

Nota

I contenuti del volume sono tratti, con modifiche ed integrazioni, dalla tesi di Laurea Magistrale in *Scienze riabilitative delle professioni sanitarie*, dal titolo "*Empowerment e attività motoria: strumenti di prevenzione nelle chronic diseases*", redatta dal Dott. Gilberto Stival - con la supervisione dei relatori, la Prof.ssa Rosaria Alvaro ed il Prof. Giovanni Antonetti -, che l'ha discussa il 4 aprile 2017 presso l'Università degli Studi di Roma "*Tor Vergata*".

Nota

L'opera riprodotta in copertina è stata realizzata da Gilberto Stival, che ha espressamente autorizzato il suo utilizzo, a titolo gratuito, esclusivamente per questo volume.

Avviso legale

Gli Autori, l'Editore e tutti coloro in qualche modo coinvolti nella preparazione e/o nella pubblicazione di quest'opera hanno posto ogni attenzione per garantire che le informazioni ivi contenute siano accurate e complete in ogni loro parte, e non possono essere ritenuti responsabili in nessun caso di eventuali errori o imprecisioni.

Gli Autori, l'Editore e tutti coloro in qualche modo coinvolti nella preparazione e/o pubblicazione di quest'opera non sono responsabili di eventuali danni conseguenti ad azioni o determinazioni assunte in base alla consultazione delle informazioni in essa riportate, e in ogni modo non possono essere a Loro ascrivibili i risultati ottenuti dall'utilizzo di tali informazioni.

Empowerment ed attività motoria

Strumenti di prevenzione nelle "*chronic diseases*"

Copyright anno 2018 e seguenti: Giovanni Antonetti

Tutti i diritti riservati

I diritti di traduzione, di duplicazione e di diffusione, di memorizzazione elettronica e di adattamento totale o parziale sono riservati per tutti i paesi.

Nessuna parte dell'opera può essere riprodotta in alcuna forma (anche per copie fotostatiche, microfilm o altri procedimenti) senza il consenso scritto del titolare dei diritti d'autore.

I testi delle leggi, decreti, circolari e/o contratti collettivi nazionali di lavoro qui pubblicati non sono coperti dai diritti d'autore ai sensi dell'articolo 5 della Legge 22 aprile 1941, n. 633.

Il copyright si riferisce alla elaborazione ed alla forma di presentazione dei testi stessi.

Sviluppo editoriale: Giovanni Antonetti e Paola Scampati

Impaginazione e composizione: Giovanni Antonetti e Paola Scampati

Un ringraziamento particolare è rivolto a Laura De Vincenzo, per la collaborazione prestata nella ricerca bibliografica.

Stampa: UniversItalia editrice s.r.l.
Via di Tor Vergata, 143
Via di Passolombardo, 421
00133 - Roma
Telefono: 06.2026342
Fax: 06.20419483
Sito Internet: www.unipass.it
Posta elettronica: info@universitaliasrl.it

"Una vita senza ricerca non è degna di essere vissuta"

Platone

*(Apologia di Socrate,
XXVIII, 38 c,
399-388 a.C.)*

*"[...] nec me ulla res delectabit, licet sit eximia et salutaris,
quam mihi uni sciturus sum.
Si cum hac exceptione detur sapientia,
ut illam inclusam teneam nec enuntiem, reiciam [...]"*

*"[...] nessuna conoscenza, se pur eccellente e salutare,
mi darà gioia se la apprendereò per me solo.
Se mi si concedesse la sapienza con questa limitazione,
di tenerla chiusa in me, rinunciando a diffonderla, la rifiuterei [...]"*

Lucio Anneo Seneca

*(Epistulae morales ad Lucilium,
I, 6, 4,
62-65 d.C.)*

*"Knowledge is of two kinds.
We know a subject ourselves,
or we know where we can find information upon it."*

"Parlare oscuramente lo sa fare ognuno, ma chiaro pochissimi."

Galileo Galilei

*(Considerazioni al Tasso,
1589)*

*"Ci sono due tipi di conoscenza.
Conosciamo una cosa per conoscenza diretta,
oppure sappiamo dove trovare informazioni in proposito."*

Samuel Johnson

*(Boswell's Life of Johnson,
18 aprile 1775)*

Nota

Per la Legge italiana la fotocopia è lecita solamente se di essa se ne fa un uso personale.

Ogni fotocopia che eviti l'acquisto di un libro, oltre che illecita e perseguibile per Legge, minaccia la sopravvivenza stessa della stampa e la trasmissione della Conoscenza, e provoca danni irreparabili alla Cultura.

In caso di inosservanza della disciplina legislativa in materia di protezione del diritto d'autore e di altri diritti connessi al suo esercizio, è prevista una pluralità di sanzioni penali (detentive e pecuniarie) ed amministrative per le diverse violazioni commesse.

Indice

Gli Autori	pagina	IX
Introduzione		1
Capitolo 1		
Le malattie croniche	pagina	3
1.1 Un problema da affrontare	pagina	3
1.2 La cronicità e il mondo del lavoro	pagina	5
1.3 La cronicità in età evolutiva	pagina	8
1.4 Le strategie di intervento	pagina	11
1.5 Incidenza delle malattie croniche in Italia	pagina	14
1.6 Costi della cronicità	pagina	20
Capitolo 2		
L'empowerment	pagina	25
2.1 Abilità a "fare fronte"	pagina	25
2.2 L'empowerment in Medicina	pagina	28
2.3 Da <i>self empowerment</i> a <i>community empowerment</i>	pagina	34
2.4 L'empowerment nel Piano Nazionale Prevenzione	pagina	40
2.5 La validità e misurabilità dell'empowerment in Sanità	pagina	41
2.6 Il professionista sanitario promotore di empowerment nel cittadino	pagina	43
Capitolo 3		
La prevenzione delle malattie croniche	pagina	45
3.1 La prevenzione e i fattori di rischio	pagina	45
3.1.1 Generalità	pagina	45
3.1.2 I fattori di rischio modificabili	pagina	48
3.1.3 I fattori di rischio intermedi	pagina	48
3.2 Un investimento vitale	pagina	51
3.3 L'attività motoria quale strumento di prevenzione nelle malattie croniche	pagina	53
3.4 I costi dell'inattività fisica	pagina	59
Capitolo 4		
Un nuovo approccio	pagina	63
4.1 I bisogni della persona con malattia cronica	pagina	63
4.2 L'integrazione socio-sanitaria	pagina	64
4.3 La nuova cultura del " <i>macrosistema salute</i> "	pagina	68

VIII **Antonetti G., Alvaro R., Stival G., Scampati P., De Vincenzo L., Mattei M., Onorati M.**
Empowerment ed attività motoria
Strumenti di prevenzione nelle "*chronic diseases*"

4.4	Il Piano Regionale della Prevenzione 2014-2018 della Regione Lazio	pagina	74
4.5	Il modello bio-psico-sociale nella riabilitazione	pagina	78
4.6	L'Attività Fisica Adattata	pagina	82
4.7	Lo sport	pagina	85
Capitolo 5			
Le buone pratiche		pagina	87
5.1	Ferrara: città della prevenzione	pagina	87
5.2	Associazione Italiana Fisioterapisti e cure oncologiche: l'importanza dell'attività motoria	pagina	88
5.3	Ulss 9 Treviso, Dipartimento di Prevenzione: Gruppi di cammino e Palestre della Salute	pagina	89
5.4	ASL Roma G (ora ASL Roma 5): il movimento migliora la vita a tutte le età	pagina	90
5.5	Policlinico Gemelli: Sprintt il progetto che previene le disabilità dell'anziano	pagina	90
5.6	IRCSS Santa Lucia di Roma: Ambulatorio di Attività Fisica Adattata	pagina	91
5.7	ASL Roma A (ora ASL Roma 1): UO "<i>Riabilitazione Sportiva e tecniche innovative</i>"	pagina	92
5.8	Presidio Ospedaliero Centro Paraplegici Ostia: sport-terapia	pagina	92
5.9	Programma Erasmus + Sport: riabilitazione attraverso lo sport	pagina	93
Conclusioni		pagina	95
Riferimenti bibliografici		pagina	97
Sitografia		pagina	99

Gli Autori

Antonetti Giovanni

È in possesso del Dottorato di ricerca in *Scienze infermieristiche*, conseguito presso l'Università degli Studi di Roma "Tor Vergata" - È in possesso del Dottorato di ricerca in *Scienze forensi*, conseguito presso l'Università degli Studi di Roma "Tor Vergata" - È in possesso della Laurea Specialistica in *Scienze infermieristiche e ostetriche*, conseguita presso l'Università degli Studi di Roma "Tor Vergata" - È in possesso della Laurea in *Ostetricia*, conseguita presso l'Università degli Studi di Roma "Tor Vergata" - È in possesso del *Diploma di Abilitazione alla Formazione Teorica e Pratica in Psicomatica e Psicoprofilassi Ostetrica e Neonatologica secondo il metodo R.A.T. (Respiratory Autogenic Training)*, conseguito presso la Scuola di Formazione in Psicomatica e Psicoprofilassi Ostetrica-Ginecologica-Neonatologica dell'Ospedale "Cristo Re" di Roma - È in possesso del *Diploma Universitario di abilitazione all'esercizio della professione di Ostetrica*, conseguito presso l'Università degli Studi di Roma "La Sapienza" - È in possesso del *Certificato di abilitazione a funzioni direttive nell'assistenza infermieristica* - È in possesso del *Diploma di Infermiere* - Professore a c. di *Scienze infermieristiche generali, cliniche e pediatriche* presso l'Università degli Studi di Roma "Tor Vergata" nel Corso di Laurea Magistrale in *Scienze Infermieristiche e Ostetriche* - Professore a c. di *Scienze infermieristiche generali, cliniche e pediatriche* presso l'Università degli Studi di Roma "Tor Vergata" nel Corso di Master universitario di I livello in *Management per le funzioni di coordinamento infermieristico e per le professioni sanitarie* - Presidente del Consiglio Direttivo della *Associazione degli Studenti Infermieri dell'Università degli Studi di Roma "Tor Vergata"* - Iscritto all'Ordine della professione ostetrica della Provincia di Roma - Iscritto all'Ordine delle professioni infermieristiche della Provincia di Roma - Collaboratore Professionale Sanitario Senior Infermiere alle dipendenze della Azienda Sanitaria Locale Roma 6 - Pubblicista iscritto all'Ordine dei Giornalisti del Lazio - Direttore responsabile del periodico "*Piazza Roma*", edito in Frascati (RM) - Autore di numerosi articoli scientifici su riviste a diffusione internazionale e nazionale - Autore di numerosissime pubblicazioni a carattere giuridico e professionale a diffusione nazionale - Autore di numerosissimi articoli giornalistici su riviste a diffusione locale

Alvaro Rosaria

Professore Ordinario di *Scienze infermieristiche* presso l'Università degli Studi di Roma "Tor Vergata" - Presidente del Corso di Laurea Magistrale in *Scienze infermieristiche e ostetriche* presso l'Università degli Studi di Roma "Tor Vergata" - Presidente del Corso di Laurea in *Infermieristica* presso l'Università degli Studi di Roma "Tor Vergata" - Direttore del Master Universitario di I livello in *Management per le funzioni di coordinamento infermieristico e per le professioni sanitarie* presso l'Università degli Studi di Roma "Tor Vergata" - Autrice di numerosissime pubblicazioni a diffusione internazionale e nazionale

Stival Gilberto

È in possesso della Laurea Magistrale in *Scienze riabilitative delle professioni sanitarie*, conseguita presso l'Università degli Studi di Roma "Tor Vergata" - È in possesso della Laurea in *Scienze motorie*, conseguita presso l'Università degli Studi di Urbino - È in possesso della Laurea in *Fisioterapia*, conseguita presso l'Università degli Studi di Padova - È in possesso

X **Antonetti G., Alvaro R., Stival G., Scampati P., De Vincenzo L., Mattei M., Onorati M.**
Empowerment ed attività motoria
Strumenti di prevenzione nelle "*chronic diseases*"

del Master Universitario di I livello in *Gestione delle imprese e delle società* conseguito presso l'Università telematica "*Pegaso*" - È in possesso del Master Universitario di I livello in *Metodologie didattiche per le scienze motorie*, conseguito presso l'Università degli Studi di Roma "*Guglielmo Marconi*" - È in possesso del Master Universitario di I livello in *Educatore consulente nell'orientamento e nell'avviamento dei disabili allo sport*, conseguito presso l'Università degli Studi di Roma "*Roma Tre*" - Ha frequentato il Corso di perfezionamento in *Economia e gestione dell'integrazione sanitaria e socio sanitaria* presso l'Università Cattolica "*Sacro Cuore*" di Roma - Ha frequentato il Corso di perfezionamento in *Disability Manager. Bioetica, Scienze Umane e ICF per progettare e unire le reti con e per le persone con disabilità*, presso l'Università Cattolica "*Sacro Cuore*" di Milano - Ha frequentato il Corso di alta formazione universitaria post laurea in *Etica della politica nell'epoca post moderna: persona, istituzioni, società*, presso la Pontificia Università "*Lateranense*" di Roma - Fisioterapista alle dipendenze dell'Ospedale "*San Carlo di Nancy*" di Roma - È docente di *Scienze Motorie e sportive* presso il Liceo artistico paritario "*San Giuseppe*" di Grottaferrata (RM) - È membro del gruppo di lavoro ANCI "*Urban Health*" - È membro della Commissione "*Sport e marginalità*" del Comitato di Roma del Centro Sportivo Italiano (CSI)- È socio della *Società Italiana Disability Manager* - Autore di numerose pubblicazioni a carattere professionale

Scampati Paola

È in possesso della Laurea in *Psicologia ad indirizzo applicativo*, conseguita presso l'Università degli Studi di Roma "*La Sapienza*" - È in possesso della specializzazione in *Psicodiagnostica Rorschach*, conseguita presso l'Istituto Italiano di Studio e Ricerca Rorschach - È in possesso della abilitazione professionale alla funzione di *Psicoterapeuta*, riconosciuta dal Consiglio dell'Ordine degli Psicologi del Lazio - È in possesso del perfezionamento in *Floriterapia di Bach*, conseguito presso l'Accademia di Medicina Biologica in collaborazione con l'Associazione Medica Italiana di Floriterapia - Professore a c. di *Psicologia Sociale* presso l'Università degli Studi di Roma "*Tor Vergata*" nel Corso di Master di I livello in *Management per le funzioni di coordinamento infermieristico e per le professioni sanitarie* - Professore a c. di *Psicologia Clinica* presso l'Università degli Studi di Roma "*Tor Vergata*" nel Corso di Master di I livello in *Infermieristica clinica nel paziente critico* - Professore a c. di *Psicologia Clinica* presso l'Università degli Studi di Roma "*Tor Vergata*" nel Corso di Master di I livello in *Infermieristica clinica nel paziente critico* - Iscritta all'Ordine degli Psicologi del Lazio - Dirigente Psicologo alle dipendenze della Azienda Sanitaria Locale Roma 6 - Direttore f.f. della Unità Operativa Complessa "*Procreazione cosciente e responsabile*" della Azienda Sanitaria Locale Roma 6 - Responsabile della Unità Operativa Semplice "*Consultori H1-H 2-H 3*" della Azienda Sanitaria Locale Roma 6 - Articolista del periodico "*Piazza Roma*", edito in Frascati (RM) - Autrice di numerosissime pubblicazioni a carattere giuridico e professionale a diffusione nazionale - Autrice di numerosi articoli su giornali e riviste a diffusione locale

De Vincenzo Laura

Laureanda in *Giurisprudenza* presso l'Università degli Studi di Roma "*Tor Vergata*" - Esercita attività di volontariato a favore delle donne vittime di violenza

Mattei Marco

È in possesso del Dottorato di ricerca in "*Fisiopatologia dei distretti corporei*", conseguito presso l'Università degli Studi di Roma "*Tor Vergata*" - È in possesso della Laurea in *Medicina e Chirurgia*, conseguita presso l'Università degli Studi di Roma "*La Sapienza*" - È in possesso della specializzazione in "*Ginecologia e Ostetricia*", conseguita presso l'Università degli Studi di Roma "*Tor Vergata*" - È in possesso del Master Universitario di I livello in "*Economia e gestione sanitaria*", conseguito presso l'Università degli Studi di Roma "*Tor Vergata*" - Ha