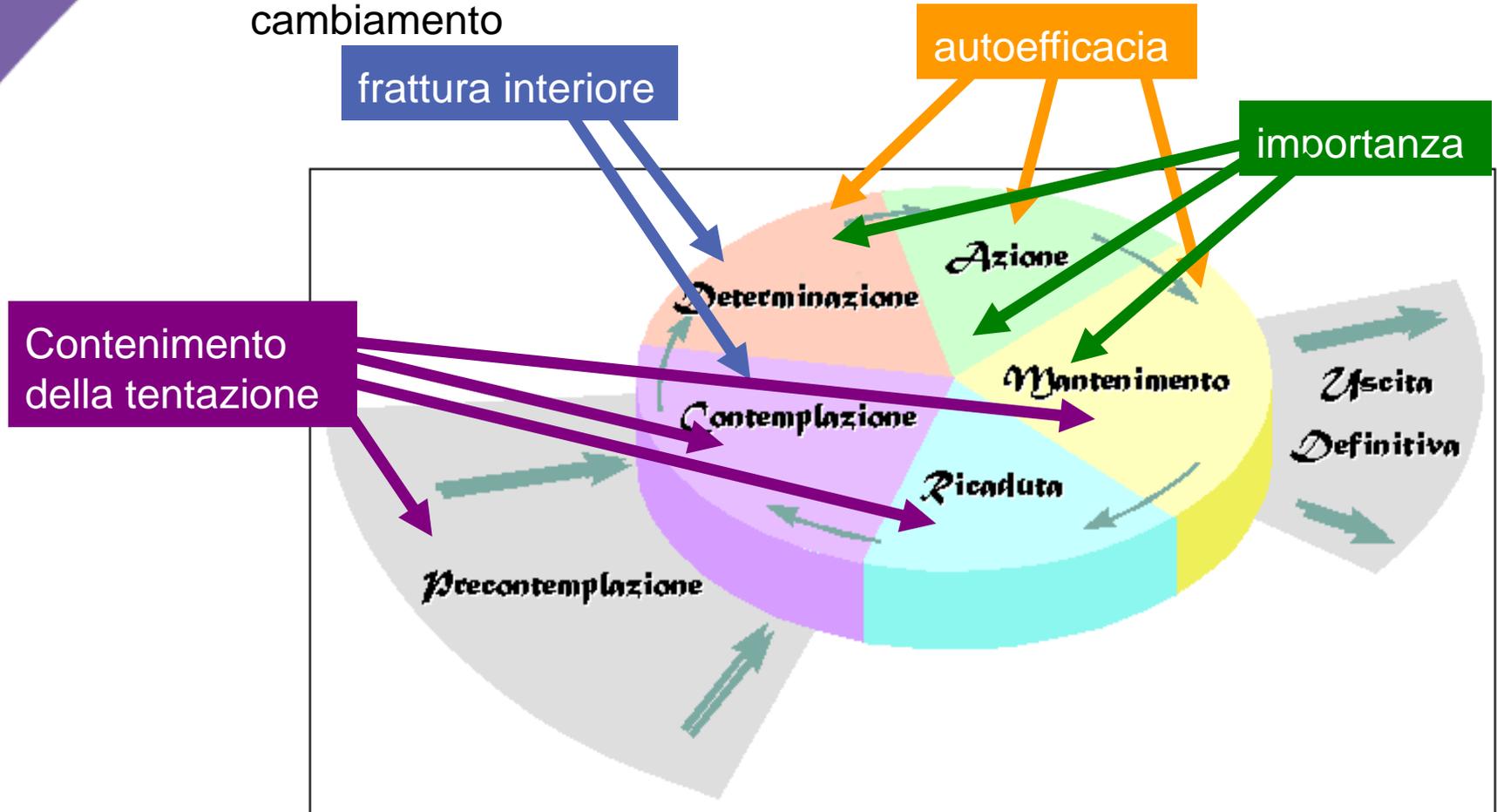
STRUMENTI *che individuano la condizione motivazionale della persona con stili alimentari e di attività fisica non salutari*

Possono essere utili a professionisti che

- *operano in vari setting di comunità e assistenziali (SIAN, ai medici curanti, specialisti, ...) sia a livello individuale che di gruppo e che hanno spesso un tempo limitato a disposizione*
- *necessitano di individuare la condizione motivazionale delle persone*
- *ritengono sia importante adeguare l'intervento al profilo motivazionale del destinatario al fine di aumentare la probabilità di successo*

FATTORI CHE PROMUOVONO IL CAMBIAMENTO

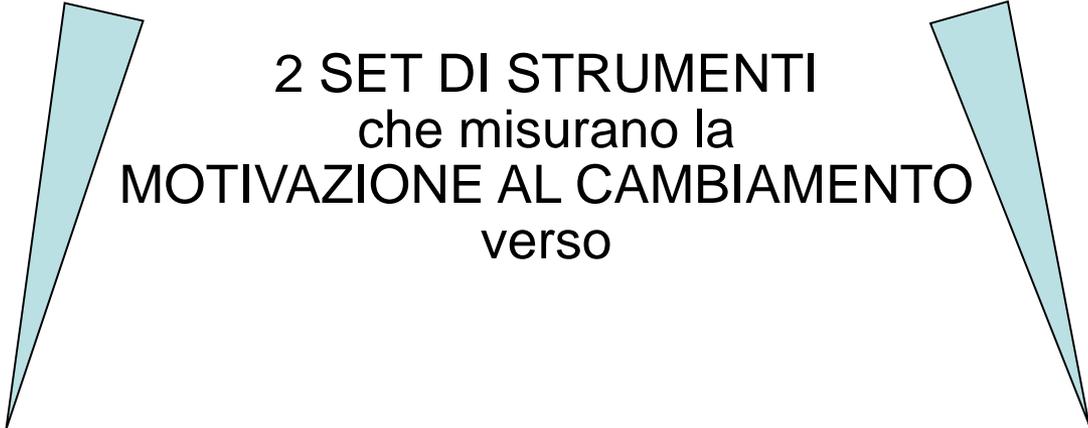
La valutazione indica quale tecnica all'interno del colloquio ha maggiore probabilità di muovere la persona verso il cambiamento



MISURARE LA MOTIVAZIONE AL CAMBIAMENTO

EMME3 AL

EMME3 AF



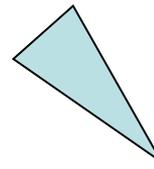
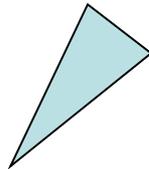
2 SET DI STRUMENTI
che misurano la
MOTIVAZIONE AL CAMBIAMENTO
verso

l'acquisizione e il
mantenimento di una
alimentazione corretta

l'acquisizione e il
mantenimento di una
regolare attività fisica

COSTRUTTI MISURATI

Gli strumenti forniscono una **valutazione della presenza** nel paziente dei seguenti aspetti:



Stadi del Cambiamento

- . Precontemplazione
- . Contemplazione
- . Determinazione
- . Azione
- . Mantenimento

Fattori motivazionali

- . Auto Efficacia
- . Tentazione
- . Frattura Interiore
- . Importanza

nominativo utente

Codici da utilizzare per inserimento online

codice sede				codice utente			

Qui di seguito trova 18 frasi che esprimono alcune opinioni sull'alimentazione. Le chiediamo di valutare quanto sono *vere* queste frasi per lei in questo momento.
 Metta una croce su una delle caselle numerate a fianco alla frase.
 Se le frasi esprimono due aspetti, valuti quanto sono veri entrambi, considerando la frase nella sua interezza.

Questionario (MAC2-AL R)

18 frasi
 a scala Likert a 7 livelli (da 0 a 6)
 valuta 9 fattori (2 item per fattore)

①	Da una parte vorrei continuare a mangiare come ho sempre fatto e dall'altra so che dovrei darmi una regolata.	0 Per niente vero	1 Pochissimo vero	2 Poco vero	3 A metà vero	4 Abbastanza in gran parte vero	5 Del tutto vero	6 Del tutto vero
②	Penso di essere in grado di seguire una alimentazione corretta.	0 Per niente vero	1 Pochissimo vero	2 Poco vero	3 A metà vero	4 Abbastanza in gran parte vero	5 Del tutto vero	6 Del tutto vero
③	Do molto valore alla scelta di una alimentazione corretta.	0 Per niente vero	1 Pochissimo vero	2 Poco vero	3 A metà vero	4 Abbastanza in gran parte vero	5 Del tutto vero	6 Del tutto vero
④	Faccio poca attenzione alla mia alimentazione e non è un problema per me.	0 Per niente vero	1 Pochissimo vero	2 Poco vero	3 A metà vero	4 Abbastanza in gran parte vero	5 Del tutto vero	6 Del tutto vero
⑤	Sto mantenendo stabilmente abitudini alimentari corrette.	0 Per niente vero	1 Pochissimo vero	2 Poco vero	3 A metà vero	4 Abbastanza in gran parte vero	5 Del tutto vero	6 Del tutto vero
⑥	E' poco tempo che ho cambiato le mie abitudini alimentari e sto facendo attenzione per continuare così.	0 Per niente vero	1 Pochissimo vero	2 Poco vero	3 A metà vero	4 Abbastanza in gran parte vero	5 Del tutto vero	6 Del tutto vero
⑦	Adesso mi sento realmente determinato a modificare le mie abitudini alimentari.	0 Per niente vero	1 Pochissimo vero	2 Poco vero	3 A metà vero	4 Abbastanza in gran parte vero	5 Del tutto vero	6 Del tutto vero
⑧	Se penso alle mie abitudini alimentari, sono molto insoddisfatto di me.	0 Per niente vero	1 Pochissimo vero	2 Poco vero	3 A metà vero	4 Abbastanza in gran parte vero	5 Del tutto vero	6 Del tutto vero

nominativo utente

Codici da utilizzare per inserimento online

--	--	--	--	--	--

codice sede codice utente

Nelle pagine seguenti sono riportate le descrizioni delle caratteristiche di 9 ipotetiche persone che hanno differenti atteggiamenti rispetto all'alimentazione.

Le chiediamo di valutare quanto ritiene di assomigliare a ciascuno di esse.

Usi le scale graduate da 0 a 100 che trova sotto ciascun ritratto, mettendo una croce nel punto che indica la sua valutazione di somiglianza al momento attuale.

Consideri tutte le possibili gradazioni delle scale da 0 a 100, considerando le parole di riferimento sotto di esse solo come un orientamento di massima.

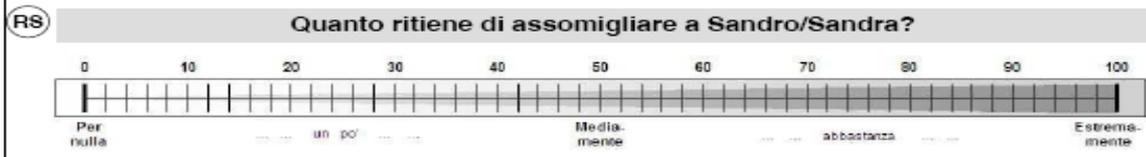
Carlo o Carla (C.)

C. è indeciso/a: da una parte vorrebbe continuare a mangiare come ha sempre fatto, dall'altra sa che sarebbe meglio modificare le sue abitudini alimentari. E' consapevole dei rischi di una alimentazione non corretta, ha pensato più volte di regolare la sua alimentazione, ma poi non lo ha mai fatto. **C.** sa che sarebbe meglio cambiare qualcosa e pensa che prima o poi lo farà.



Sandro o Sandra (S.)

S. è convinto/a di riuscire a modificare le sue abitudini alimentari. Sente di avere le capacità per farlo. **S.** immagina quali difficoltà deve affrontare per mantenere una alimentazione corretta ed è fiducioso/a di saperle affrontare. Ha in mente i passi che deve fare e pensa di riuscirci.



Ritratti2-AL

9 brevi descrizioni di ipotetiche persone che hanno atteggiamenti diversi rispetto al comportamento considerato

a scala centesimale

valuta 9 fattori (2 item per fattore)

nominativo utente

Codici da utilizzare per inserimento online

--	--	--	--

codice sede codice utente

Qui di seguito trova sei domande che riguardano l'alimentazione.
 Risponda usando le scale graduate che trova a fianco ad esse.
 Metta una croce nel punto della scala che indica la sua valutazione
al momento attuale, considerando tutte le possibili gradazioni.

Quanto si sente **SCONTENTO E PREOCCUPATO** delle sue abitudini alimentari?

Quanto si sente **FIDUCIOSO DI RIUSCIRE** a seguire una alimentazione corretta?

Quanto si sente **DECISO E PRONTO** a modificare le sue abitudini alimentari?

Quanto ritiene **STABILIZZATA** l'abitudine ad una alimentazione corretta?

Quanto sente forti **LE TENTAZIONI** del cibo?

Quanto è **IMPORTANTE** per lei seguire una alimentazione corretta?

set di scale (VMC-AL)

6 domande
 scala analogica
 centesimale
 valuta:

1. Frattura Interiore
2. Auto Efficacia,
3. Disponibilità al cambiamento
4. Stabilizzazione del cambiamento
5. Tentazione,

VALUTARE LA MOTIVAZIONE AL CAMBIAMENTO: EMME3 AF/AL - PROFILO DI DISPONIBILITA'

nominativo

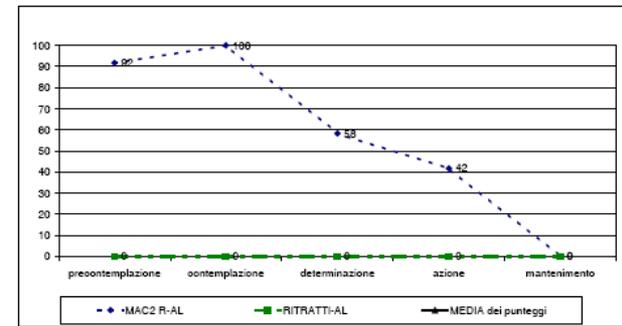
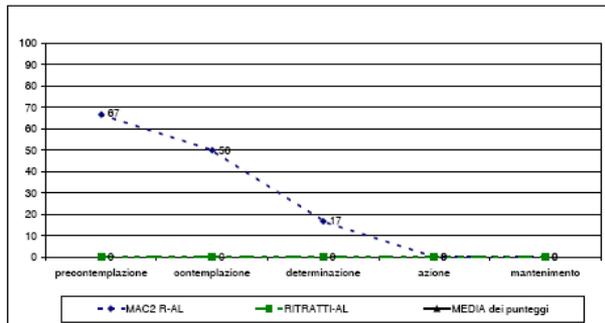
data 05/10/2010



PROFILO MOTIVAZIONALE
ALIMENTAZIONE

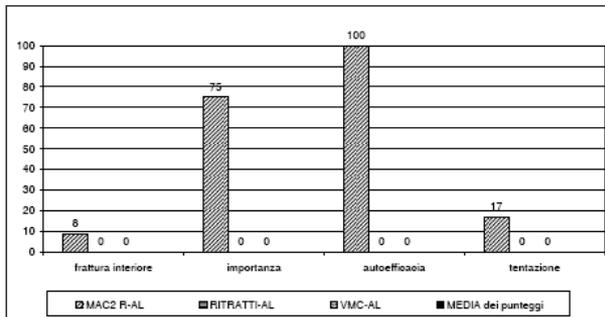


PROFILO MOTIVAZIONALE
ATTIVITA' FISICA



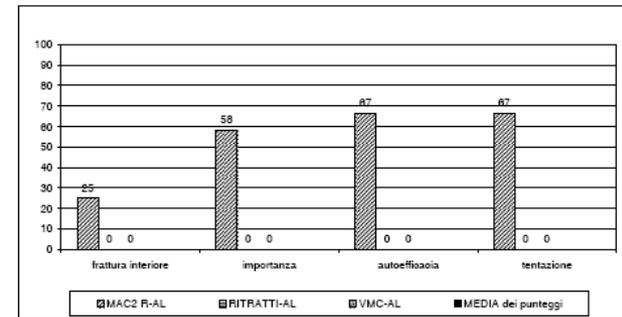
disponibilità al cambiamento 0

stabilizzazione 0



disponibilità al cambiamento 0

stabilizzazione 0



Interventi multisettoriali di prevenzione nutrizionale: il modello veneto

La Regione Veneto con la **rete dei Servizi di Igiene degli Alimenti e Nutrizione (SIAN)** ha sviluppato

- la sorveglianza nutrizionale
- la ristorazione collettiva
- **la consulenza dietetico nutrizionale**
- l'informazione e l'educazione alimentare



REGIONE DEL VENETO

Piani Regionali di Prevenzione e Sicurezza Alimentare

Piani Nazionali di Prevenzione

Carta di Ottawa

GUADAGNARE SALUTE



LA CONSULENZA DIETETICO NUTRIZIONALE svolta dagli Ambulatori Nutrizionali della rete dei SIAN del Veneto

A supporto del MMG, del PLS o dello specialista (pneumologo, diabetologo, ginecologo, nefrologo, fisiatra, ortopedico...) per la **consulenza dietetico-nutrizionale** per utenti di tutte le età (per singoli, famiglie, piccoli gruppi).



**VISITE DIETOLOGICHE
COUNSELING DIETOLOGICO
COUNSELING PER ATTIVITÀ MOTORIE
COUNSELING MOTIVAZIONALE**



Area Tematica Sicurezza nutrizionale

Scheda Tematica Consulenza dietetico -nutrizionale

Obiettivi raggiunti

Gli operatori dei SIAN (medici, dietisti, psicologi, biologi, assistenti sanitari,..) che effettuano consulenza dietetico-nutrizionale

- possiedono le abilità (skills) da utilizzare per l'applicazione del counseling motivazionale, ottenute con percorso formativo mirato pluriennale (corsi base ed avanzati)
- sono in grado di utilizzare strumenti operativi condivisi e standardizzati per valutare la motivazione al cambiamento

Obiettivi in corso

- **realizzazione sito web con il software per elaborazione dei test di valutazione della motivazione al cambiamento e profili motivazionali**
- **Elaborazione linee di indirizzo per il counseling motivazionale**

CONCLUSIONI:

L'Utilizzo degli Strumenti di valutazione della motivazione al cambiamento (EMME3 AF/AL) da parte dei SIAN, medici curanti e specialisti serve a

- ▀ individuare la condizione motivazionale della persona con stili alimentari e di attività fisica non salutari
- ▀ adeguare l'intervento al profilo motivazionale della persona al fine di aumentare la probabilità di successo
- ▀ monitorare l'evoluzione e l'efficacia degli interventi
- ▀ favorire un approccio terapeutico razionale ed attento al rapporto costi/benefici

I nostri obiettivi - Windows Internet Explorer

http://www.venetonutrizione.it/site/index.php?option=com_content&view=article&id=478&Itemid=55

File Modifica Visualizza Preferiti Strumenti ?

Preferiti Siti suggeriti Raccolta Web Slice

I nostri obiettivi

VENETO NUTRIZIONE

VENETO NUTRIZIONE

cerca...

MENU PRINCIPALE

- Home
- News
- Chi siamo
- **I nostri obiettivi**
- Sistemi di sorveglianza epidemiologica
- La motivazione al cambiamento
- Documentazione
- Contatti
- Siti utili
- Progetto Emme3

Home » I nostri obiettivi

Il ruolo della corretta alimentazione e di uno stile di vita attivo quali determinanti dell'obesità e delle malattie croniche non trasmissibili correlate è dimostrato da tutti gli studi scientifici e viene concordemente accettato a livello universale: in particolare le strategie di prevenzione basate sull'EBP raccomandano di trattare contemporaneamente questi due fattori per migliorare l'efficacia degli interventi.

I nostri progetti si basano su solide evidenze scientifiche, sull'EBP, con un approccio ecologico (Brofenbrenner, 1979), che considera tutti i determinanti della salute (fisici, psichici e sociali) e multisettoriale, che coinvolge i settori più rilevanti della comunità ed i portatori di interesse.

I nostri sistemi di sorveglianza ci danno la valutazione ed il monitoraggio della diffusione dell'obesità e dei fattori di rischio correlati.

Le nostre scelte strategiche dipendono in primo luogo dalla constatazione che il singolo individuo è responsabile del proprio stile di vita e di quello dei suoi figli (empowerment), pur riconoscendo l'importanza e l'influenza dell'ambiente sul suo comportamento. In secondo luogo, soltanto un consumatore ben informato è in grado di compiere scelte razionali.

Motivare le persone al cambiamento dello stile di vita richiede un approccio totalmente diverso rispetto a quello informativo-educativo utilizzato da sempre nei servizi di prevenzione.

Le evidenze scientifiche attuali dimostrano che per adottare e mantenere uno stile di vita sano ed attivo, ridurre il peso in eccesso e prevenire le malattie croniche associate ad una alimentazione non salutare ed alla sedentarietà, non sono sufficienti né la conoscenza delle regole della corretta alimentazione né le semplici prescrizioni di diete o programmi di attività fisica regolare.

Riveste un ruolo fondamentale la motivazione della persona a modificare abitudini e stili di vita non salutari. Un approccio che include un intervento sulla motivazione al cambiamento sembra quindi essere più adeguato ad ottenere i risultati attesi ed in letteratura esistono numerose metanalisi che confermano l'efficacia del Counseling Motivazionale (CM) in interventi di promozione di abitudini alimentari corrette, per il controllo del peso e per ridurre la sedentarietà. Anche la costruzione di specifici strumenti che aiutino a valutare la motivazione al cambiamento rispetto agli ambiti sopra indicati può essere un importante supporto al lavoro motivazionale con il paziente/utente.

Con i nostri interventi, inseriti nella programmazione regionale triennale della Prevenzione e Sicurezza Alimentare e Nutrizionale e Lotta alla sedentarietà, abbiamo voluto promuovere l'utilizzo del Counseling Motivazionale come strumento per motivare ad una corretta alimentazione e ad uno stile di vita attivo.

Abbiamo costruito e validato due set di strumenti per misurare la motivazione al cambiamento rispetto all'alimentazione (EMME3-AL) ed all'attività fisica (EMME3-AF).

Un'attività formativa specifica è stata condotta ed è ancora in corso per favorire l'utilizzo del counseling motivazionale ed implementare l'utilizzo dei test validati EMME3, sia in occasione del trattamento ambulatoriale laddove sussiste già questa attività, sia per promuovere l'adozione del counseling motivazionale anche in altri setting, per interventi di prevenzione secondaria all'interno di programmi quali la gestione di soggetti con fattori di rischio nutrizionale e di stile di vita non attivo.

Predisporre linee di indirizzo per il counseling motivazionale per la corretta alimentazione e per uno stile di vita attivo, che definiscano percorsi di counseling che, con l'utilizzo degli strumenti validati (EMME3), aiutino i professionisti a predisporre interventi centrati sulle caratteristiche motivazionali degli utenti per migliorare la qualità, appropriatezza ed efficacia degli interventi stessi e per favorire un approccio terapeutico razionale ed attento al rapporto costi/benefici.

Internet 100%

LA RICERCA

**sugli Strumenti di valutazione
della motivazione al cambiamento**



potrebbe essere utile a migliorare

- le caratteristiche degli strumenti stessi**
- il metodo del counseling nutrizionale
motivazionale**

Pertanto.....

Progetto



I valori, l'importanza, il senso di autoefficacia, le preoccupazioni dell'utente sono elementi centrali nel processo di cambiamento verso un'alimentazione corretta ed un'attività fisica regolare.

Poter valutare quindi la motivazione al cambiamento dell'utente e poter offrirgli un trattamento congruente al suo profilo motivazionale è fondamentale per accompagnarlo in modo efficace nel percorso.

Progetto EMME3 è la costruzione di una **rete tra professionisti** che si occupano di promozione della salute (alimentazione ed attività fisica) e che desiderano condividere l'esperienza clinica e le competenze per accrescere la conoscenza scientifica in questo ambito.

L'utilizzo dei set di strumenti EMME3 AL/AF, con accesso da questa area dopo adesione al Protocollo di collaborazione, permetterà ai vari professionisti di rendere i loro interventi più efficienti e di contribuire alla ricerca scientifica in questo settore.

A breve sarà disponibile il Protocollo di collaborazione.

COMUNITÀ WEB

Chi desidera entrare nel gruppo di utilizzatori degli strumenti di valutazione della motivazione al cambiamento

potrà farlo gratuitamente registrandosi sul sito

www.venetonutrizione.it

Gli sarà richiesto solo di sottoscrivere un protocollo di collaborazione, effettuare una breve formazione e partecipare all'analisi e valutazione dei dati raccolti (nel rispetto della privacy degli utenti) nell'ottica

del miglioramento continuo della qualità e e per l'innovazione del sistema sanitario

VENETO NUTRIZIONE

Il portale della Nutrizione in Veneto

MENU PRINCIPALE

- Home
- News
- Chi siamo
- Dove siamo
- I nostri obiettivi
- Sistemi di sorveglianza epidemiologica
- Prevenzione e promozione di stili di vita salutari
- La motivazione al cambiamento
- Documentazione
- Contatti
- Siti utili
- Progetto Emme3

Corsi di formazione

Corsi di formazione:

area riservata

www.venetonutrizione.it

LOGIN

Nome utente: **XXXXXXXXXX**

Password: ●●●●●●●●

Ricordami

LOGIN

- [Password dimenticata?](#)
- [Nome utente dimenticato?](#)
- [Registrati](#)

CHI È ONLINE

1 visitatore online

Grazie per l'attenzione