

# L'importanza del movimento nella prevenzione della cronicità: strategie e strumenti per la promozione del movimento nella popolazione

**Corso fad**



## **SEGRETERIA ORGANIZZATIVA**

**FONDAZIONE SCUOLA DI SANITÀ PUBBLICA,  
MANAGEMENT DELLE AZIENDE SOCIO-  
SANITARIE E PER L'INCREMENTO DEI TRAPIANTI  
D'ORGANO E TESSUTI**

Passaggio L. Gaudenzio, 1 – 35131  
Padova

tel. 0445 1859100

[segreteria@fondazionessp.it](mailto:segreteria@fondazionessp.it)

**per informazioni:**

dott.ssa Lavinia Zisa

[lzisa@fondazionessp.it](mailto:lzisa@fondazionessp.it)



## PREMESSA

Secondo i dati più recenti dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), il 28% della popolazione mondiale adulta non svolge sufficiente attività fisica, ossia non raggiunge i livelli di attività fisica raccomandati per la salute. Questo dato è particolarmente accentuato nei Paesi ad alto reddito dove, accanto allo sviluppo economico, si rileva anche un aumento dei livelli di inattività fisica, ossia di comportamenti sedentari che possono avere importanti ripercussioni anche a livello di salute.

La promozione dell'attività fisica è, quindi, diventata una delle strategie da perseguire, a vari livelli, per contribuire al benessere e allo stato di salute della popolazione. E' in questa ottica generale che la Regione del Veneto, impegnata ormai da diversi anni nella promozione dell'attività fisica, ha deciso di consolidare la propria strategia di lotta alla sedentarietà attraverso un nuovo progetto formativo rivolto a vari target di destinatari, per fornire loro le conoscenze e le competenze utili ad agire in modo sempre più efficace in tale ambito.

## DESTINATARI

Il corso è rivolto a tutto il personale sanitario del SSR della Regione del Veneto.

## OBIETTIVO FORMATIVO

- Conoscere i benefici del movimento per tutte le fasce di età
- Conoscere la strategia regionale della promozione del movimento della Regione del Veneto
- Saper informare l'individuo sul servizio più adatto al suo stato di salute

## METODOLOGIE DIDATTICHE

Il corso prevede la fruizione on line e lo studio off line di sussidi didattici multimediali integrati con risorse audiovisive. Ad ogni contenuto didattico sono associate delle esercitazioni obbligatorie per supportare l'apprendimento degli argomenti esposti. Alla fine del corso è prevista la compilazione obbligatoria di un test di valutazione dell'apprendimento.

## PROGRAMMA E DURATA (Elenco dei contenuti e delle attività obbligatorie)

La durata complessiva del corso è pari a 5 ore equivalenti.

Argomento 1: L'IMPORTANZA DEL MOVIMENTO	
Contenuti	Note per la fruizione
L'importanza del movimento	Video da visualizzare integralmente on line
Seleziona la risposta corretta da inserire negli spazi vuoti	Quiz da svolgere on line
Vero o Falso	Quiz da svolgere on line
Risposta multipla	Quiz da svolgere on line
<i>Durata equivalente</i>	<i>45 minuti</i>

## Argomento 2: L'ESPERIENZA DELLA REGIONE VENETO

Contenuti	Note per la fruizione
L'esperienza della Regione Veneto - videotestimonianze	Video da visualizzare integralmente on line
Esercitazioni - Video Testimonianze	Quiz da svolgere on line
<i>Durata equivalente</i>	30 minuti

## Argomento 3: I PRINCIPI CHE GUIDANO IL PIANO REGIONALE DELLA PREVENZIONE

Contenuti	Note per la fruizione
Trend internazionali (WHO) e principi guida del Piano Regionale di Prevenzione	Video da visualizzare integralmente on line
Esercitazione_Piano Regionale della Prevenzione_principi guida	Quiz da svolgere on line
<i>Durata equivalente</i>	15 minuti

## Argomento 4: IL PIANO REGIONALE DELLA PREVENZIONE - ELEMENTI DI NOVITÀ

Contenuti	Note per la fruizione
Piano Regionale di Prevenzione - Elementi di novità	Pagine di testo da leggere integralmente on line
Piano Regionale Prevenzione_sintesi (Slide)	Slide visualizzabili soltanto on line (NB: diventano visibili solo dopo aver completato il punto precedente)
Esercitazione - Elementi di novità	Quiz da svolgere on line
Piano Regionale Prevenzione_sintesi (Slide scaricabili)	Versione scaricabile delle slide precedenti. Il download è possibile solo dopo avere svolto l'esercitazione
<i>Durata equivalente</i>	1 ora e 30 minuti

## Argomento 5: TECNICHE DI COUNSELLING NEI CONTESTI OPPORTUNISTICI

Contenuti	Note per la fruizione
Tecniche di counselling nei contesti opportunistici (sequenza slide a video)	Slide visualizzabili soltanto on line
Tecniche di counselling nei contesti opportunistici (slide scaricabile)	Versione scaricabile delle slide precedenti
Esercitazioni_Tecniche di counselling nei contesti opportunistici	Quiz da svolgere on line
Limiti e responsabilità nell'attività di counselling	Pagine di testo da leggere integralmente on line
Esercitazione_Limiti e responsabilità nell'attività di counselling	Quiz da svolgere on line
Vivo Bene MAP - Portale della Regione del Veneto	Link esterno per la ricerca di servizi
<i>Durata equivalente</i>	2 ore

## RESPONSABILE SCIENTIFICO

Francesca Russo

Laurea in Medicina e Chirurgia - Direttore della Direzione Prevenzione, sicurezza alimentare, veterinaria – Regione del Veneto

## DOCENTI

Martina Di Pieri

Laurea in Psicologia Clinica e di comunità - Dirigente Psicologo presso la Direzione Prevenzione, Sicurezza Alimentare, Veterinaria della Regione del Veneto - Psicologa e formatore sui temi della prevenzione e promozione della salute

Paola Favaretto

Laurea in Scienze statistiche ed economiche - Esperto economico presso Direzione Prevenzione, Sicurezza alimentare, Veterinaria presso Area Sanità e Sociale Regione del Veneto

Federica  
Michieletto

Laurea in Scienze statistiche ed economiche - incarico di P.O. per l'attuazione del Piano Regionale della Prevenzione presso Direzione Prevenzione, Sicurezza alimentare, Veterinaria presso Area Sanità e Sociale Regione del Veneto

## ACCREDITAMENTO ECM e ATTESTATO FINALE

Provider ECM Regione Veneto n. 142 – Fondazione Scuola di Sanità Pubblica

Il corso è accreditato con 5 Crediti ECM per tutte le professioni sanitarie.

Per ottenere l'attestato finale del corso (**con o senza crediti ECM**) è necessario:

- fruire tutti i contenuti obbligatori del corso, incluse le esercitazioni abbinate ad ogni argomento;
- superare il test di valutazione dell'apprendimento da compilare on line (con il 75% delle risposte corrette);
- compilare on line il questionario di gradimento del corso.

*Le condizioni sopra indicate devono essere tutte soddisfatte, a prescindere dal profilo professionale dei corsisti. Non è previsto il rilascio di attestati o dichiarazioni di frequenza parziale.*