

Indice generale

IL CONTESTO DI RIFERIMENTO

1 • **Promozione della salute** (P. Lemma)

1.1. Inadeguatezza delle definizioni	3
1.1.1. Equità e sviluppo sostenibile	4
1.1.2. Salutogenesi e ambiente ecologico	6
1.1.3. Empowerment e resilienza	8
1.1.4. Progettazione, partecipazione ed alleanze	9
1.2. La Dichiarazione di Nairobi	12
1.2.1. Sviluppare l'empowerment individuale	12
1.2.2. Sviluppare l'empowerment di comunità	13
1.2.3. Dare nuova forza ai sistemi sanitari	14
1.2.4. Costruire partnership per condurre azioni intersettoriali	15
1.2.5. Costruire capacità per promuovere la salute	15
Bibliografia e sitografia	16

2 • **Teorie e modelli concettuali di riferimento per l'educazione sanitaria** (A. Bodina, V. Vighi, A. Pellai)

2.1. Modelli teorici che spiegano comportamenti e abitudini: perché servono in educazione sanitaria	19
2.2. Teorie cognitive e teorie socio-ambientali	19
2.3. Perché è vantaggioso dotarsi di modelli teorici di natura cognitiva e socio-ambientale?	20
2.3.1. Health Belief Model	21
2.3.2. Protection Motivation Theory	23
2.3.3. Teoria del comportamento pianificato (azione ragionata)	24
2.3.4. Precede-Proceed Model	25
2.3.5. Stadi di cambiamento	29
2.3.6. Approccio ecologico	32
2.3.7. Approccio salutogenico	33
2.3.8. Teoria del marketing sociale	35
Bibliografia e sitografia	37

DALLA PROGETTAZIONE ALLA VALUTAZIONE DEGLI INTERVENTI

3 • **La progettazione di un intervento di educazione sanitaria**

(M. Tirani, A. Za, A. Pellai)

3.1. La conoscenza del problema	43
3.1.1. Lo studio del problema	43
3.1.2. L'identificazione dei bisogni	43
3.1.3. La raccolta delle informazioni disponibili e la consultazione delle banche dati	44
3.1.4. L'identificazione delle attività già esistenti, dei loro punti di forza e debolezza	45
3.2. La definizione degli obiettivi	45
3.2.1. Definire obiettivi ragionevoli	47

3.2.2. Definire obiettivi realistici	48
3.3. La definizione della popolazione target	49
3.4. Identificazione delle risorse e degli strumenti a propria disposizione	51
3.4.1 Le risorse	51
3.4.2 I canali	52
3.4.3. I partner	56
3.5 Redazione della scheda di programmazione	58
Bibliografia e sitografia	61
4 • Valutare gli interventi di promozione della salute (P. Lemma)	
4.1. Appropriato rispetto a cosa?	64
4.1.1. Il positivismo	64
4.1.2. Il costruttivismo e la valutazione realistica	65
4.1.3. Valutare l'empowerment	66
4.2. Valutazione e processi decisionali	67
4.3. Una valutazione sostenibile	70
4.3.1. L'analisi di un territorio	71
4.3.2. Una valutazione partecipata	72
Bibliografia e sitografia	73
LE METODOLOGIE	
5 • Gli strumenti di ricerca per chi promuove interventi educativi in Sanità Pubblica (A. F. Marino, W. Toigo, A. Pellai)	
5.1. Ricerca qualitativa	77
5.1.1. Intervista qualitativa (o intervista biografica)	78
5.1.2. Gruppo di discussione o focus group	79
5.2. Ricerca quantitativa	80
5.3. Differenze tra ricerca qualitativa e quantitativa	81
5.3.1. Differenze tra intervista e questionario	83
5.4. Il questionario	84
5.5. Sette regole per costruire un questionario	86
5.5.1. Stabilire il tema del questionario	86
5.5.2. Sviluppare il tema del questionario	87
5.5.3. Scrivere le voci e formattare le risposte	88
5.5.4. Verificare la corrispondenza tra domande e tema	94
5.5.5. Scrivere indicazioni	95
5.5.6. Classificare gli intervistati	96
5.5.7. Facilitare l'adesione al questionario	96
Bibliografia e sitografia	98
6 • Le Life Skills e i metodi di educazione alla salute in età evolutiva (P. Marmocchi, E. Strazzari, A. De Blasi, A. Pellai)	
6.1. Definizione delle Life Skills	100
6.2. Progetti di Life Skills Education (LSE)	102
6.2.1. Potenziare l'empatia	103
6.3. Metodologia della LSE	105
6.4. Le Life Skills e la prevenzione dei comportamenti a rischio in adolescenza	106
6.5. Le Life Skills nei metodi di educazione sanitaria	108
6.5.1. La peer education	108
6.5.2. Il focus group	111
6.5.3. Il circle time	114
6.6. L'educazione ai media	117
Bibliografia e sitografia	119

L'EDUCAZIONE DEL PAZIENTE

Il significato dell'educazione sanitaria nelle relazioni di cura (L. Zannini)122

7 • L'approccio di counseling nei processi di educazione del paziente (L. Montagna, L. Zannini)

7.1. Cosa significa "educare" un paziente?	123
7.1.1 Cosa rende educativo un intervento con il paziente?	125
7.1.2 La dimensione relazionale dell'educazione	125
7.1.3 Il coinvolgimento attivo del paziente	126
7.2. Alcuni chiarimenti terminologici preliminari	126
7.3. La rilevanza dei modelli di medicina adottati nelle pratiche di educazione del paziente	128
7.3.1. La medicina centrata sul paziente	128
7.3.2. La cura collaborativa	130
7.4. L'importanza del soggetto (adulto) cui è rivolta l'educazione del paziente	131
7.4.1. Come l'età influenza l'educazione del paziente adulto	133
7.5. L'approccio di counseling nell'educazione del paziente	135
7.5.1. La comunicazione educativa	137
7.5.2. Il counseling	137
7.6. Il punto di partenza dell'educazione del paziente: la diagnosi educativa	140
7.7. Teorie e modelli che contano nella motivazione del paziente al cambiamento	142
7.7.1. Quali credenze ha il paziente sulla malattia e sulla cura? Quali emozioni prova?	143
7.7.2. Quanto il paziente sente di "potercela fare" a mettere in atto il piano terapeutico?	144
7.7.3. In quale fase si trova il paziente? Quanto è pronto al cambiamento?	145
7.8. Strumenti e metodi per le attività programmate di educazione del paziente	147
7.9. Conclusioni	150
Bibliografia e sitografia	150

8 • Il modello della group care per l'educazione terapeutica del paziente (M. Trento)

8.1. Perché la group care? Motivazioni e premesse teoriche	153
8.2. Cosa fare prima di avviare un progetto di group care	154
8.3. Le fasi della costruzione di un percorso della group care	155
8.4. Il programma educativo della group care con i pazienti diabetici: contenuti e struttura	155
8.5. Esempi concreti di alcune metodologie attive utilizzate nella group care	159
8.5.1. Uso di metafore	159
8.5.2. Problem solving	160
8.5.3. Role playing	162
8.6. La forza del gruppo	163
8.7. Come i pazienti reagiscono alla group care	164
Bibliografia e sitografia	165

L'EDUCAZIONE SANITARIA DELLA COMUNITÀ: I PRINCIPALI CONTESTI DI APPLICAZIONE

9 • Educazione alimentare (C. Luti, M. Nobile, A. Pellai)

9.1. Obesità, diabete tipo II e disturbi del comportamento alimentare: una vera emergenza sanitaria	169
9.2. Linee- guida nazionali e internazionali	170
9.3. Programmi di educazione alimentare	173
9.3.1. Interventi in ambito scolastico	174

9.3.2. Donne in gravidanza/allattamento	178
9.3.3. Anziani	180
9.3.4. Iniziative nell'ambito della comunità	180
9.3.5. Iniziative nell'ambito delle mense aziendali	181
9.4. Esempi di buona pratica	182
9.4.1. Scuola dell'infanzia e primaria	182
9.4.2. Scuole secondarie di primo grado	182
9.4.3. Adolescenti	183
9.5. Esercizi	183
Bibliografia e sitografia	184
10 • La promozione dell'attività fisica (M. Nobile, C. Luti, A. Pellai)	
10.1. Introduzione	185
10.1.1. Linee-guida nazionali e internazionali	187
10.1.2. Strategie d'intervento	189
10.2. Interventi per la comunità	190
10.3. Interventi per bambini	192
10.4. Interventi per preadolescenti e adolescenti	192
10.5. Interventi nella scuola	194
10.6. Interventi per la popolazione anziana	194
10.7. Dieci regole per organizzare un gruppo di cammino	195
10.8. Interventi per le donne in gravidanza	196
10.9. Interventi per gli adulti sani	197
10.10. Interventi sui luoghi di lavoro	197
10.11. Esempi di buone pratiche	197
10.11.1. Bambini	197
10.11.2. Preadolescenti e adolescenti	198
10.11.3. Anziani	199
10.11.4. Luoghi di lavoro	199
10.11.5. Comunità locale	200
10.11.6. Scuola	201
10.12. Esercizi	201
Bibliografia e sitografia	202
11 • Prevenzione dei comportamenti tabacco e alcol correlati: ruolo degli interventi educativi (F. Riboldi)	
11.1. Introduzione	205
11.2. Il dato epidemiologico	206
11.3. La cornice legislativa	209
11.4. Linee guida nella programmazione degli interventi	211
11.4.1. Il ruolo dell'informazione	211
11.4.2. Modalità e spazi della comunicazione	212
11.4.3. Le tappe della programmazione	213
11.4.4. Strategie e limiti nella riduzione di domanda	216
11.5. Le buone prassi	218
11.6. L'approccio educativo ai consumatori di tabacco e alcol	220
11.7. Esercizi	222
Bibliografia e sitografia	223
12 • Sostanze psicoattive gratificanti e strategie educative in ambito preventivo (F. Riboldi)	
12.1. Introduzione	225
12.2. Indirizzi legislativi	226

12.3. Caratteristiche del fenomeno e limiti di osservazione	229
12.4. La droga come “stimolo” del gruppo dei pari	232
12.4.1. Strategie di prevenzione	233
12.5. La droga come “mezzo” per rendere al meglio	234
12.5.1. Strategie di prevenzione	235
12.6. La droga come “ricerca” di piacere	236
12.6.1. Strategie di prevenzione	236
12.7. La droga come “fuga” dal disagio	237
12.7.1. Strategie di prevenzione	238
12.8. Esercizi	239
Bibliografia e sitografia	240
13 • Educazione sessuale (C. Luti, M. Nobile, A. Pellai)	
13.1. Introduzione	243
13.2. Linee guida	245
13.3. Interventi in ambito scolastico	246
13.3.1. Scuole primarie	247
13.3.2. Scuole secondarie di primo grado	249
13.3.3. Scuole secondarie di secondo grado	249
13.4. Adolescenti omosessuali	250
13.5. Persone affette da malattie trasmissibili sessualmente (MTS)	251
13.6. Donne in menopausa	252
13.7. Esempi di buona pratica	252
13.8. Esercizi	253
Bibliografia e sitografia	254
Indice analitico	257