



Promozione Salute Svizzera

Fogli di lavoro 17

## **Via: un progetto intercantonale per la promozione della salute in età avanzata**

**Rapporto di fine progetto 2010–2013**

Promozione Salute Svizzera è una fondazione sostenuta da Cantoni e casse malati. Nata su incarico della Confederazione, essa coordina e valuta le misure volte a promuovere la salute (art. 19 della legge federale sull'assicurazione malattie). La Fondazione sottostà alla vigilanza della Confederazione. Il Consiglio di fondazione funge da principale organo decisionale. Promozione Salute Svizzera ha due sedi operative, situate negli uffici di Berna e Losanna. Attualmente ogni persona residente in Svizzera versa annualmente CHF 2.40 a favore di Promozione Salute Svizzera. Un piccolo investimento dalle grandi ripercussioni sulla salute di tutti. L'importo viene prelevato dalle casse malati a beneficio della Fondazione.

Nella serie «**Fogli di lavoro Promozione Salute Svizzera**», la Fondazione pubblica lavori realizzati da lei stessa, o su mandato. Scopo di questi fogli di lavoro è quello di sostenere esperte ed esperti nell'attuazione di misure nel campo della promozione della salute e della prevenzione. La responsabilità del contenuto attiene ai loro autori. I fogli di lavoro di Promozione Salute Svizzera sono disponibili generalmente in formato elettronico (PDF).

## Impressum

### Editore

Promozione Salute Svizzera

### Autori

- Andreas Biedermann, responsabile operativo del progetto Via (autore principale)
- Günter Ackermann, responsabile di progetti qualità e valutazione
- Ralph Marc Steinmann, responsabile generale del progetto Via

### Capo progetto Promozione Salute Svizzera

Ralph Marc Steinmann, Senior Manager

### Serie e numero

Promozione Salute Svizzera Fogli di lavoro 17

### Citazioni

Biedermann, A.; Ackermann G.; Steinmann R.M. (2014). *Via: un progetto intercantonale per la promozione della salute in età avanzata. Rapporto di fine progetto 2010–2013*. Promozione Salute Svizzera Fogli di lavoro 17, Berna e Losanna

### Materiale fotografico

fotolia.com

### Informazioni

Promozione Salute Svizzera  
Dufourstrasse 30, casella postale 311, CH-3000 Berna 6  
Tel. +41 31 350 04 04, fax +41 31 368 17 00  
office.bern@promotionsante.ch  
www.promozionesalute.ch

### Testo originale

Tedesco

### Numero d'ordinazione

04.0003.IT 01.2014

Questa pubblicazione è disponibile anche in francese e in tedesco  
(numero d'ordinazione 04.0003.FR 01.2014 oppure 04.0003.DE 01.2014)

### ISSN

2296-570X

### Scarica PDF

[www.promozionesalute.ch/publicazioni](http://www.promozionesalute.ch/publicazioni)

# Indice

<b>Editoriale</b>	<b>5</b>
<b>1 Management Summary</b>	<b>6</b>
<b>2 Promozione della salute e prevenzione in età avanzata</b>	<b>7</b>
<b>3 Visione, obiettivi e gruppi target</b>	<b>10</b>
<b>4. L'evoluzione di Via</b>	<b>11</b>
4.1 Primo settore d'attività: Basi scientifiche per il lavoro pratico	12
4.2 Secondo settore d'attività: Supporto per l'attuazione nei cantoni partner	13
4.3 Terzo settore d'attività: Supporto per l'attuazione pratica	17
4.4 Quarto settore d'attività: Comunicazione e relazioni con i partner	20
4.5 Quinto settore d'attività: Gestione delle conoscenze	21
4.6 Sesto settore d'attività: Ulteriore sviluppo	22
<b>5 Organizzazione e risorse</b>	<b>23</b>
5.1 Organizzazione	23
5.2 Risorse	24
<b>6. I risultati del progetto Via</b>	<b>25</b>
6.1 Punti chiave della valutazione	25
6.2 I livelli d'impatto di Via	26
6.3 Partecipazione dei cantoni e dei comuni	28
6.4 Networking e coordinamento	30
6.5 I prodotti Via nati dalla valutazione	31
6.6 Via nell'ottica dei partner	31
<b>7 Prospettive</b>	<b>35</b>
<b>Allegato: Prodotti</b>	<b>36</b>

**Indice delle figure**

Figura 1: Tematiche di fondo di Via dal 2011 al 2013	12
Figura 2: Il concetto delle best practice di Promozione Salute Svizzera	13
Figura 3: Via, un fornitore di servizi tra tanti	13
Figura 4: Il quadro di riferimento di Via	13
Figura 5: La rete di Via	20
Figura 6: Il ciclo di conoscenze di Via	21
Figura 7: I quattro livelli di valutazione	25
Figura 8: Livelli d'impatto della promozione della salute in età avanzata	27
Figura 9: Valutazione dei servizi Via da parte dei cantoni partner	32
Figura 10: Valutazione della gestione del progetto da parte dei cantoni partner	33

**Indice delle tabelle**

Tabella 1: Sviluppo demografico, scenari 2010–2060	7
Tabella 2: Le sei tematiche Via sulla promozione della salute e la prevenzione in età avanzata 2009–2013	11
Tabella 3: Livelli di attuazione di Via per la promozione della salute e la prevenzione in età avanzata	11
Tabella 4: Ambiti di attività della fase di attuazione di Via dal 2011 al 2013	11
Tabella 5: Cantoni partner dal 2010 al 2013	23
Tabella 6: Contributi finanziari dei partner dal 2010 al 2013	24
Tabella 7: Risorse umane del progetto Via dal 2010 al 2013	24
Tabella 8: Tipizzazione dei cantoni nel 2011	29
Tabella 9: Numero di comuni raggiunti dal progetto Via	30

## Editoriale

### **Il cambiamento demografico, una sfida per la promozione della salute in età avanzata**

La composizione demografica della nostra società sta cambiando. Nei prossimi decenni la quota degli individui in età più avanzata continuerà a salire in modo notevole: lo scenario medio elaborato dall'Ufficio federale di statistica indica infatti che entro il 2060 un terzo della popolazione di età superiore ai 20 anni sarà ultrasessantacinquenne. Tutto ciò fa sorgere delle sfide in ambito sanitario; e la promozione della salute nell'età avanzata è un approccio promettente, dotato di grande potenzialità per affrontarle. L'efficacia delle misure di promozione della salute nell'età avanzata è avallata da validi risultati scientifici in molti ambiti, come ad esempio nel campo della promozione del movimento e della prevenzione delle cadute. La promozione della salute fa crescere le probabilità di vivere più a lungo possibile in autonomia tra le proprie quattro mura, in buona salute e con un'elevata qualità di vita anche nella terza e quarta età e contribuisce a procrastinare il ritiro in case di cura, a ridurre la necessità di assistenza e, con essi, i costi per malattie, cure e infrastrutture. Date queste circostanze, Promozione Salute Svizzera ha deciso di farne un tema chiave strategico a lungo termine in collaborazione con i cantoni.

### **Via: un progetto di Promozione Salute Svizzera in collaborazione con i cantoni**

Sulla base di un'iniziativa del Cantone di Berna e della città di Zurigo, nonché su richiesta dei cantoni coinvolti, dal 2011 Promozione Salute Svizzera si è fatta promotrice di Via, un progetto che punta a consentire alle persone più anziane che vivono a casa propria di poter rimanere quanto più a lungo possibile nel contesto loro familiare in termini fisici, sociali e culturali. Via ha creato le premesse per migliorare la qualità dell'attuazione di questo obiettivo in funzione di fondamenta scientifiche. Si tratta di un progetto nato dalla prassi e rivolto alla prassi che al momento vede impegnati dieci cantoni (AR, BE, GR, NW, SG, SH, TG, UR, VD, ZG). Nella prima fase del progetto, svoltasi tra il 2010 e il 2013, sono state gettate le

basi e sono stati messi a punto strumenti di valido utilizzo pratico nei seguenti campi tematici: promozione del movimento, prevenzione delle cadute, salute psichica/partecipazione alla società, gruppi target difficili da raggiungere e penalizzati, partecipazione dei medici di famiglia, nonché consulenza, manifestazioni e corsi. Dopo la seconda fase del progetto, che si terrà tra il 2014 e il 2016, Via verrà trasposto in un programma che si appoggerà ai programmi di azione cantonali per un peso corporeo sano.

### **Fa del bene e parlane!**

Dai rapporti di valutazione esterni del 2012 e del 2013 è emerso che la strada imboccata da Via negli ultimi quattro anni è quella giusta. Motivo sufficiente per presentare all'opinione pubblica interessata le basi, le fasi di sviluppo, i prodotti elaborati nonché la forma organizzativa e la situazione delle risorse di Via, unitamente agli obiettivi della prossima fase del progetto. Via è incentrato sull'apprendimento comune e vicendevole nonché sul trasferimento delle conoscenze. Non ci resta quindi che augurarvi un'interessante e proficua lettura.

Bettina Schulte-Abel  
Vicedirettrice/Responsabile Programmi

Ralph Steinmann  
Senior Manager/Responsabile generale  
del progetto Via

### **Per maggiori informazioni**

[www.promozionesalute.ch/via](http://www.promozionesalute.ch/via)

# 1 Management Summary

Gli sviluppi demografici e le esigenze delle persone più anziane in termini di autonomia, salute e qualità di vita esigono un impegno immediato. Con l'ampliamento della quota della popolazione anziana cresce anche la richiesta di un'offerta commisurata a determinati gruppi target, tanto più impellente a fronte della minaccia di un'esplosione dei costi per malattie, incidenti e necessità di assistenza.

Il progetto Via si propone di offrire sostegno alle persone più anziane affinché possano restare indipendenti il più a lungo possibile e quindi poter continuare a vivere nel contesto loro familiare, preservare la mobilità e coltivare i contatti sociali. A tal proposito è necessario promuovere la loro salute, far aumentare il numero degli anni di vita vissuti in benessere, ridurre la necessità di cure e procrastinare o addirittura rendere superfluo il trasferimento in case di riposo. Così facendo si punta altresì a ridimensionare i costi legati a malattie e assistenza.

Via ha pertanto elaborato i risultati scientifici ottenuti nel campo della promozione della salute e della prevenzione in età avanzata per consentirne l'applicazione pratica e li ha poi messi a disposizione tramite liste di controllo, linee guida e supporti di attuazione. Nella prima fase del progetto è stata data priorità ai temi «Promozione del movimento», «Prevenzione delle cadute», «Salute psichica», «Gruppi target difficili da raggiungere e penalizzati», «Partecipazione dei medici di famiglia» e «Consulenza, manifestazioni e corsi». Ai partner di Via – cantoni, comuni, organizzazioni e specialisti – sono stati offerti sostegno e consulenza per l'allestimento e l'attuazione di programmi rivolti alla fascia di popolazione più anziana. Oggi questo progetto intercantonale vede impegnati i dieci cantoni di Appenzello Esterno, Berna, Grigioni, Nidwaldo, Sciaffusa, San Gallo, Turgovia, Uri, Vaud e Zugo. Promozione Salute Svizzera ne è promotrice e responsabile. Via promuove la collaborazione e la coordinazione tra gli attori a livello nazionale e cantonale e ha dato vita a un ampio network di cui fanno parte circa 700 specialisti e oltre 200 istituti specializzati. Pro Senectute, l'upi – Ufficio prevenzione infortuni, Spitem, la Lega svizzera contro il reumatismo, la Croce

Rossa Svizzera, Migros percento culturale e tante altre organizzazioni si impegnano a suo favore con contributi finanziari e personali.

L'ufficio di coordinamento di Via ha organizzato colloqui individuali, convegni e incontri per favorire il networking e lo scambio di conoscenze e ha effettuato periodicamente incontri Erfa. Con lo sviluppo della gestione delle conoscenze e il supporto di processi di apprendimento ha poi permesso la messa in rete in tempi stretti delle esperienze fatte nell'ambito dell'implementazione, a tutto vantaggio di un costante miglioramento delle modalità di promozione della salute in età avanzata.

I risultati sono di tutto rispetto. Già oggi circa 200 comuni svizzeri usufruiscono delle offerte promosse da Via. E il numero è in continuo aumento. Via ha già raggiunto migliaia di persone in età avanzata. E anche se non è ancora possibile misurare direttamente l'impatto di questo progetto ancora recente sulle persone più anziane, i risultati delle valutazioni indicano che la strada intrapresa è quella giusta.

In pochi anni si è riuscito a fare di Via un servizio commisurato alle esigenze e a creare un quadro di riferimento che consente ai cantoni partner di ottimizzare la qualità della promozione della salute e della prevenzione in età avanzata. Molti traguardi sono già stati raggiunti, tanti altri sono in fase di sviluppo. Alcuni aspetti vanno ancora approfonditi e radicati, altri integrati e ampliati. Impegno e volontà dei cantoni e la decisione di Promozione Salute Svizzera di portare avanti l'attuazione del progetto con un ulteriore impegno finanziario per altri tre anni per poi trasferirlo, a partire dal 2017, in un programma nazionale che si ispira ai programmi d'azione nazionali sono importanti premesse per attribuire alla promozione della salute in età avanzata il posto che le spetta nella società.

Il presente rapporto conclusivo sul progetto Via si propone di uscire dall'ambito specialistico per fornire una panoramica sulle attività e sui risultati della prima fase del progetto (svoltasi tra il 2010 e il 2013) al vasto pubblico, in particolare anche alla fascia di popolazione interessata, quella delle persone in età più avanzata.



## 2 Promozione della salute e prevenzione in età avanzata

### Fascia di età in crescita, costi legati alla salute in aumento

Nei prossimi decenni la fascia della popolazione degli ultrasessantacinquenni in Svizzera subirà un marcato aumento. Mentre nel 2010 contava circa 1,34 milioni di persone, secondo uno scenario dell'Ufficio federale di statistica nel 2060 ne comprenderà più di 2,54 milioni, con un incremento dal 17% al 28% dell'intera popolazione. Nello stesso arco di tempo, si prevede una crescita ancora più considerevole del numero di ultraottantenni, che dovrebbe passare dai 382.000 del 2010 a oltre 1,07 milioni nel 2060 (ovvero dal 5% al 12% dell'intera popolazione).

Con tutta probabilità nei prossimi decenni questo sviluppo inciderà molto più di tutte le altre tendenze sociali. L'economia svizzera ne risentirà in modo marcato. Se oggi infatti per ogni pensionato si contano circa quattro persone in età lavorativa, secondo questo scenario nel 2060 ce saranno ancora solo due. Allo stesso tempo saliranno i costi per le persone in età avanzata bisognose di cure a lungo termine, che oggi ammontano a 8,1 miliardi di franchi, ossia rappresentano il 14% di tutte le spese sanitarie<sup>1</sup>. A questa somma si aggiungono poi i costi per incidenti a seguito di cadute, che nella fascia degli ultrasessantacinquenni sono di 1,4 miliardi di franchi all'anno.<sup>2</sup>



Nel 2030 i costi sanitari svizzeri ammonteranno a circa 123 miliardi di franchi se il numero dei casi di malattia in età avanzata resterà pari a quello odierno.<sup>3</sup> Un miglioramento della salute delle persone più anziane potrebbe quindi indurre un risparmio di 11,5 miliardi di franchi all'anno.<sup>4</sup>

Il crescente bisogno di cure delle persone molto anziane incide anche sul mercato occupazionale. Per i prossimi anni si assisterà probabilmente all'acuirsi della mancanza di personale, soprattutto nell'ambito delle cure stazionarie e ambulatoriali.

**Tabella 1:** Sviluppo demografico, scenari 2010–2060

	2010	2060
65–79 anni	12%	16%
>79enni	5%	12%
<b>Totale 65+</b>	<b>17%</b>	<b>28%</b>

<sup>1</sup> Les coûts des soins de longue durée d'ici à 2030 en Suisse. Document de travail 34. Weaver, France; Jaccard Ruedin, Hélène; Pellegrini, Sonia; Jeanrenaud, Claude. Neuchâtel: Osservatorio svizzero della sanità 2008

<sup>2</sup> Valutazione speciale non pubblicata sul resoconto Status 2010. upi – Ufficio prevenzione infortuni

<sup>3</sup> Scenari dell'evoluzione demografica in Svizzera, 2010–2060, Ufficio federale di statistica 2010

<sup>4</sup> Déterminants et évolution des coûts du système de santé en Suisse. Revue de la littérature et projections à l'horizon 2030. Vuilleumier, Mathieu; Pellegrini, Sonia; Jeanrenaud, Claude. Ufficio federale di statistica (UFS) 2007

### Le esigenze delle persone più anziane

Vista la mancanza di sondaggi rappresentativi non disponiamo di molte informazioni sulle esigenze sanitarie delle persone più anziane in Svizzera. Da uno studio effettuato negli USA su un gruppo demografico comparabile è emerso che oltre il 90% degli intervistati concorda su determinati punti. I desideri delle persone più anziane possono essere sintetizzati come segue:<sup>5</sup>

- poter arrivare alla fine dei propri giorni possibilmente senza malattie disabilitanti;
- riuscire ad agire in modo autonomo quasi sino alla fine;
- avere famiglia e amici su cui poter contare.

Queste esigenze si riflettono nella crescente domanda di autonomia, salute, mobilità e prodotti adeguati all'età più avanzata.

L'esigenza delle persone più anziane di poter condurre una vita autonoma fa crescere i modi in cui si invecchia, improntati sempre più a una maggiore individualizzazione e varietà, con conseguenti vantaggi, ma anche impari opportunità. Tra le altre tendenze

demografiche in atto vanno anche annoverati il progressivo aumento dell'utilizzo delle tecnologie di informazione e comunicazione, connesso all'incremento delle possibilità di partecipazione, e il desiderio di forme residenziali alternative alle case di cura e di riposo.

### Sviluppi in Svizzera

La promozione della salute e la prevenzione in età avanzata non si propongono unicamente di aumentare le aspettative di vita, ma anche gli anni passati in salute. Le persone più anziane devono avere la possibilità di restare sane più a lungo e di evitare lunghe degenze nella tappa conclusiva della loro vita (cosiddetta «compressione della morbidità»). Dai primi risultati emerge che in Svizzera si è riusciti a raggiungere questo traguardo.<sup>6</sup>

Questo, tuttavia, rende più esoso e impegnativo prendersi cura delle persone più anziane. Le malattie croniche – patologie cardio-circolatorie, ossee o muscolari, tumori e diabete legato all'età, affezioni croniche delle vie respiratorie e demenza – aumentano, e con esse la necessità di assistenza e terapie più intense, soprattutto a fronte dell'insorgenza di più patologie allo stesso tempo, spesso tipica dell'età avanzata.

Contestualmente in Svizzera tra le persone più anziane cresce anche il desiderio di benessere personale, inteso come premessa indispensabile per poter vivere in autonomia e con gioia. Nei prossimi anni, quindi, la società si troverà a doversi fare carico di maggiori responsabilità nei confronti della fascia di popolazione in età più avanzata.

### La situazione della politica per la vecchiaia svizzera

La «Strategia in materia di politica per la vecchiaia» della Confederazione risalente al 2007 sottolinea l'importanza dell'attuale sviluppo demografico. Mette in evidenza la necessità di intervento e richiede un approccio globale. Purtroppo, però, a questa base concettuale non hanno fatto seguito misure concrete a livello federale.



<sup>5</sup> Phelan, EA et al., Journal of the American Geriatrics Society, 52:211-216, 2004

<sup>6</sup> Pflegebedürftigkeit und Langzeitpflege im Alter, Höpflinger, Bayer-Oglesby, Zumbunn, Osservatorio svizzero della salute 2011



21 cantoni dispongono di concetti e linee guida sulla politica per la vecchiaia. Vi si trattano temi come salute e prevenzione, cura e assistenza, residenza, lavoro di volontariato, formazione, cultura e gestione generazionale, ma vi si sollevano anche questioni su libertà di scelta, solidarietà, autonomia e partecipazione. Anche a livello cantonale, tuttavia, non si può ancora parlare della presenza di un approccio globale alla promozione della salute e alla prevenzione in età più avanzata.<sup>7</sup>

### **Via: la strada verso standard vincolanti**

L'interesse per la promozione della salute e per la prevenzione in età avanzata aumenta; questo è un dato di fatto. Quando la Confederazione mette a punto una strategia per le malattie croniche non trasmissibili, in genere si tratta di una forma di promozione della salute e prevenzione in età avanzata. Se si vogliono evitare difficoltà nell'assistenza sanitaria e soprattutto nelle cure in età avanzata, allora sono necessarie misure volte a preservare e rafforzare l'autonomia delle persone più anziane.

La promozione della salute in età avanzata è comunque una disciplina piuttosto giovane. Per quanto si conoscano le determinanti della salute e i fattori di rischio, le potenzialità delle persone più anziane e l'impatto di determinati interventi, non vi sono ancora standard vincolanti, come ad esempio «good practice» di pubblico dominio o criteri a cui improntare gli impegni cantonali e comunali. Per il momento le iniziative per la promozione della salute in età avanzata in Svizzera hanno solo un carattere di progetti pilota, sono limitate nel tempo e prive di garanzia di finanziamento a lungo termine. Via punta a migliorare questo stato di cose.

<sup>7</sup> Bestandesaufnahme kantonaler Alterspolitik, Martin, Moor & Sutter 2010

### 3 Visione, obiettivi e gruppi target

#### La visione

Via si propone di offrire sostegno alle persone più anziane, affinché possano restare indipendenti il più a lungo possibile e quindi poter continuare a vivere a casa, nel contesto loro familiare, preservare la mobilità e coltivare i contatti sociali. A tal proposito è necessario promuovere la loro salute, far aumentare il numero degli anni di vita vissuti in benessere, ridurre la necessità di cure e procrastinare o addirittura rendere superfluo il trasferimento in case di riposo. Così facendo si punta altresì a ridimensionare i costi legati a malattie e assistenza.

#### Obiettivi e gruppi target di Via

Via si rivolge a persone e istituzioni che vogliono praticare una promozione della salute e una prevenzione di elevato profilo qualitativo a favore delle persone in età più avanzata che vivono a casa propria con o senza supporto ambulatoriale.

Gli obiettivi di Via per il periodo compreso tra il 2011 e il 2013 sono esposti qui di seguito.

– I risultati scientifici della promozione della salute e della prevenzione in età avanzata vanno elaborati in modo adeguato a consentirne l'utilizzo nella prassi e devono essere messi a disposizione.

- I partner di Via (cantoni, comuni, organizzazioni e specialisti) devono ricevere raccomandazioni di best practice e supporti praticabili per l'attuazione, affinché possano prendere misure per la promozione della salute in età avanzata basate su dati empirici.
- I cantoni e le organizzazioni partecipanti devono ricevere consulenza e supporto nel preparare e attuare programmi cantonali per la promozione della salute e la prevenzione adatti a soddisfare le esigenze.
- Va promossa la collaborazione e la coordinazione nazionale e cantonale tra cantoni, organizzazioni non governative e altri attori.
- Gli attori devono ricevere informazioni aggiornate su approcci di successo e ostacoli.
- Vanno promossi i processi di apprendimento per consentire di valutare e comunicare i risultati ottenuti al momento dell'implementazione, allo scopo di migliorare costantemente la promozione della salute in età avanzata.
- Via deve essere un servizio e un quadro di riferimento in linea con le esigenze, che consenta ai cantoni partner di ottimizzare la qualità della promozione della salute e la prevenzione in età avanzata.



Il capitolo sei illustra in che misura questi obiettivi sono stati raggiunti.

## 4 L'evoluzione di Via

### 2009 e 2010: fase preliminare e fase concettuale del progetto

Originariamente il progetto Via era stato battezzato «Best practice per la promozione della salute in età avanzata». Con un mandato del Cantone di Berna e il supporto della città di Zurigo, nel 2009 Pro Senectute del Cantone di Berna ha stilato, nell'ambito di un progetto preparatorio, un quadro generale sulla promozione della salute e la prevenzione in età avanzata. *Scopo era individuare le modalità migliori per promuovere la salute nella fascia di popolazione più anziana e gli approcci eventualmente più promettenti in tal senso.* Nell'ambito di uno studio preliminare sono stati effettuati un sondaggio tra venti specialisti e un'analisi della letteratura<sup>8</sup>, i cui risultati, unitamente alle esigenze espresse da specialisti operanti in ambito pratico, sono serviti come base per la selezione di sei tematiche di centrale importanza per la promozione della salute e la prevenzione in età avanzata (tabella 2). Vari istituti universitari hanno poi elaborato le «migliori prassi» (*best practice*) internazionali corrispondenti.

Lo studio preliminare ha inoltre evidenziato tre livelli di attuazione dei risultati ottenuti (tabella 3).

Per la successiva implementazione tra il 2011 e il 2013 Via ha messo a punto un *concetto di attuazione* e uno per la *valutazione*.

Nei primi anni del progetto si è creata una *rete di attori* appartenenti all'ambito della promozione della salute e prevenzione in età avanzata. In particolare è stato possibile motivare dodici cantoni a devolvere un contributo finanziario a favore di Via: Argovia, Appenzello Esterno, Basilea Campagna, Berna, Grigioni, Lucerna, Nidwaldo, Sciaffusa, Soletta, Turgovia, Uri e Zugo. Anche Promozione Salute Svizzera e l'upi – Ufficio prevenzione infortuni sono entrati a far parte del progetto nell'arco dei primi due anni.

### 2011–2013: fase di attuazione

La fase di attuazione si è estesa dal 2011 al 2013 ed è servita soprattutto a trasporre sul piano pratico, a livello cantonale e comunale, i risultati dello studio preliminare e della fase di elaborazione concettuale. Le attività si sono svolte in sei ambiti (tabella 4), presentati con maggiore dovizia di particolari nei prossimi paragrafi.

**Tabella 2:** Le sei tematiche Via sulla promozione della salute e la prevenzione in età avanzata 2009–2013

1. Promozione del movimento
2. Prevenzione delle cadute
3. Salute psichica
4. Gruppi target difficili da raggiungere e penalizzati
5. Partecipazione dei medici di famiglia
6. Consulenza, manifestazioni e corsi

**Tabella 3:** Livelli di attuazione di Via per la promozione della salute e la prevenzione in età avanzata

Pubbliche relazioni, costituzione di valori e norme
Strutturazione di un contesto favorevole alla salute (contesto fisico e sociale)
Interventi sul comportamento individuale

**Tabella 4:** Ambiti di attività della fase di attuazione di Via dal 2011 al 2013

1. Basi scientifiche per il lavoro pratico
2. Supporto per l'attuazione nei cantoni partner
3. Supporti di attuazione pratica
4. Comunicazione e relazioni con i partner
5. Gestione delle conoscenze
6. Ulteriore sviluppo

<sup>8</sup> Gesundheitsförderung im Alter – Synthese von Interviews mit Expertinnen und Experten in der Schweiz und einer auf diesen Interviews basierenden Literaturanalyse, Kessler et al., 2009

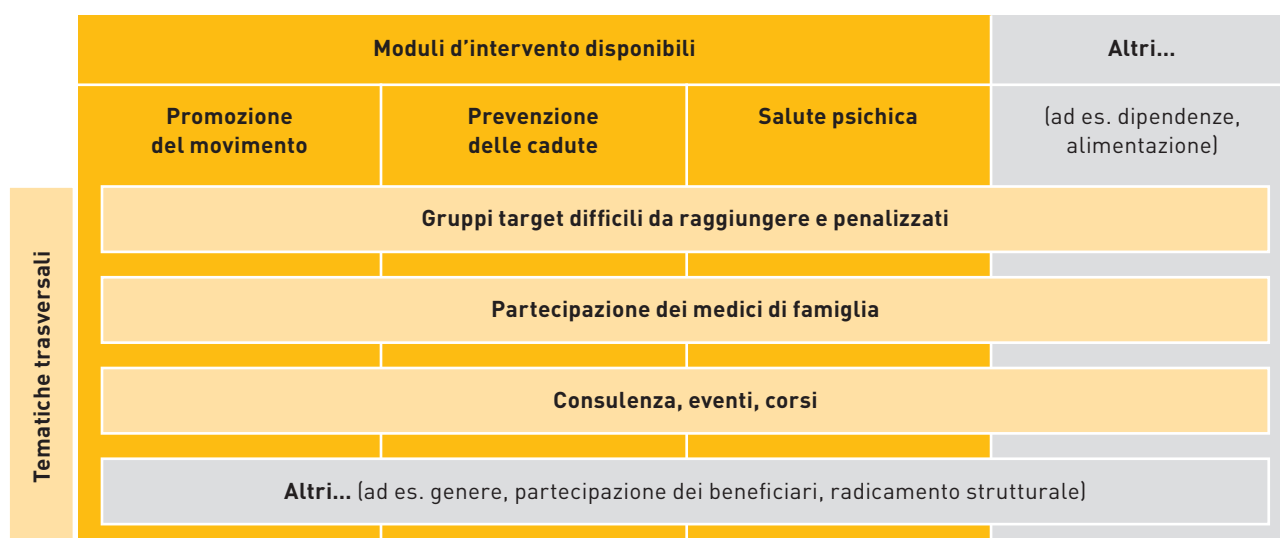
Dal momento che i partner di Via volevano essere presto in grado di fornire supporto per l'attuazione, la loro attenzione si è concentrata sugli *interventi a livello di comportamento individuale*, rimandando invece l'approfondimento degli altri due livelli di attuazione, ossia pubbliche relazioni e prevenzione a livello di relazioni (vedi tabella 2, pagina 11).



#### 4.1 Primo settore d'attività: Basi scientifiche per il lavoro pratico

Le basi principali per il lavoro pratico sono costituite da studi di Via sulle best practice relativi ai sei temi centrali della promozione della salute e della prevenzione in età avanzata (vedi tabella 2, pagina 11). Le sei tematiche Via summenzionate sono state, e saranno, sviluppate in moduli di base per il lavoro di attuazione a livello cantonale. Le interconnessioni di questi moduli sono illustrate nella figura 1. Grazie a un contributo di Migros percento culturale è stato effettuato uno studio sulla salute psichica per stabilire la centralità di determinati contenuti e gruppi target in un ambito di vastissima portata come quello della salute psichica. Dallo studio è emerso che la solitudine rappresenta un fattore di grande importanza sia ai fini della salute che come ambito di intervento.

Figura 1: Tematiche di fondo di Via dal 2011 al 2013



#### 4.2 Secondo settore d'attività: Supporto per l'attuazione nei cantoni partner

Il progetto Via è nato dall'esigenza di offrire supporto agli specialisti nella loro attività pratica a favore delle fasce più anziane della popolazione. Si pone quindi come centro di servizi per i cantoni partner. Per garantire un'elevata qualità dei contenuti e un contestuale grande beneficio a livello pratico, Via viene gestito da specialisti con un orientamento sia strategico che operativo.

Via persegue il concetto delle best practice di Promozione Salute Svizzera, che unisce le tre dimensioni conoscenze (scientifiche e pratiche), valori e contesto.<sup>9</sup> La figura 2 illustra questo concetto.

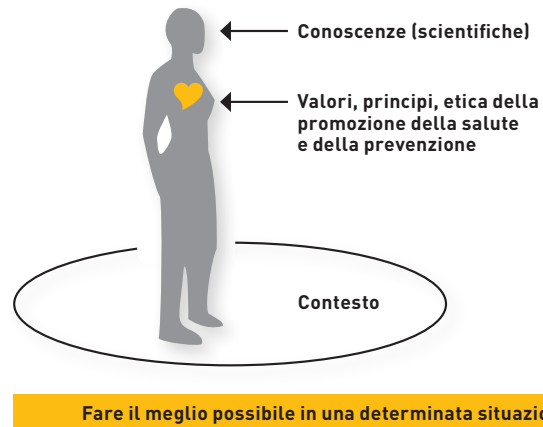
All'atto pratico la sintesi di questi tre livelli fa nascere spesso l'esigenza di scendere a compromessi tra i vari requisiti. Chi si occupa dell'attuazione pratica si trova quindi di fronte alla sfida di riuscire a trovare il giusto mix nelle giuste proporzioni e, alla fin fine, di individuare il modo di procedere non ideale, ma migliore in una data situazione.

Via si concepisce come fornitore di servizi per i cantoni partner. Il suo contributo all'attuazione pratica nei cantoni e nei comuni è solo uno dei tanti, come emerge dalla figura 3.

Uno degli obiettivi di Via è creare un quadro di riferimento per l'implementazione pratica basato su esperienze e risultati scientifici che sia d'aiuto nell'attività quotidiana (vedi figura 4). Da questo quadro di riferimento devono essere tratte proposte di contenuti, metodi e gestione della qualità nell'ambito della promozione della salute e della prevenzione. Le prestazioni e i supporti di Via per l'attuazione si inseriscono in questo quadro di riferimento e ne costituiscono parte integrante.

Nell'ambito di Via, oltre a questi «strumenti» pratici i cantoni e i rispettivi partner di attuazione ricevono ancora una consulenza personale. Viene infatti promosso lo scambio di conoscenze tra i partecipanti (vedi capitolo 4.5, «Gestione delle conoscenze») e si offre ai cantoni supporto nell'allestimento e nell'attuazione di monitoraggio e valutazioni.

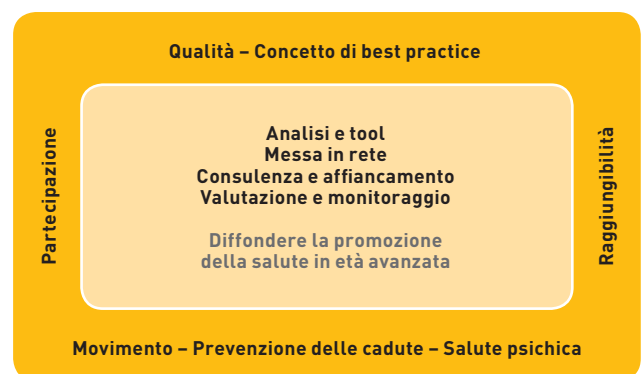
**Figura 2:** Il concetto delle best practice di Promozione Salute Svizzera



**Figura 3:** Via, un fornitore di servizi tra tanti



**Figura 4:** Il quadro di riferimento di Via



<sup>9</sup> Best Practice. Ein normativer Handlungsrahmen für optimale Gesundheitsförderung und Krankheitsprävention, Broesskamp-Stone et al. 2010



A tal proposito va comunque sottolineato che per quanto cantoni, comuni e offerenti traggano vantaggio dalle conoscenze di Via, partecipano anch'essi in prima persona al progetto facendovi confluire molte informazioni. Via elabora i loro input pratici mettendoli poi nuovamente a disposizione degli stessi cantoni (vedi capitolo 4.5, «Gestione delle conoscenze»).

### I punti centrali nei cantoni partner



#### Cantone di Appenzelo Esterno

Nel Cantone di Appenzelo Esterno ad agosto 2010 ha preso il via come esperimento pilota «Zwäg is Alter» (In forma in età avanzata) con l'offerta di corsi collettivi in otto comuni. Da gennaio 2013 il cantone ha aumentato il proprio impegno a favore del programma di attuazione cantonale e le offerte sono ora disponibili in tutti i suoi 20 comuni. «Zwäg is Alter» è il prodotto di un accordo di prestazione siglato tra il cantone e Pro Senectute. Alcune offerte vengono programmate e organizzate in collaborazione con partner come Spitex, comunità parrocchiali, medici, altre unità specialistiche o associazioni di anziani, come ad esempio:

- promozione del movimento, esercizi di equilibrio e profilassi delle cadute;
- partecipazione sociale, cucinare insieme;
- relazioni su temi della salute;
- consulenza personale sulla salute e visite a domicilio preventive;
- intermediazione e informazione su altre unità specialistiche e offerte di aiuto.



#### Cantone di Berna

Per il Cantone di Berna Pro Senectute ha già da anni il mandato di mettere in pratica il programma «ZWÄG INS ALTER» (In forma in età avanzata). Ogni anno vengono organizzate circa 100 manifestazioni con varie migliaia di partecipanti nell'ambito delle quali, oltre alle offerte standard (grandi eventi, manifestazioni a tema, corsi collettivi), si sperimentano anche nuove forme di trasmissione delle informazioni: corsi collettivi per migranti, incontri per soli uomini, Café Santé. Le conoscenze e i risultati di «ZWÄG INS ALTER» sono e restano di grande importanza per lo sviluppo di Via. Esempi di manifestazioni e prestazioni:

- manifestazioni comunali d'incentivazione come eventi introduttivi con talvolta oltre 100 partecipanti;
- corsi collettivi sul tema «Älter werden – gesund und selbstständig bleiben» (Invecchiare – restare autonomi e in salute);
- manifestazioni a tema sulla salute in età avanzata, ad esempio su movimento, prevenzione delle cadute, alimentazione, dolori, cambi di umore;
- consulenze personali sulla salute, a domicilio o nell'ufficio di consulenza;
- networking e collaborazione con coloro che operano nell'ambito dell'età avanzata.



### Cantone dei Grigioni

Nei primi anni il Cantone dei Grigioni ha posto l'accento su un progetto di partecipazione con le generazioni più anziane e le personalità chiave. Sono state organizzate conferenze sul futuro e sui risultati, forum e incontri di networking. In cinque comuni sono stati attivi numerosi gruppi di lavoro con componenti della fascia di popolazione più anziana che hanno poi messo essi stessi in pratica progetti con il supporto dell'ufficio sanitario. Un'analisi prima/dopo ha successivamente mostrato che è stato possibile ampliare l'offerta dei comuni partecipanti portandola dai 63 di inizio progetto a 95 al momento della sua conclusione. L'ufficio sanitario ha pubblicato una linea guida e un pacchetto di ausili per il coinvolgimento dei cittadini del comune. I partecipanti al progetto sono stati formati negli ambiti comunicazione, networking e gestione dei progetti durante incontri della rete. Il 2013 si è svolto all'insegna dello sviluppo del programma cantonale di promozione della salute e prevenzione in età avanzata e di un mandato di Pro Senectute Grigioni. Dal kick-off di giugno si sono già registrati altri dieci comuni, che si occuperanno di analizzare le esigenze in termini di offerta esistente e mancante. Nel corso del 2014 nei cinque comuni pionieri avranno luogo manifestazioni e corsi sui temi prevenzione delle cadute, alimentazione, movimento, distensione, fitness mentale e sicurezza.



### Cantone di Nidwaldo

Il Cantone di Nidwaldo ha incaricato Pro Senectute di rilevare e pubblicizzare le offerte e prestazioni già esistenti nel comune pilota di Stansstad. Tra gli obiettivi del cantone anche quello di chiarire i desideri e le esigenze delle persone più anziane. A tal proposito è stato utilizzato un questionario ed effettuato un laboratorio sul futuro. I risultati ottenuti saranno adoperati per mettere in pratica nuove offerte o per ottimizzare quelle già esistenti.



### Cantone di Sciaffusa

Nel Cantone di Sciaffusa Pro Senectute registra l'offerta del cantone in termini di movimento per fasce d'età specifiche, offre vari corsi e svolge lavori di pubbliche relazioni. Pro Senectute gode del supporto di un gruppo di affiancamento. Per il 2014 è in programma una grande manifestazione incentrata sul movimento e sulla conservazione della memoria nella città di Sciaffusa. Attività nel 2013:

- formazione per l'utilizzo del deambulatore per coloro che si spostano nella città di Sciaffusa;
- corso introduttivo «Sicher gehen» (Sicurezza nella deambulazione) nella città di Sciaffusa;
- promozione del movimento per migranti femminili ultracinquantenni, primo corso per italofoeni.



### Cantone di San Gallo

Il Cantone di San Gallo si concentra sulla promozione del movimento e la prevenzione delle cadute. In questi ambiti opera in stretta collaborazione con i medici. Sono state svolte offerte di perfezionamento professionale per mettere in condizione i medici di famiglia di consigliare adeguatamente i pazienti (progetto Paprica). Nell'ambito di un progetto pilota di maggiore portata e con il coinvolgimento di tutti gli attori importanti si creano le premesse per un progetto globale di prevenzione delle cadute per le persone in età avanzata più a rischio che dovrà essere lanciato a partire dal 2014.



### Canton Turgovia

Nel Canton Turgovia la promozione della salute in età avanzata è stata accantonata per questioni di capacità.



### Cantone di Uri

Nel Cantone di Uri la promozione della salute in età avanzata è stata accantonata per questioni di capacità.



### Cantone di Vaud

All'insegna del motto «Pas de retraite pour ma santé» (La mia salute non va in pensione) il Cantone di Vaud ha effettuato corsi pilota nei comuni di Morges e Sainte-Croix per risvegliare il piacere del movimento nelle persone più anziane. Con l'ausilio di formulari e test sulla forma fisica è stato valutato lo stile di vita dei partecipanti. Per quelli che non facevano abbastanza moto è stata poi organizzata un'offerta specifica di corsi.



### Cantone di Zugo

Su incarico della direzione sanitaria cantonale Pro Senectute del Cantone di Zugo mette a disposizione dei comuni il programma «Gesund altern im Kanton Zug» (GAZ, Invecchiare in salute nel Cantone di Zugo). Il programma prevede manifestazioni e corsi con consulenza collettiva ed esercizi pratici a cui vengono invitate persone dai 65 anni in su. Il programma comprende la Newsletter «GAZette» che diffonde informazioni sui temi delle manifestazioni. A livello cantonale e comunale è stata fondata una rete «Bewegen und Begegnen bis 100» (Movimento e incontri fino ai 100 anni). Altre offerte e servizi:

- consulenza telefonica;
- coaching per incontri, tavole rotonde e offerte per la promozione del movimento, profilassi delle cadute (in particolare informazioni e istruzioni sul programma di allenamento appositamente creato) e rafforzamento della salute psichica e mentale (con Café-Treff);
- formazione di moltiplicatori come aiuti domestici e collaboratori specialistici nel settore della salute della Spitex, servizi di assistenza di Pro Senectute del Cantone di Zugo, persone responsabili delle offerte nell'ambito del movimento, Ökumenische Wegbegleitung Baar;
- corsi di preparazione mensile sul pensionamento con seminari «Gesundheit geht nicht in Pension»;
- manifestazioni tradotte nell'ambito di associazioni di migranti sulla salute in età avanzata, in collaborazione con l'unità specialistica Migrazione;
- manifestazione di perfezionamento professionale per medici e personale di cura nel settore della terza età in collaborazione con i medici di Zugo e il centro di cura di Baar;
- schizzo di un progetto per l'individuazione precoce di persone a rischio e brevi interventi tramite persone chiave (formazione di moltiplicatori).

### 4.3 Terzo settore d'attività: Supporti di attuazione pratica

Via mette a disposizione degli specialisti attivi in ambito pratico *supporti di attuazione*. Sulla base degli studi di best practice, per ogni tematica (fatta eccezione per la salute psichica) sono state elaborate *liste di controllo* che, a tre anni di distanza, hanno subito un primo adattamento in funzione delle nuove conoscenze.<sup>10</sup> Una *guida per i comuni* che intendono cominciare ad attivarsi a favore della promozione della salute e della prevenzione in età avanzata favorisce una procedura completa e sistematica.<sup>11</sup> Per il lavoro di convincimento a livello politico in cantoni e comuni è stato allestito un opuscolo sugli impatti.<sup>12</sup> Oltre a questi supporti di attuazione di carattere generale, per ogni tematica sono stati elaborati elementi specifici, presentati nei prossimi paragrafi.

#### Supporti di attuazione relativi alla promozione del movimento

Per promuovere il movimento delle persone in età più avanzata Via consiglia di attivarsi in tre ambiti: la comunicazione a livello dell'intera popolazione, la promozione strutturale del movimento (ambiente favorevole al movimento e offerte che promuovono il movimento) e la garanzia della qualità. Tra il 2011 e il 2013 l'attenzione è stata focalizzata sulle misure volte a garantire la qualità.

- È stata promossa una «Runder Tisch für Bewegung und Sport im Alter» (Tavola rotonda per il movimento e lo sport in età avanzata) con rappresentanti delle associazioni nazionali e offerenti di prestazioni sportive e di movimento (Pro Senectute, Federazione svizzera di ginnastica, Club Alpino Svizzero, Scuola club Migros, Federazione Svizzera dei Centri Fitness e di Salute ecc.).
- Il primo prodotto di questa tavola rotonda è un perfezionamento professionale per coloro che tengono corsi di movimento e sport per le persone in età avanzata. L'Istituto per lo Sport e le Scienze Motorie dell'Università di Basilea ha ricevuto



l'incarico di mettere a punto un apposito concetto e un corso di quattro giorni con certificazione per esperti. A partire dal 2014 i moltiplicatori che assolveranno questa formazione potranno trasmettere le loro conoscenze ai responsabili dei corsi in cantoni e comuni.

- Per migliorare la comunicazione e la coordinazione tra i comuni, Via ha messo a punto il concetto «Kommunale Bündnisse für Bewegung und Begegnung» (Alleanze comunali per movimento e incontri), mirante a ottimizzare lo scambio tra le amministrazioni comunali, i fornitori di servizi, gli attori della società civile e i gruppi target. A Langenthal (BE) sono stati fatti i primi passi per mettere in pratica un'alleanza per il movimento. Il Cantone di Zugo ha creato una rete per il movimento e l'incontro a livello cantonale.



<sup>10</sup> Tutti i documenti di Via sono disponibili sul sito web [www.promozionesalute.ch/via](http://www.promozionesalute.ch/via).

<sup>11</sup> Kommunale Programme der Gesundheitsförderung im Alter. Ein Orientierungsleitfaden zu Via - Best Practice Gesundheitsförderung im Alter, Biedermann et al., 2012

<sup>12</sup> Gesundheitsförderung im Alter - Handeln lohnt sich, Promozione Salute Svizzera, 2014

### Supporti di attuazione per la prevenzione delle cadute

Prevenire le cadute è un aspetto importante per le persone più anziane sane (prevenzione primaria), ma anche per coloro che sono già caduti o sono esposti a un maggior rischio di cadere (prevenzione secondaria). Gli approcci e le misure al riguardo sono a volte molto diversi tra loro. L'upi – Ufficio prevenzione infortuni ha messo a punto varie proposte concrete nell'ambito della prevenzione secondaria (esposte più avanti). Allo stesso tempo, con il supporto di medici di famiglia, ambiti geriatrici, Spitex, fisioterapisti, ergoterapisti e la Lega svizzera contro il reumatismo, l'ufficio di coordinamento di Via ha elaborato un concetto per la prevenzione delle cadute degli individui più a rischio che verrà testato a partire dal 2014 nel Cantone di San Gallo ed eventualmente in quello dei Grigioni.

- Non è facile motivare le persone dinamiche a effettuare un allenamento specificamente rivolto a prevenire le cadute. Via propone invece di integrare sistematicamente appositi elementi di alto profilo qualitativo nell'offerta di moto e sport per le persone più anziane. Questo obiettivo viene perseguito con il summenzionato perfezionamento professionale nel campo della promozione del movimento.
- La prevenzione delle cadute di individui maggiormente a rischio è complessa. La stessa individuazione delle persone che rientrano in questa categoria è già di per sé stessa spesso difficile e presuppone una valutazione globale di rischi e sollecitazioni da parte di specialisti in ambito medico. In molti casi è difficilissimo motivare gli interessati a diventare attivi. L'allenamento presuppone conoscenze specialistiche sulle possibilità e i limiti individuali. Allo stesso tempo è necessario eliminare i rischi di cadute in casa e imparare come evitare i rischi stessi con un comportamento adeguato. Vanno inoltre analizzati fattori come alimentazione, calzature, eventuale fabbisogno di vitamina C e di supporti per la deambulazione.
- Nell'ambito di una procedura svolta su ampie basi, l'upi – Ufficio prevenzione infortuni ha messo a



punto un manuale di alta qualità che prevede esercizi per l'allenamento volto a prevenire le cadute e distribuito nell'ambito di tre corsi per esperti (approccio «train the trainer»). Allo stesso tempo l'upi ha pubblicato un volantino con esercizi rivolti alle persone più anziane («Gambe forti per camminare sicuri») insieme al quale vengono commercializzati i cosiddetti «Balance Discs» upi come ausili per l'allenamento. Attualmente il programma di allenamento è in fase di valutazione presso l'Università di Potsdam. Per il 2014 è previsto lo sviluppo di un altro mezzo ausiliare per ridurre i rischi tra le mura domestiche.

### Supporti di attuazione relativi alla salute psichica

Facendo riferimento allo studio sulla salute psichica, Via ha conferito un incarico per effettuare l'analisi dei fattori solitudine e partecipazione alla società.<sup>13</sup> In collaborazione con vari attori (tra cui Pro Senectute del Cantone di Berna, la Croce Rossa Svizzera, Spitex, istituzioni religiose) è stato in seguito elaborato un concetto di attivazione a livello comunale per combattere la solitudine e migliorare la partecipazione alla società. A partire dal 2014, tale concetto sarà testato in uno o due comuni pilota. Esperti specialisti hanno inoltre messo a punto a beneficio dei provider di corsi e servizi una raccolta di suggerimenti e consigli utili tratti dalla vita pratica, in forma di cartellina da schedario elettronica.

<sup>13</sup> Soziale Teilhabe. Angebote gegen Vereinsamung und Einsamkeit im Alter, Schäffler et al., 2013



### Supporti di attuazione per gruppi target difficili da raggiungere e penalizzati

Anche i risultati scientifici sul tema «Gruppi target difficili da raggiungere e penalizzati» sono stati raccolti e pubblicati. La penalizzazione ha diverse cause, ecco perché per promuovere la salute di questi gruppi target occorre un intervento differenziato. *La povertà* è un importante elemento di penalizzazione; l'ambito che si presta per un intervento a favore dei poveri è il contesto abitativo (quartiere, via, grandi complessi abitativi). Spesso le persone con *difficoltà di accedere all'educazione* non dispongono delle informazioni su uno stile di vita sano. Anche le *barriere* possono penalizzare: esempi di barriere sono la situazione giuridica relativa al permesso di soggiorno, le mancanti conoscenze linguistiche o le esperienze discriminanti fatte da parti di popolazione immigrata. Il sesso può limitare le opportunità di formazione e l'accesso al mercato del lavoro. In genere si può affermare che l'offerta di misure volte a promuovere la salute in Svizzera deve essere diffusa, resa più flessibile e ben coordinata, e che la partecipazione è una parte essenziale della promozione della salute e della prevenzione per i gruppi penalizzati. A tale scopo si consiglia di agire secondo una prospettiva diversa, con interventi orientati agli specifici gruppi target anziché tramite campagne di prevenzione su vasta scala. La promozione della salute in età avanzata deve includere i seguenti elementi:

- misure strutturali volte a contrastare ad es. la disegualianza, la povertà e la disparità nell'educazione scolastica;
- misure di sensibilizzazione per singoli e gruppi;
- misure sul fronte dei provider di servizi, come lo sviluppo di offerte partecipative, orientate alle esigenze;
- coinvolgimento della società civile, ad esempio favorendo l'impegno da parte della società civile e il riconoscimento del volontariato.

Anche per quest'area gli esperti hanno messo a punto a beneficio dei provider di corsi e servizi una raccolta di suggerimenti e consigli utili tratti dalla vita pratica, in forma di cartellina da schedario elettronica.



### Supporti di attuazione per la partecipazione dei medici di famiglia

Tra i principali fattori di successo per la promozione della salute e la prevenzione nell'età avanzata va annoverata la partecipazione dei medici di famiglia: questi non godono soltanto della massima credibilità nel trasmettere informazioni legate alla salute e nel motivare a uno stile di vita sano, ma giocano anche un ruolo importante nel riconoscere i rischi per la salute. Possono intraprendere e prescrivere adeguate misure mediche. Questa prevenzione dal punto di vista medico è sempre più importante con l'avanzare dell'età. A fine 2013 è stata lanciata, per il 2014 e il 2015, una campagna informativa per sensibilizzare il corpo medico che comprende una serie di articoli su riviste specializzate e interventi ai convegni medici.

### Supporti di attuazione per consulenza, eventi e corsi

Pro Senectute del Cantone di Berna ha raccolto nel «Berner Handbuch», in modo dettagliato e professionale, le esperienze pluriennali in materia di consulenze, eventi e corsi. L'organizzazione, su propria iniziativa, ha richiesto ulteriori mezzi al Fondo Progetti Innovativi di Promozione Salute Svizzera al fine di poter sviluppare questo manuale e farne un supporto di attuazione Via a livello nazionale. Ciò è stato possibile integrando le conoscenze in materia di attuazione di altri partner Via nei Cantoni Zugo, Grigioni, Appenzello Esterno, Sciaffusa ecc. e di altri esperti della città di Zurigo e del Cantone del Vallese. Ne sono derivati due supporti di attuazione, che contengono anche strumenti reperibili elettronicamente.

#### 4.4 Quarto settore d'attività: Comunicazione e relazioni con i partner

La rete Via comprende attualmente oltre 700 esperti e più di 200 istituzioni; questi ricevono più volte l'anno la «Via Mail» con informazioni attuali sul progetto, sui cantoni partner e sull'ulteriore contesto. È possibile iscriversi alla rete scrivendo a [via@promotion-sante.ch](mailto:via@promotion-sante.ch). Via trasmette le proprie comunicazioni anche al di là della rete, tramite contributi nella newsletter «Peso corporeo sano» di Promozione Salute Svizzera, che viene inviata a 3000 persone tra esperti e interessati.

Figura 5: La rete di Via



Via ha indetto nel 2011 un incontro per i partner della rete con circa 30 partecipanti, e nel 2011 e 2013 ha anche organizzato due seminari nazionali della rete ai quali hanno preso parte, rispettivamente, circa 150 e 70 persone. Questi eventi consentono agli attori di ricevere informazioni approfondite e di intrattenere un più intenso scambio di idee; all'occorrenza vengono proposti ed effettuati incontri di condivisione delle esperienze (i cosiddetti incontri «Erfa»). Gli incontri Erfa dei responsabili cantonali sono appuntamenti fissi per l'attuazione operativa nei cantoni che partecipano al progetto Via. A ulteriori incontri di scambio partecipano l'ufficio di coordinamento di Via e i Cantoni di Berna e di Zugo, leader della prima fase del progetto. Hanno anche avuto luogo altri incontri, appositamente organizzati, su singole tematiche. Pure il dialogo personale è stato occasione di un

vivace scambio di informazioni: l'ufficio di coordinamento ha sostenuto attivamente la trasmissione delle conoscenze all'interno di Via, fornendo miratamente ai responsabili cantonali di progetto e/o agli esperti input e strumenti specifici. Al contempo, questa forma di scambio attivo è molto importante per l'ulteriore sviluppo di Via e l'orientamento alla prassi.

Via è intervenuta con relazioni a vari seminari, al World Demographic & Aging Forum di San Gallo (2011), allo Schweizer Mobilitätssalon di Bienne, al 5° convegno HEPA (2012) nonché al convegno Public Health del 2013. Sono inoltre stati pubblicati articoli specialistici riguardanti il progetto Via e singole tematiche sulle seguenti riviste: Gerontologie Information (2011), Novacura (2012), Public Health Journal (2012), EulenBlick (2012) e Suchtmagazin (2013). Le principali informazioni sul progetto e i relativi download sono reperibili su un factsheet e su un sito web ([www.promozionesalute.ch/via](http://www.promozionesalute.ch/via)), ambedue regolarmente aggiornati.

Sono stati presi e mantenuti contatti con altri cantoni che, pur non essendo partner di Via, sono attivi nel campo della promozione della salute e della prevenzione nella terza età oppure si interessano a questi temi: Ginevra, Vallese, Friburgo, Basilea Città, Argovia, Lucerna, Ticino e altri. Sono invece falliti i tentativi di motivare il Cantone di Zurigo a partecipare; secondo i responsabili, la promozione della salute in età avanzata spetta ai comuni zurighesi, mentre il cantone non ha alcun incarico in tal senso e non dispone delle relative competenze.



#### 4.5 Quinto settore d'attività: Gestione delle conoscenze

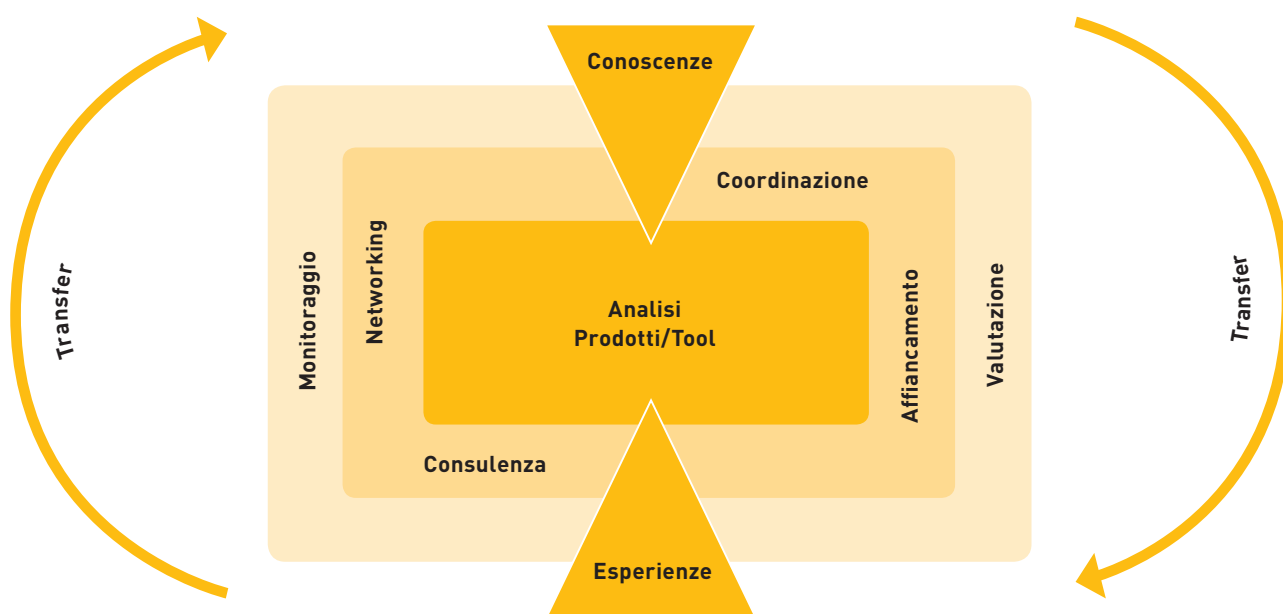
Le raccomandazioni di Via elaborate nell'ambito di studi di best practice si basano su testi scientifici internazionali. Le *conoscenze scientifiche*, tuttavia, non bastano per attuare con successo la promozione della salute e la prevenzione nella terza età; è infatti altresì indispensabile *l'esperienza pratica* dei cantoni partner interessati e degli esperti. Occorre inoltre tenere conto del *contesto lavorativo*, e questa è una prerogativa degli attori locali. E ovviamente bisogna coinvolgere anche *le persone in età avanzata*. La figura 6 è una rappresentazione grafica del ciclo di conoscenze di Via. Il compito più impegnativo di Via e dei suoi partner di progetto consiste senza dubbio nel riunire e rendere disponibili tali conoscenze ai fini dell'attuazione pratica.

Oltre alle analisi scientifiche e allo scambio di informazioni tra gli interessati, anche la valutazione assume un ruolo sempre più importante nel generare conoscenze. Maggiori informazioni sulla valutazione nell'ambito del progetto Via sono disponibili al capitolo 6.

Le conoscenze acquisite possono essere consultate dai partner sotto forma di studi, rapporti o esperienze pratiche (v. anche l'elenco prodotti in allegato).

Dalle esperienze dei primi cinque anni del progetto Via è stato possibile estrapolare l'essenza della promozione della salute e della prevenzione in età avanzata: attività fisica e socializzazione. Le misure che rientrano in questi due ambiti sono particolarmente efficaci nel migliorare la salute delle persone nella terza età.

Figura 6: Il ciclo di conoscenze di Via



#### **4.6 Sesto settore d'attività: Ulteriore sviluppo**

##### **Ulteriore sviluppo dei contenuti**

Lo studio preliminare di Via ha definito sei tematiche prioritarie per la promozione della salute e la prevenzione in età avanzata:

1. promozione dell'attività fisica,
2. prevenzione delle cadute,
3. salute psichica,
4. gruppi target difficili da raggiungere e penalizzati,
5. partecipazione dei medici di famiglia,
6. consulenza, manifestazioni e corsi.

In occasione di un incontro tenutosi nel 2012, esperti dell'alimentazione hanno affermato che anche il tema dell'*alimentazione nella terza età* – sia la malnutrizione che il sovrappeso – dovrebbe essere un tema chiave per Via. Poiché a riguardo esiste già un numero sufficiente di studi, gli esperti non reputano necessario effettuare un ulteriore studio di best practice, tuttavia occorre una strategia procedurale, che sarà sviluppata nel 2014.

Un altro nuovo tema importante, soprattutto nel quadro della prevenzione delle cadute, è quello della *vitamina D*. A tale riguardo, l'Ufficio federale della sanità pubblica ha elaborato alcune raccomandazioni, anche per le persone in età avanzata. Tuttavia mancano le misure di attuazione, che saranno messe a punto a partire dal 2014 nell'ambito di una collaborazione tra Via, l'Ufficio federale della sanità pubblica e altri attori. Nel 2013 Via ha elaborato una presa di posizione in tal senso.

##### **Ulteriore sviluppo metodico**

Lo studio preliminare ha evidenziato come l'impatto della promozione della salute e della prevenzione dipenda dalla presenza di misure in vari settori (v. pag. 11, «2009 e 2010: fase preliminare e fase concettuale del progetto»):

- pubbliche relazioni, costituzione di valori e norme;
- strutturazione di un contesto favorevole alla salute (contesto fisico e sociale);
- interventi sul comportamento individuale.

Sebbene le misure concernenti il comportamento individuale avessero la priorità nella fase di attuazione dal 2011 al 2013, a livello strutturale sono stati realizzati anche progetti parziali tra cui, ad esempio, il perfezionamento professionale nel campo della promozione dell'attività fisica. Anche le pubbliche relazioni sono state curate con approcci mirati, soprattutto in singoli cantoni partner. In futuro saranno ulteriormente sviluppati e considerati questi aspetti della promozione della salute e della prevenzione (v. capitolo 7, «Prospettive»).

## 5 Organizzazione e risorse

### 5.1 Organizzazione

Come già accennato nel capitolo 4, il progetto Via è stato avviato nel 2009 dal Cantone di Berna. Poiché negli anni anche altri *cantoni partner* hanno preso parte al progetto (v. tabella 5), a partire dal 2011 *Promozione Salute Svizzera* si è fatta carico della sua gestione su richiesta dei cantoni interessati. I cantoni che partecipano finanziariamente al progetto sono partner con diritto di voto. Vi è uno stretto legame con l'*upi - Ufficio prevenzione infortuni*, centro molto impegnato nel campo della prevenzione delle cadute.

I Cantoni Argovia, Lucerna e Soletta e la città di Zurigo, che partecipano al progetto fin dall'inizio, si sono ritirati perché hanno cambiato temi strategici. Il Cantone di Basilea Campagna ha dovuto ritirarsi da Via a causa del piano di rinuncia cantonale. Dall'altra parte, nella prima fase del progetto si sono aggiunti i Cantoni Vallese e San Gallo, quindi i cantoni che partecipano finanziariamente e concettualmente sono attualmente dieci.

Tutti i partner del progetto sono rappresentati nel *gruppo di gestione*. Questo decide di strategia e budget, monitora l'attuazione e prende in consegna i resoconti. Generalmente il gruppo si incontra due volte all'anno, in più organizza ritiri per discutere della strategia.

Ad accompagnare l'attuazione operativa vi è una *commissione di progetto* con funzione di consulenza, che partecipa allo sviluppo di basi decisionali per il gruppo di gestione. Oltre a *Promozione Salute Svizzera*, nella commissione sono presenti anche esperti dei cantoni e rappresentanti degli anziani, del corpo medico e dell'*upi*.

La guida dell'*ufficio di coordinamento* e l'attuazione operativa di Via è stata affidata a *Public Health Services*, già coordinatrice nel 2009 e nel 2010 del progetto preliminare e della fase concettuale.

**Tabella 5:** Cantoni partner dal 2010 al 2013

	2010	2011	2012	2013
Argovia	×	×	×	
Appenzello Esterno	×	×	×	×
Berna	×	×	×	×
Basilea Campagna	×	×		
Grigioni	×	×	×	×
Lucerna	×			
Nidwaldo	×	×	×	×
Sciaffusa	×	×	×	×
Soletta	×	×		
San Gallo			×	×
Turgovia	×	×	×	×
Uri	×	×	×	×
Vaud		×	×	×
Zugo	×	×	×	×



## 5.2 Risorse

Tra il 2010 e il 2013, Via disponeva di budget annuali compresi tra CHF 480 000 e CHF 560 000, somme che includevano le spese per i servizi esterni. La copertura finanziaria di questi ultimi è stata fornita dai partner. Specie nei primi anni, il Cantone di Berna ha avuto un ruolo vitale non solo dal punto di vista contenutistico, ma anche finanziario. Con il passare del tempo, il contributo di Promozione Salute Svizzera è costantemente aumentato, mentre l'impegno dei cantoni dal 2011 al 2013 è rimasto costante.

Il quadro finanziario relativo ai contributi dei partner nel periodo 2010–2013 riflette tuttavia solo il flusso di cassa diretto derivante dall'impegno dei partner (tabella 6). Questi hanno messo a disposizione, gratuitamente, anche tanto tempo e know-how. Se si effettuasse una contabilizzazione completa dei costi, nei budget e nei conti annuali le spese risulterebbero molto più elevate. E se si includessero anche le risorse investite dai partner nell'attuazione cantonale oppure, nel caso dell'upi, nell'elaborazione di principi sulla prevenzione delle cadute, budget e conti annuali lieviterebbero ancora considerevolmente.

Nella tabella 7 è riportata l'evoluzione delle risorse umane nel progetto Via tra il 2010 e il 2013. Promozione Salute Svizzera impegna molto le proprie risorse umane sia sul piano strategico che su quello, concreto, dell'attuazione: gestisce l'intero progetto, cura i contatti con i partner principali, effettua la valutazione intercantonale e garantisce una cospicua parte del sostegno amministrativo e tecnico (ad esempio per quanto riguarda il sito web, la comunicazione, la contabilità ecc.). La posizione spese CASH di Via, nella tabella 6, non riporta i relativi oneri derivanti dall'impiego di risorse umane.

I flussi di cassa e l'impiego del personale costituiscono però solo una parte del dispiego di risorse per il progetto Via. Pur non essendo quantificabile, l'insieme di conoscenze che può essere mobilitato nell'ambito della rete Via e costantemente ampliato per l'attuazione grazie al patrimonio di esperienze è estremamente significativo!

**Tabella 6:** Contributi finanziari dei partner dal 2010 al 2013, in migliaia di CHF

	2010	2011	2012	2013
Cantoni	335	248	231	ca. 232
Promozione Salute Svizzera	150	232	244	ca. 370
<b>Conto</b>	<b>485</b>	<b>480</b>	<b>475</b>	<b>ca. 602</b>

**Tabella 7:** Risorse umane del progetto Via dal 2010 al 2013, in percento

PSS	2010	2011	2012	2013
Responsabile generale del progetto	50	60	70	80
Responsabile del progetto				
Gestione degli impatti	5	10	15	15
Contabile	–	10	5	5
<b>Totale PSS</b>	<b>55</b>	<b>80</b>	<b>90</b>	<b>100</b>
UC	2010	2011	2012	2013
Responsabile operativo del progetto	45	55	55	55
Responsabile del progetto	–	30	30	40
Amministratrice	–	25	25	25
<b>Totale UC</b>	<b>45</b>	<b>110</b>	<b>110</b>	<b>120</b>
<b>Totale assoluto</b>	<b>100</b>	<b>190</b>	<b>200</b>	<b>220</b>

PSS: Promozione Salute Svizzera

UC: Ufficio di coordinamento

## 6 I risultati del progetto Via

Per potere trattare i risultati di Via bisogna precisare che spesso non è possibile fare una netta distinzione tra il progetto Via e le attività di attuazione di cantoni e comuni. L'interdipendenza tra Via e l'implementazione nei vari cantoni è parte del concetto progettuale, tuttavia questo fattore rende difficile delimitare, e quindi valutare, i risultati di Via. Da una parte, la valutazione fa quindi riferimento a chiari risultati di Via, come ad esempio l'utilizzo dei servizi dell'ufficio di coordinamento, dall'altra parte analizza le esperienze di chi esegue l'implementazione a livello locale, che probabilmente sono poco correlate ai servizi Via.

### 6.1 Punti chiave della valutazione

Nella fase iniziale del progetto, la valutazione di Via si è basata su quattro livelli di attuazione (figura 7).

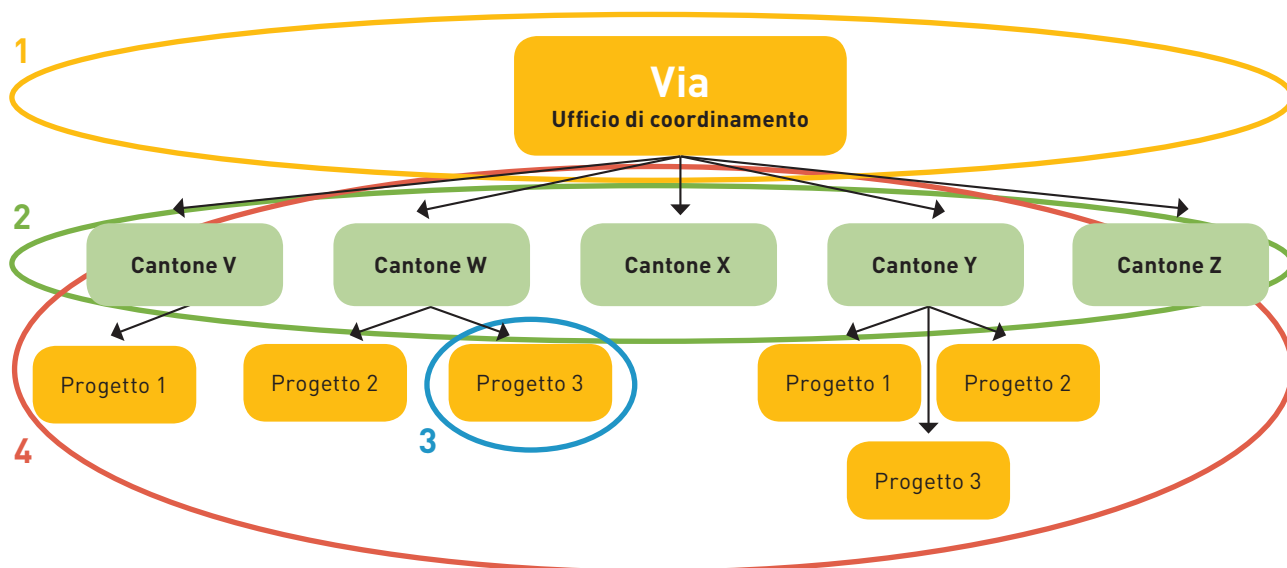
#### 1° livello, strutturazione e modalità di funzionamento del progetto Via

I responsabili del progetto hanno valutato regolarmente la struttura e i processi dell'intero progetto sulla base di indagini presso i partner e di un controllo sistematico della qualità, così come la collaborazione con i partner di progetto. Nell'ambito della valutazione 2013, queste verifiche autonome sono state integrate dal controllo esterno dell'istituto di valutazione Interface.<sup>14</sup>

#### 2° livello, modelli cantonali

Nel 2011 è stata condotta un'indagine riguardante l'organizzazione delle attività di promozione della salute nella terza età nei vari cantoni, le stime relative alle necessità di intervento e i passi compiuti dai cantoni per attuare tali attività.<sup>15</sup>

Figura 7: I quattro livelli di valutazione



<sup>14</sup> Via – Gesundheitsförderung im Alter, Evaluation 2011–2013, Feller, La Mantia et al. 2013

<sup>15</sup> Kantonale Umsetzung von Gesundheitsförderung und Prävention im Alter, Studie im Rahmen der Evaluation des Projekts «Via – Best Practice Gesundheitsförderung im Alter», Oetterli, Laubereau und Balthasar 2011

### 3° livello, attuazione in singoli comuni

Nel 2012 l'attuazione e, in parte, l'impatto di progetti parziali sono stati valutati nei Comuni bernesi di Bienne e Langenthal nonché nei Comuni di Zugo Baar e Risch. Di interesse, in particolare, la sperimentazione di nuovi approcci e strumenti per l'implementazione nei comuni pilota del tema, in parte nuovo, «Promozione della salute in età avanzata».<sup>16</sup>

### 4° livello, visione d'insieme sull'attuazione:

Al fine di avere una base di monitoraggio globale della promozione della salute nella terza età, valida per tutti i cantoni partner e i comuni, è stato conferito l'incarico di stilare un rapporto sui modelli d'impatto e sugli indicatori.<sup>17</sup> A seguito di ciò, nel 2012 è stato elaborato un concetto di monitoraggio che tuttavia non è stato ulteriormente sviluppato a causa di riflessioni strategiche e carenza di risorse.

## 6.2 I livelli d'impatto di Via

Prendendo come riferimento gli studi di best practice sui primi cinque temi chiave, nel 2010 sono stati individuati i livelli d'impatto della promozione della salute in età avanzata (figura 8). Questi livelli d'impatto hanno fatto da riferimento per la valutazione e il monitoraggio.

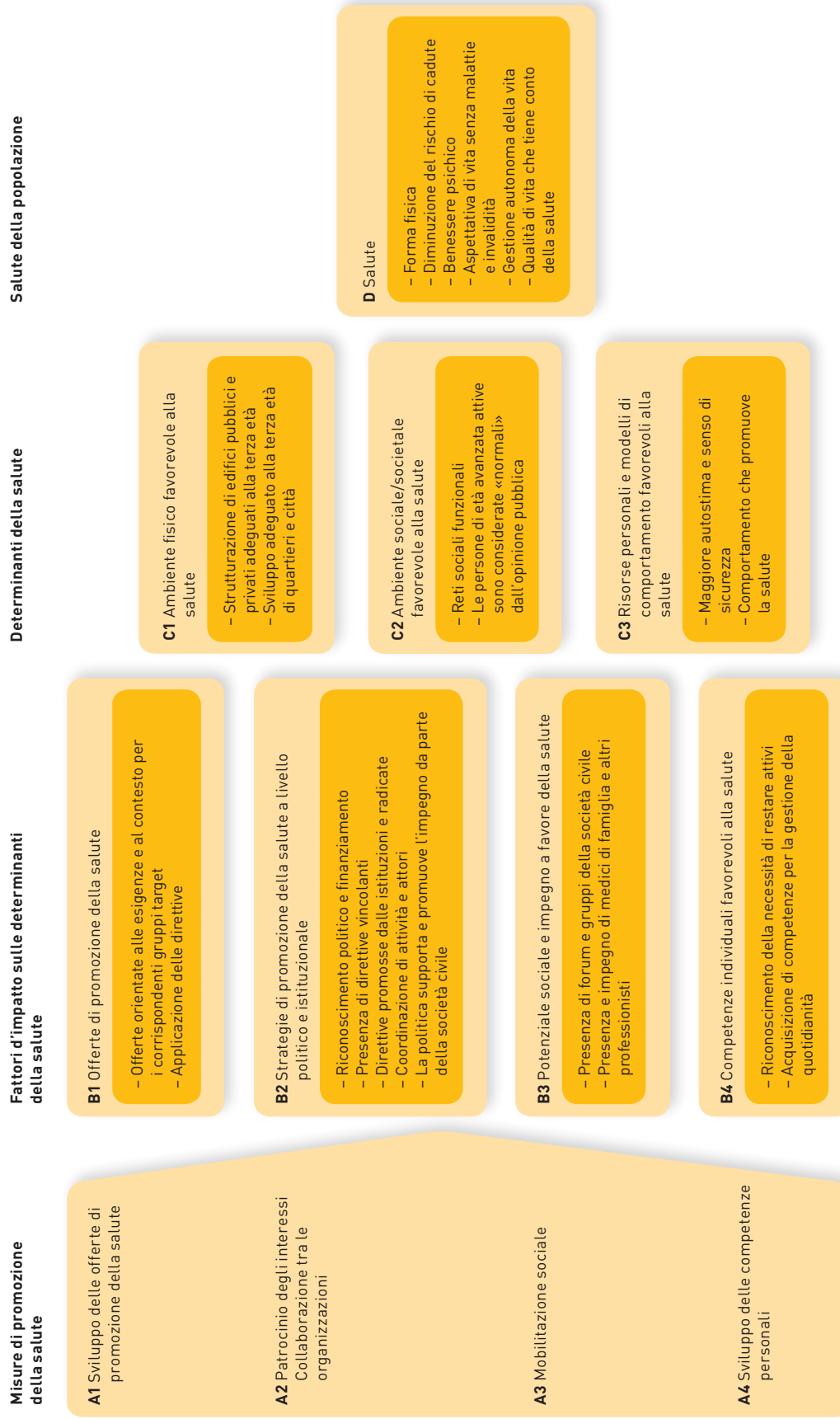
I punti chiave della prima fase di attuazione si sono basati sui seguenti livelli d'impatto:

- offerte orientate alle esigenze e al contesto per i gruppi target (B1) – eventi e corsi ma anche punti di ritrovo per persone in età avanzata;
- riconoscimento e finanziamento da parte della politica (B2) – presupposto per attività di proseguimento nei cantoni e nei comuni;
- coordinamento di attività e attori (B2) – un punto chiave della prima fase a livello nazionale, cantonale, regionale e comunale;
- impegno dei medici di famiglia e altri professionisti (B3) – mirato e importante in specifici cantoni;
- riconoscimento della necessità di restare attivi (B4) – ad esempio tramite eventi incentivanti organizzati in varie località;
- acquisizione di competenze utili per la gestione della quotidianità (B4) – soprattutto con eventi e corsi;
- maggiore sicurezza e fiducia in sé (C3) – in primo luogo nelle persone in età avanzata che usufruiscono regolarmente delle offerte;
- comportamento che promuove la salute (C3) – anche questo riguarda soprattutto le persone in età avanzata che prendono regolarmente parte ai corsi o usufruiscono di altre offerte.

<sup>16</sup> Valutazione progetti pilota Via – Rapporto intermedio. Qualitätsentwicklung zu Bewegungsförderung und Sturzprophylaxe in vier Gemeinden in den Kantonen Bern und Zug, Künzi und Egger 2012

<sup>17</sup> Bonnes pratiques de promotion de la santé des personnes âgées. Développement des théories d'action des interventions/ Best Practice Gesundheitsförderung im Alter (BPGF). Entwicklung von Wirkungsmodellen. Spencer und Ruckstuhl 2010

**Figura 8:** Livelli d'impatto della promozione della salute in età avanzata (trasposizione nel modello di risultato di Promozione Salute Svizzera)



Le risorse disponibili non erano sufficienti per valutare gli impatti a livello degli specialisti o delle persone in età avanzata. Inoltre, poiché il progetto è di recente creazione, non è possibile attribuirgli impatti quantificabili sulla salute della popolazione nel suo complesso o corrispondenti risparmi sui costi. Probabilmente ci vorrà ancora qualche anno per vedere impatti concreti a questi livelli. Se comunque le raccomandazioni di best practice di Via ricavate dai testi di riferimento si riveleranno efficaci non solo in un contesto scientifico controllato bensì anche nell'attuazione pratica di ampia portata, a quel punto è importante che tali approcci vengano applicati nel modo più vasto e completo possibile. I risultati dei diversi livelli d'impatto, dalla sensibilizzazione politica alla disponibilità e fruizione delle offerte, fino ad arrivare a una modifica degli atteggiamenti e dei comportamenti delle persone di evà avanzata, sono importanti passaggi intermedi che segnalano il potenziale impatto della promozione della salute nella terza età.

### 6.3 Partecipazione dei cantoni e dei comuni

La promozione della salute in età avanzata è diventato un tema di importanza nazionale di cui si occupano molti cantoni e comuni, non da ultimo grazie a Via. Il numero dei cantoni e dei comuni partecipanti e lo sviluppo della rete Via fanno luce sulla diffusione e lo sviluppo del progetto.

#### Cantoni

Nella prima fase del progetto, l'impegno dei vari cantoni partner è stato eterogeneo. I fondi messi a disposizione dai cantoni per lo sviluppo nazionale e l'attuazione cantonal-comunale vanno da CHF 1.90 a CHF 0.10 per abitante. In alcuni cantoni, tali importi sono significativamente aumentati dai finanziamenti di comuni e fondazioni (per esempio a Zugo e a Sciafusa).

Sotto questo aspetto, i cantoni partner presentano notevoli discrepanze: alcuni conducono già da anni veri e propri programmi per la promozione della salute e la prevenzione nella terza età, altri invece sono appena ai blocchi di partenza. Tutti i cantoni che partecipano a Via e ne attuano le misure si attengono comunque alle raccomandazioni di quest'ultima.

Le differenze da cantone a cantone sono state estrapolate da uno studio di valutazione di Via. Nella tabella 8 riportiamo una panoramica delle strutture e dei presupposti per la promozione della salute in età avanzata in alcuni cantoni.



Tabella 8: Tipizzazione dei cantoni nel 2011

Cantone	Tipo di cantone	Ancoraggio		Coinvolgimento istituzioni		Processi di collaborazione		Attività	Struttura
		Principi strategici	Risorse umane	Risorse finanziarie	Modello d'esecuzione	Comitato di collaborazione	Livelli di attività		
AG	Tipo I, tema in via di attuazione	vincolante	notevoli	medie	sussidiario	rete specifica	tutti i livelli	oltre 100 comuni	
BE		vincolante	medie	notevoli	parastatale	bilaterale	tutti i livelli	oltre 100 comuni	
BS		vincolante	notevoli	notevoli	forma mista	comitato non specifico	tutti i livelli	fino a 30 comuni	
ZG		vincolante	medie	notevoli	forma mista	comitato non specifico	tutti i livelli	fino a 30 comuni	
GR	Tipo II, tema in fase di preparazione	vincolante	notevoli	notevoli	federale	bilaterale	tutti i livelli	oltre 100 comuni	
JU		vincolante	non specificato	medie	federale	bilaterale	senza networking	da 31 a 100 comuni	
VD		vincolante	notevoli	poco	federale	comitato non specifico	senza informazione	oltre 100 comuni	
SG		poco vincolante	poco	poco	federale	bilaterale	senza informazione	da 31 a 100 comuni	
NW	Tipo III, tema in fase iniziale	vincolante	poco	poco	federale	comitato specifico	senza informazione/intervento	fino a 30 comuni	
SH		poco vincolante	poco	poco	federale	comitato non specifico	senza informazione/intervento	fino a 30 comuni	
TG		poco vincolante	non specificato	medie	federale	comitato non specifico	senza informazione/intervento	da 31 a 100 comuni	
UR		poco vincolante	poco	poco	federale	comitato non specifico	senza intervento	fino a 30 comuni	
BL	Tipo IV, tema in fase di cambiamento	poco vincolante	medie	poco	federale	comitato specifico	tutti i livelli	da 31 a 100 comuni	

Nota: ad eccezione dei Cantoni Argovia, Basilea Città, Basilea Campagna e Giura si tratta di cantoni partner Via attuali. Qui non figura il cantone partner Appenzello Esterno.<sup>18</sup>

<sup>18</sup> Kantonale Umsetzung von Gesundheitsförderung und Prävention im Alter, Studie im Rahmen der Evaluation des Projekts «Via – Best Practice Gesundheitsförderung im Alter», Oetterli, Laubereau und Balthasar 2011





tante persone i temi relativi alla salute nella terza età e motivarle a fare di più. Già solo nel Cantone di Berna, ad esempio, nel 2012 sono stati organizzati 94 eventi a tema, ai quali hanno partecipato circa 2630 persone, due manifestazioni d'incentivazione con 290 partecipanti e undici corsi collettivi con 216 partecipanti. Nei comuni pilota di Zugo, Risch e Baar, tra l'autunno del 2012 e l'autunno del 2013 hanno avuto luogo sei eventi, a cui hanno preso parte circa 1000 partecipanti in tutto.

### Comuni

È difficile definire il numero di comuni che propongono attività, poiché spesso le offerte si estendono al di là del perimetro comunale. Comunque una stima approssimativa può essere effettuata (v. tabella 9). Secondo un'indagine presso i cantoni partner, i comuni attivi nell'ambito del progetto Via sarebbero circa 180; in quasi 45 risultavano direttamente coinvolte le autorità comunali.

### Offerte per i gruppi target

Vi è una grande richiesta per le offerte dei cantoni, in particolare per quanto riguarda eventi e corsi. Grazie a queste iniziative è possibile illustrare in dettaglio a

## 6.4 Networking e coordinamento

La rete nazionale di professionisti interessati ai contenuti e ai risultati di Via è in crescita costante. Via consiglia comunque di creare anche reti comunali costituite da attori locali nei comuni. In ultima istanza è possibile applicare il concetto Via «Kommunale Bündnisse für Bewegung und Begegnung» (Alleanze comunali per movimento e incontri, v. cap. 4.3, «Terzo settore d'attività: Supporti di attuazione pratica»). A Berna e a Zugo sono nate reti cantonali, e in molte località anche reti comunali. Bienne dispone di un'ampia rete, ben funzionante, che opera secondo il concetto di alleanze comunali. A Langenthal la rete comunale si concentra attualmente solo sul tema del movimento. Oltre a quelle geografiche, sono nate anche reti tematiche: tra queste, sul tema del movi-

**Tabella 9:** Numero di comuni raggiunti dal progetto Via (novembre 2013)

Cantone	Numero di comuni con «Offerte Via»	Percentuale di tutti i comuni nel cantone	Comuni dove vi è partecipazione delle autorità
Appenzello Esterno	13	65 %	3
Berna	150	39 %	30
Grigioni	6	3 %	6
Nidvaldo	1	9 %	1
Sciaffusa	2	7 %	0
San Gallo	0	0 %	0
Turgovia	0	0 %	0
Uri	0	0 %	0
Vaud	2	1 %	0
Zugo	4	36 %	4
<b>Totale</b>	<b>178</b>		<b>44</b>

mento, la «Runder Tisch für Bewegung und Sport im Alter» (Tavola rotonda per il movimento e lo sport in età avanzata) con la partecipazione di tutti i maggiori provider nazionali del settore. Si è inoltre costituita una rete di attori nazionali e cantonali in materia di partecipazione sociale, che sta preparando per il 2014 un progetto pilota per affrontare sistematicamente, a livello comunale e con un primo progetto pilota, il problema dell'isolamento degli anziani. Si è poi formata un'altra rete che si occupa del tema prevenzione delle cadute alla quale partecipano attori nazionali e cantonali, esperti di medicina, fisioterapia, ergoterapia, Spitex, l'Ufficio prevenzione infortuni ed altri. La rete sta preparando progetti pilota.

### 6.5 I prodotti Via nati dalla valutazione

Abbiamo già menzionato il gran numero di studi, linee guida, liste di controllo e supporti di attuazione a livello operativo. I prodotti disponibili sono riportati nell'allegato. Nell'ambito della valutazione effettuata nei quattro comuni pilota dei Cantoni di Berna e Zugo, sono stati sviluppati e testati alcuni nuovi strumenti, per ciascuno dei quali è stata allestita, in collaborazione con chi si occupa dell'implementazione, una guida disponibile, insieme al modello, sul sito di Via:<sup>19</sup>

- controllo del contesto;
- schema per il rilevamento della situazione complessiva delle offerte;
- indagine presso la popolazione;
- questionari di feedback per eventi e corsi;
- quaderno di appunti per il team del programma.

Nella prima fase del progetto si è rivelato particolarmente utile il controllo del contesto, poi utilizzato anche in molti comuni. Il suo grande potenziale consiste nel fornire, prima del lancio del tema, una panoramica sistematica degli attori e delle offerte presenti nei comuni e stabilire relazioni e collaborazioni adeguate.

### 6.6 Via nell'ottica dei partner

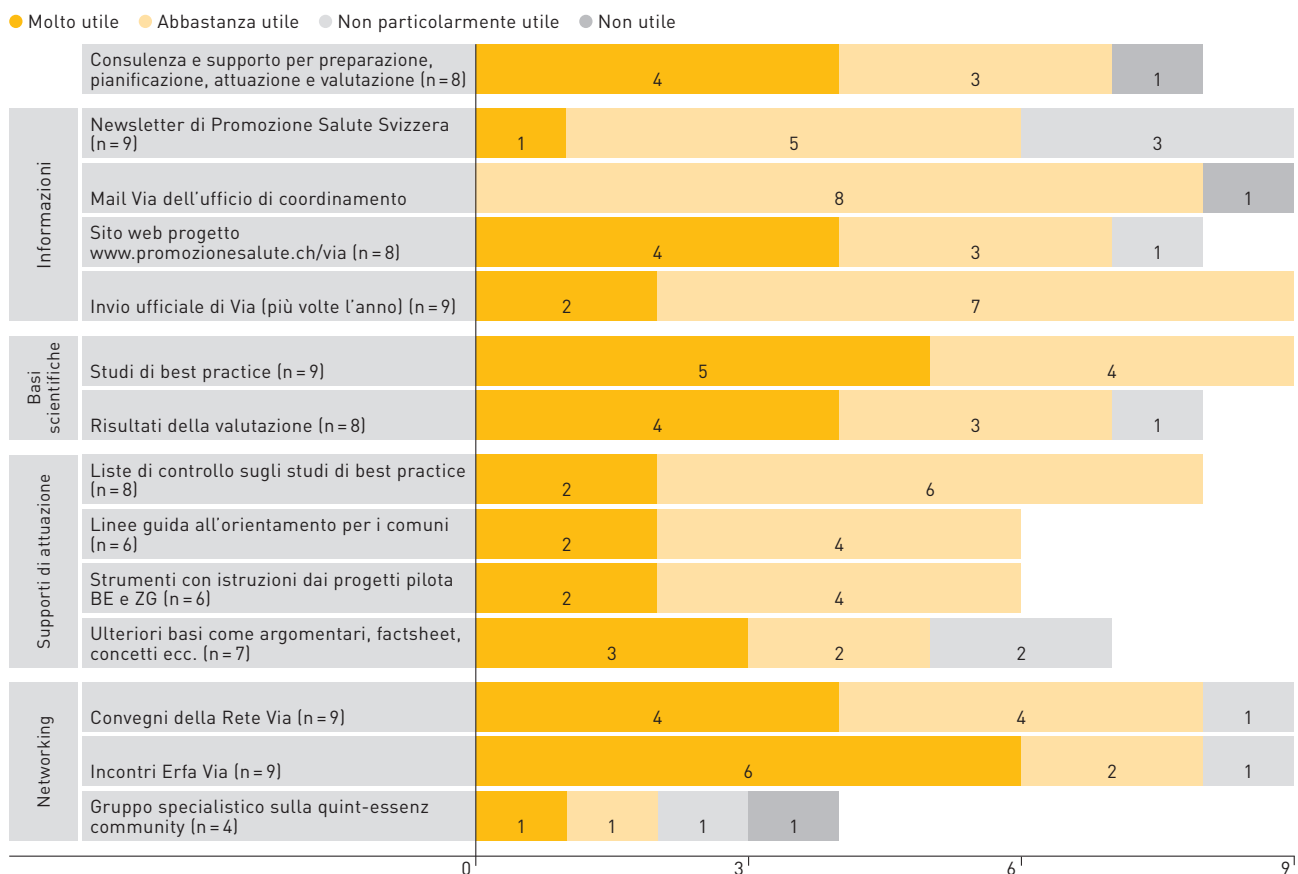
Secondo la valutazione, il percorso iniziato con Via trova conferme nell'opinione dei cantoni: il progetto fornisce loro infatti un chiaro quadro di orientamento. L'approccio comune porta a una maggiore visibilità e credibilità e quindi aumenta il valore di questa tematica nella società e nella politica. Cresce così il potenziale di radicamento sostenibile.

Via si è imposto come sistema di apprendimento. Tramite il lavoro scientifico e il continuo dialogo tra gli attori coinvolti, il progetto migliora costantemente le conoscenze, il cui scambio favorisce la diffusione di idee valide e approcci proficui, incrementando la qualità delle implementazioni. Non da ultimo, il percorso comune ha un effetto motivante sui partecipanti.

### Servizi

I cantoni partner ritengono nel complesso utili le basi scientifiche e i supporti di attuazione elaborati da Via, nonché i suoi servizi di consulenza. Le basi scientifiche rafforzano la legittimità politica di coloro che si occupano dell'implementazione nei cantoni e nei comuni e favoriscono l'accettazione negli ambienti professionali. I materiali elaborati da Via sono stati integrati nelle attuazioni in molteplici modi, contribuendo alla loro qualità. Molto apprezzato è anche lo scambio di esperienze, lanciato da Via, tra regioni e cantoni; i responsabili lo trovano spesso più diretto e utile dei documenti scritti.

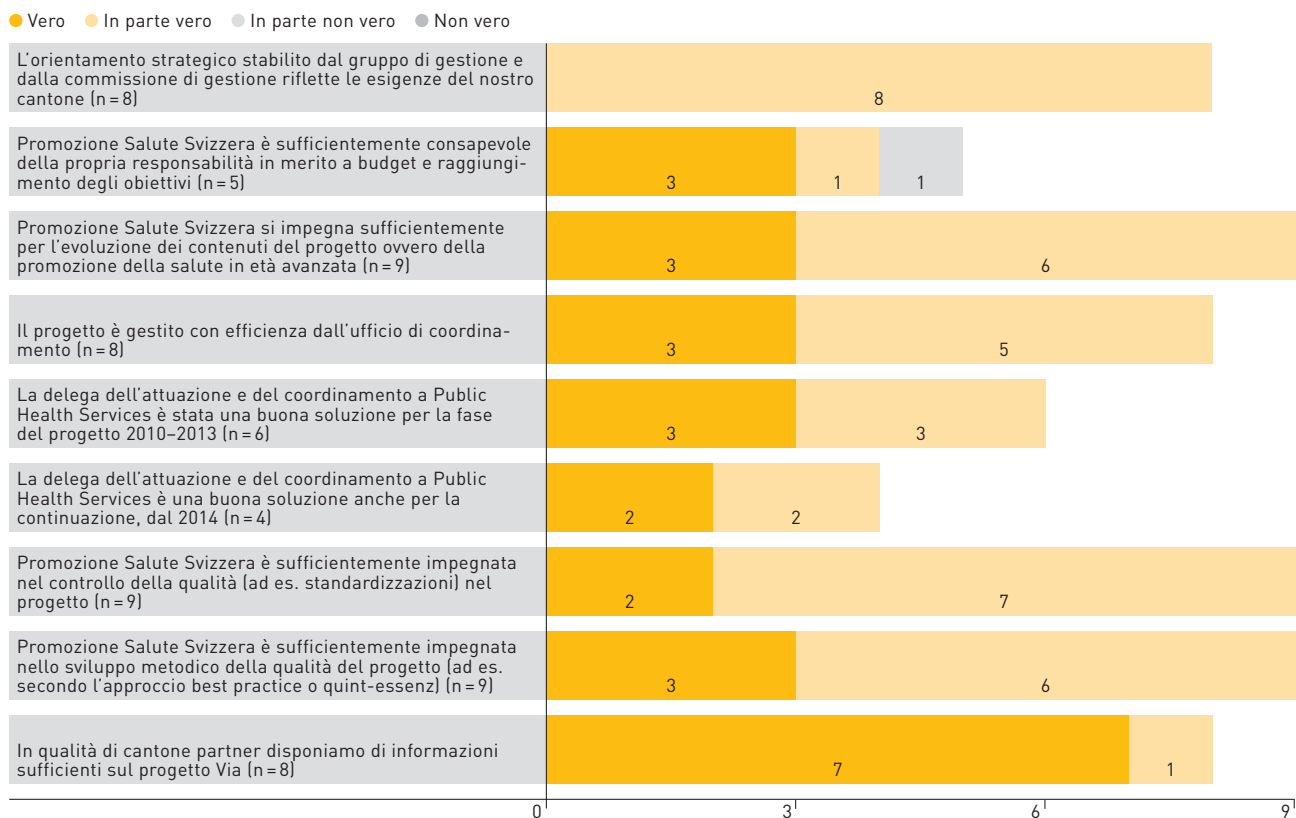
<sup>19</sup> [www.promozionesalute.ch/via](http://www.promozionesalute.ch/via)

**Figura 9:** Valutazione dei servizi Via da parte dei cantoni partner

### Gestione del progetto

Nel complesso, la gestione del progetto di Via è valutata positivamente. La delega della fornitura operativa del servizio all'ufficio di coordinamento di Public Health Services si è rivelata una decisione valida e continuerà anche nella fase successiva del progetto. L'ufficio di coordinamento è diventato nel frattempo un'istituzione di riferimento per tutte le questioni legate all'attuazione, i suoi servizi sono richiesti e la sua competenza è riconosciuta. Anche l'impegno di Promozione Salute Svizzera in materia di garanzia e sviluppo della qualità nonché di elaborazione dei contenuti ha ricevuto una valutazione positiva. I cantoni partner reputano nettamente soddisfacenti le informazioni ricevute.



**Figura 10:** Valutazione della gestione del progetto da parte dei cantoni partner<sup>20</sup>

### Orientamento strategico

Piuttosto cauta, anche se positiva, la valutazione riguardante l'adeguatezza dell'orientamento strategico alle esigenze dei cantoni. Si suggerisce per il futuro uno scambio più intenso tra i cantoni e Via per discutere ed elaborare insieme i servizi. Inoltre, l'ufficio di coordinamento non dovrebbe rivolgersi direttamente ai comuni bensì comunicare sempre attraverso i responsabili del programma nel cantone. Per il futuro, gli intervistati desiderano da Via soprattutto supporti argomentativi al tema degli impatti economico-sanitari nonché idee o sostegno nelle attività di prevenzione a livello di relazioni. Alcuni cantoni si dichiarano infastiditi dal fatto che i principi e gli strumenti di attuazione elaborati siano resi pubblicamente disponibili, e dal fatto che i cantoni partner Via non ricavino, attraverso il loro coinvolgimento, un sufficiente valore aggiunto esclusivo.

### Cambiamenti a livello individuale

È ancora troppo presto per valutare i cambiamenti di atteggiamento, di comportamento, o persino degli indicatori di salute relativamente alle persone in età avanzata, tuttavia alcuni riscontri specifici hanno mostrato che esiste il potenziale per ottenere i risultati sperati. Qui di seguito alcuni esempi.

- Sebbene il numero di offerte per anziani e il loro uso non consenta di trarre conclusioni sui cambiamenti a livello individuale, fornisce comunque un'indicazione sulle potenzialità a livello di impatto.
- Indagini nell'ambito del progetto bernese «ZWÄG INS ALTER» (In forma in età avanzata) mostrano che gli eventi organizzati nel comune hanno avuto l'effetto di rafforzare la volontà di modificare lo stile di vita.
- Un sondaggio presso la popolazione nel comune pilota di Risch (Zugo) ha dimostrato in maniera

<sup>20</sup> Via – Gesundheitsförderung im Alter, Evaluation 2011-2013, Feller, La Mantia et al. 2013

esemplare che le raccomandazioni contenute nella lettera informativa del comune posseggono senz'altro il potenziale per indurre un cambiamento comportamentale.

### Ulteriori risultati

In generale, molti attori si attendono il massimo effetto da un approccio orientato alla comunità. È quindi ritenuta essenziale la *cooperazione di varie organizzazioni*. Nella collaborazione con gli altri soggetti è importante riconoscere quanto è già stato fatto. Networking e cooperazione richiedono sufficienti risorse e occorre tempo per creare fiducia e accettazione. Tra l'altro è importante che il progetto sia utile per ambo i partner.

Al fine di radicare e attuare a lungo termine le attività di promozione della salute nella terza età in cantoni e comuni occorre *assegnare in modo chiaro le responsabilità* riguardo a questo tema a un interlocutore locale. Un altro fattore che favorisce il successo è l'esistenza di basi politiche e risorse.

*I progetti e i risultati rapidamente individuabili* si sono dimostrati utili per favorire la partecipazione delle persone in età avanzata: per attuare la promozione dell'attività fisica e la prevenzione delle cadute occorre rendere chiara l'utilità pratica: la motivazione che fa più presa è «Casa di cura: il più tardi possibile o mai!».

Al fine di sollecitare una maggior partecipazione dei *volontari* è opportuno tenere conto delle loro motivazioni e fornire loro sostegno pratico. Di importanza fondamentale è tra l'altro il riconoscimento e l'apprezzamento del loro lavoro, accanto alla fiducia e allo spazio sufficiente per la personalizzazione.

Per quanto riguarda il campo della promozione dell'attività fisica, molti vedono grandi opportunità e un elevato bisogno *a livello di relazioni* (ad esempio i miglioramenti nello spazio pubblico).

La *collaborazione con i medici* rappresenta una vera e propria sfida.

Raccomandazioni della valutazione 2011–2013<sup>21</sup>

Promozione Salute Svizzera	Ufficio di coordinamento Via	Cantoni et comuni
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Continuare a garantire i servizi Via</li> <li>- Orientare gli ampliamenti tematici alle svariate esigenze dei cantoni</li> <li>- Sviluppare un tema chiave strategico prevenzione a livello di relazioni</li> <li>- Elaborare supporti argomentativi economico-sanitari</li> <li>- Rivolgersi in modo coordinato agli attori a livello nazionale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Offrire consulenza e affiancamento in base al contesto</li> <li>- Elaborare un concetto per il lavoro di comunità</li> <li>- Supportare cantoni e comuni nell'attuazione delle misure di prevenzione a livello di relazioni</li> <li>- Promuovere le basi per la collaborazione spontanea e lo scambio di esperienze</li> <li>- Rivolgersi in modo coordinato agli attori a livello nazionale</li> <li>- Rendere più evidente ai cantoni l'utilità della partnership con Via</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avviare il controllo del contesto in un nuovo comune o in una nuova regione</li> <li>- Fornire sostegno politico e sufficienti risorse per l'intenso lavoro di comunità</li> <li>- Concentrarsi maggiormente sulle attività di prevenzione a livello di relazioni</li> <li>- Generare un vantaggio individuale per le persone interessate di età avanzata</li> <li>- Cercare nelle attività di promozione del movimento e prevenzione delle cadute collegamenti con altri programmi e combinare le attività con altri temi</li> <li>- Tenere conto adeguatamente delle realtà in evoluzione dei gruppi target</li> </ul>

<sup>21</sup> Feller-Länzlinger, R.; La Mantia, A.; Künzi, K.; Egger, T. (2014): *Via – Bonnes pratiques de promotion de la santé des personnes âgées. Evaluation 2011–2013*. Promotion Santé Suisse Document de travail 18, Berne et Lausanne.

Online: [www.promotionsante.ch/publications](http://www.promotionsante.ch/publications)

Feller-Länzlinger, R.; La Mantia, A.; Künzi, K.; Egger, T. (2014): *Via – Best Practice Gesundheitsförderung im Alter. Evaluation 2011–2013*. Gesundheitsförderung Schweiz Arbeitspapier 18, Bern und Lausanne. Online: [www.gesundheitsfoerderung.ch/publikationen](http://www.gesundheitsfoerderung.ch/publikationen)

## 7 Prospettive

Il progetto Via dimostra di avere successo a livello sia cantonale che comunale. I dieci attuali cantoni partner intendono proseguire anche dopo il 2013 la collaborazione con Promozione Salute Svizzera nel progetto Via, per promuovere la salute in età avanzata. Anche altri cantoni si mostrano interessati. Questo slancio a favore dell'impegno di promozione della salute per le persone in età avanzata dovrebbe essere sfruttato: Promozione Salute Svizzera ha qui una grande opportunità di impegnarsi a lungo termine per i cantoni sul tema della promozione della salute per gli anziani.

Dopo il cofinanziamento della fase nazionale di avvio, dal 2010 al 2013, i cantoni devono utilizzare le proprie risorse principalmente per le attuazioni cantonal-comunali. Per tale motivo, Promozione Salute Svizzera affronterà maggiori impegni finanziari. A giugno 2013 il Consiglio di fondazione di Promozione Salute Svizzera ha deciso, insieme ai cantoni partner ed altri partner di continuare il progetto Via in forma ampliata e con maggiori risorse anche nel periodo 2014-2016, per poi trasferirlo dal 2017 in poi a un programma il cui modello segue i programmi d'intervento cantonali.

I principi di questa seconda fase del progetto sono stati definiti insieme ai partner. È previsto l'approfondimento dei temi e degli approcci elaborati finora, un ampliamento nel campo della nutrizione e della partecipazione delle persone anziane. Da adesso, inoltre, si terrà maggiormente conto della prevenzione a livello di relazioni in tutti i progetti di attuazione.





## Allegato: Prodotti

### Categorie di prodotti

- |  |   |
|--|---|
| 1. Documenti strategici / Rapporti annuali | 7. Partecipazione dei medici di famiglia                |
| 2. Comunicazione                           | 8. Consulenza, eventi, corsi                            |
| 3. Tool per l'attuazione in generale       | 9. Gruppi target difficili da raggiungere e penalizzati |
| 4. Promozione dell'attività fisica         | 10. Valutazione   |
| 5. Prevenzione delle cadute                |   |
| 6. Salute psichica                         |   |

### 1. Documenti strategici / Rapporti annuali

	Documento	DE	FR	Annotazioni
1.1	Rapporto 2009 in sintesi	✓	✓	
1.2	Relazione 2010	✓	✓	
1.3	Rapporto annuale 2011	✓	✓	
1.4	Rapporto annuale 2012	✓	✓	
1.5	Servizi per i cantoni partner 2013	✓	✓	
1.6	Panoramica prodotti 2013	✓	✓	

### 2. Comunicazione

	Documento	DE	FR	Annotazioni
2.1	Factsheet 2012	✓	✓	
2.2	Gesundheitsförderung im Alter – Handeln lohnt sich! 2014 (opuscolo sugli impatti)	✓	✓	
2.3	Mail Via	✓	✓	Nuove mail Via, regolarmente
2.4	Newsletter Peso corporeo sano / Cantoni / Via	✓	✓	Nuovi contributi, regolarmente
2.5	Rapporto sul convegno: «Alter in Bewegung» – 1° Convegno della Rete Best practice per la promozione della salute in età avanzata, marzo 2011	✓	✓	
2.6	Rapporto sul convegno: «Via in Bewegung»: 2° Convegno della Rete Best practice per la promozione della salute in età avanzata, novembre 2012	✓	✓	

### 3. Documenti e strumenti ausiliari generali per l'attuazione

	Documento	DE	FR	Annotazioni
3.1	Kantonale Umsetzung von Gesundheitsförderung und Prävention im Alter 2011 (studio Interface)	✓	✓	
3.2	Kommunale Programme der Gesundheitsförderung im Alter. Ein Orientierungsleitfaden 2012	✓	✓	
3.3	«Kommunale Bündnisse für Bewegung und Begegnung» (Alleanze comunali per movimento e incontri) 2013	✓		
3.4	Controllo del contesto 2013	✓	✓	
3.5	Schema per il rilevamento della situazione complessiva 2013	✓	✓	

### 4. Promozione del movimento

	Documento	DE	FR	Annotazioni
4.1	«Promotion de l'activité physique»: studio di best practice 2010		✓	
4.2	«Promotion de l'activité physique»: riepilogo e raccomandazioni dello studio 2011	✓	✓	
4.3	Lista di controllo promozione del movimento 2011, rielaborazione 2013	✓	✓	
4.4	Presa di posizione Promozione del movimento 2013	✓		Disponibile per partner Via

### 5. Prevenzione delle cadute

	Documento	DE	FR	Annotazioni
5.1	«Prevenzione delle cadute»: studio di best practice 2010	✓		
5.2	«Prevenzione delle cadute»: riepilogo e raccomandazioni dello studio 2011	✓	✓	
5.3	Lista di controllo prevenzione delle cadute 2011, rielaborazione 2013	✓	✓	
5.4	Presa di posizione cadute 2012	✓	✓	Disponibile per partner Via
5.5	Documentazione specialistica: Training sulla prevenzione delle cadute 2013	✓	✓	Prodotto upi
5.6	«Gambe forti per camminare sicuri» 2013	✓	✓	Prodotto upi
5.7	Filmato sulla prevenzione delle cadute 2013	✓	✓	Prodotto upi

**6. Salute psichica**

	Documento	DE	FR	Annotazioni
6.1	«Promozione della salute psichica in età avanzata»: studio di best practice 2011	√		
6.2	Rapporti sociali in corsi, riepilogo di esempi di good practice 2013	√	√	

**7. Partecipazione dei medici di famiglia**

	Documento	DE	FR	Annotazioni
7.1	«Partecipazione dei medici di famiglia»: studio di best practice 2010	√		
7.2	«Partecipazione dei medici di famiglia»: riepilogo e raccomandazioni dello studio 2011	√	√	
7.3	Lista di controllo partecipazione dei medici di famiglia 2011, rielaborazione 2013	√	√	

**8. Consulenza, eventi, corsi**

	Documento	DE	FR	Annotazioni
8.1	«Consulenza, manifestazioni e corsi»: studio di best practice 2010	√		
8.2	«Consulenza, manifestazioni e corsi»: riepilogo e raccomandazioni dello studio 2011	√	√	
8.3	Lista di controllo consulenza sulle cadute 2011, rielaborazione 2013	√	√	
8.4	Lista di controllo eventi, corsi 2011, rielaborazione 2013	√	√	
8.5	Supporto di attuazione corsi ed eventi per la promozione della salute in età avanzata 2014	√	√	
8.6	Supporto di attuazione consulenza sulla prevenzione della salute in età avanzata 2014	√	√	

**9. Gruppi target difficili da raggiungere e penalizzati**

	<b>Documento</b>	<b>DE</b>	<b>FR</b>	<b>Annotazioni</b>
9.1	«Gruppi target difficili da raggiungere e penalizzati»: studio di best practice 2010	√		
9.2	«Gruppi target difficili da raggiungere e penalizzati»: riepilogo e raccomandazioni dello studio 2011	√	√	
9.3	Lista di controllo Gruppi target difficili da raggiungere e penalizzati 2011, rielaborazione 2013	√	√	
9.4	Accesso a gruppi di popolazione difficili da raggiungere, raccolta di esempi di good practice 2013	√	√	

**10. Valutazione**

	<b>Documento</b>	<b>DE</b>	<b>FR</b>	<b>Annotazioni</b>
10.1	Rapporto «Bonnes pratiques de promotion de la santé des personnes âgées. Développement des théories d'action des interventions» 2011	√	√	Rapporto in più lingue
10.2	Rapporto sondaggio presso la popolazione Risch 2012	√	√	
10.3	Questionario sondaggio presso la popolazione 2013	√	√	
10.4	Questionario sondaggio 75 2013	√		
10.5	Quaderno di appunti per il progetto (team di progetto) 2013	√	√	
10.6	Questionario valutazione eventi/corsi 2013	√	√	
10.7	Rapporto intermedio valutazione attuazioni pilota Berna/Zugo 2012	√	√	
10.8	Rapporto finale valutazione Via 2011–2013, 2013	√	√	

Dufourstrasse 30, Postfach 311, CH-3000 Bern 6  
Tel. +41 31 350 04 04, Fax +41 31 368 17 00  
office.bern@promotionsante.ch

Avenue de la Gare 52, CH-1003 Lausanne  
Tél. +41 21 345 15 15, fax +41 21 345 15 45  
office.lausanne@promotionsante.ch

[www.gesundheitsfoerderung.ch](http://www.gesundheitsfoerderung.ch)  
[www.promotionsante.ch](http://www.promotionsante.ch)  
[www.promozionesalute.ch](http://www.promozionesalute.ch)