

Prevenzione e promozione della salute nello studio medico - valorizzare le risorse dei pazienti

Dr. med. Federico Peter

Corso di aggiornamento per il medico di base
Lugano, 15 ottobre 2025

Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento della sanità e della socialità
Ufficio del medico cantonale
Servizio di promozione e valutazione sanitaria



www.ti.ch/viviamobene

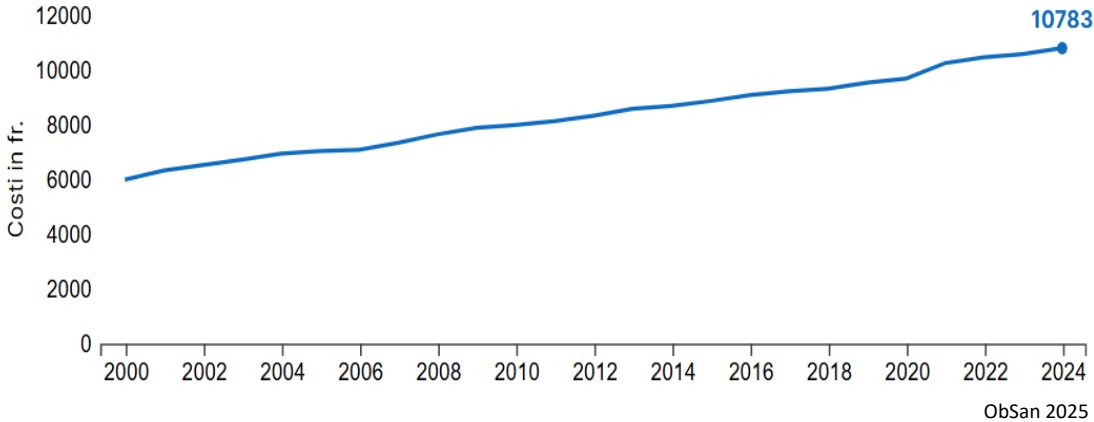
Prevenzione nell'ambito delle cure: il modello DSS

Elementi chiave:

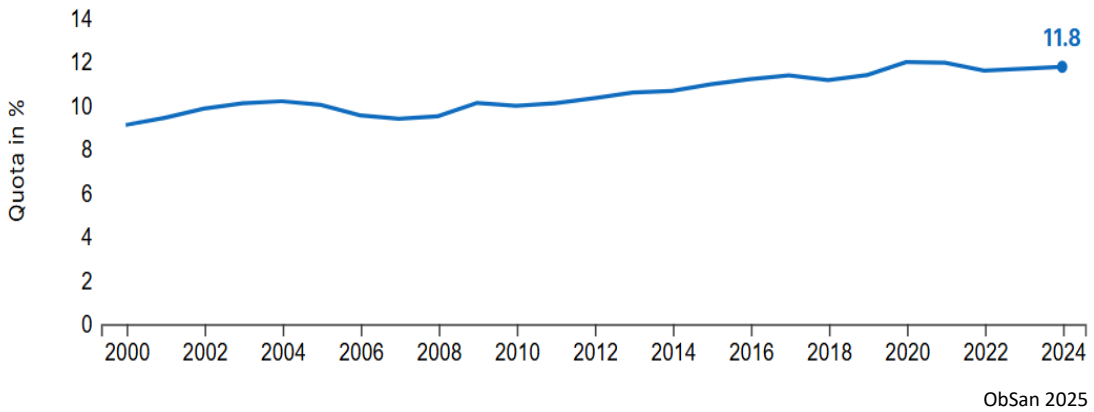
- L'approccio SPVS/UMC: principi, strategia e progetti
- Le tre fasi del progetto Girasole: dalla formazione mirata dei medici di famiglia alla formazione dei professionisti delle cure a livello regionale
- Prossimi passi e potenziali aperture del progetto

Quadro sanitario svizzero e ticinese

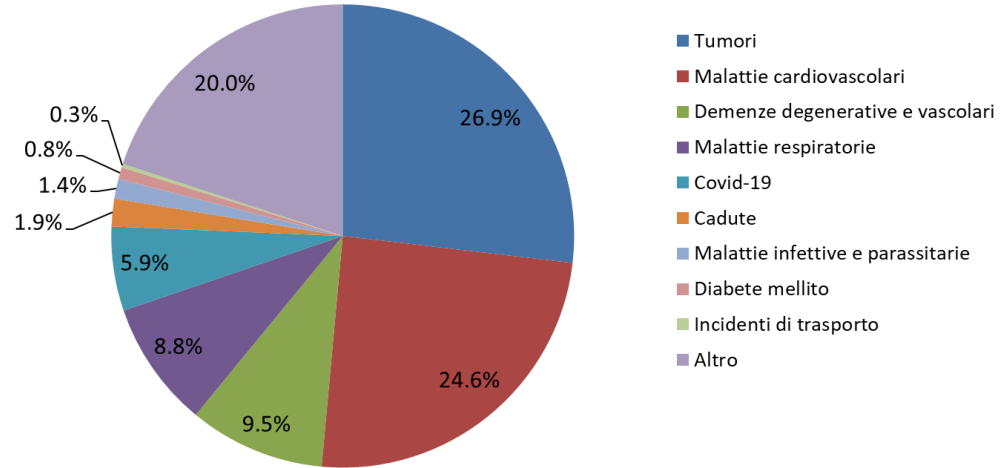
Costi per abitante (in fr.)



Quota del PIL (in %)



Principali cause di morte in Ticino nel 2022
Fonte: Unità statistiche sanitarie; Elaborazione: SPVS



Principi: persone e contesto di vita

DETERMINANTI DELLA SALUTE



La **promozione della salute** è il processo che consente alle persone di esercitare un maggior controllo sulla propria salute e di migliorarla.

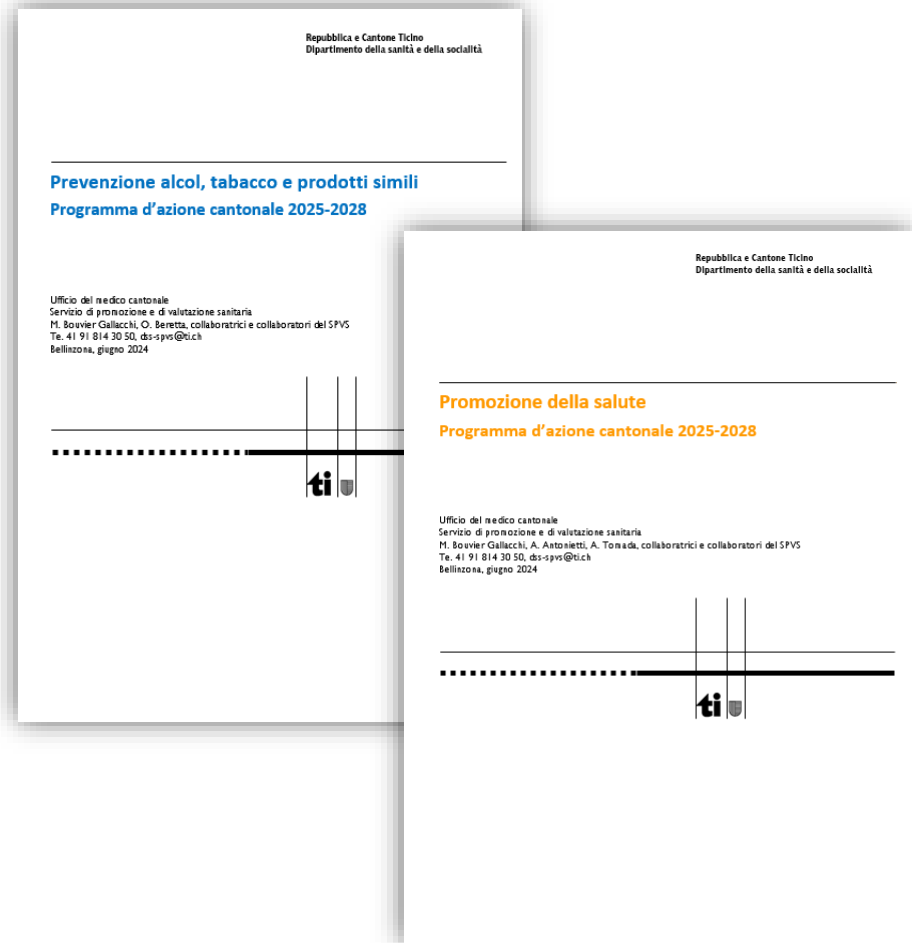
WHO, Ottawa Charter for Health Promotion, Geneva, 1986 (trad. DoRS)

Nel campo di attività del SPVS la promozione della salute mira a creare le condizioni affinché **le persone e le comunità** abbiano la capacità di esercitare un controllo sulla propria salute e di migliorarla e, quindi, di soddisfare i propri bisogni e adattarsi al variare delle condizioni di vita. La promozione della salute vuole essere un **processo dinamico e partecipativo**, che garantisca nel contempo **equità e sostenibilità**.

SPVS/UMC - Strategia 2030 e principali misure

Fondamenti				
Approccio sistemico, senso di coerenza				
Programmi cantonali	Promozione della salute		Prevenzione	
	Programma d'azione cantonale Alimentazione, movimento, salute mentale 2025 - 2028		Programma d'azione cantonale Alcol, tabacco e prodotti simili 2025 - 2028	
	Gruppo bersaglio	Fase della vita secondo bisogni identificati	Gruppo bersaglio	Fase della vita secondo bisogni identificati
	Finanziamento	Cantone TI / PSCH	Finanziamento	Cantone TI / FPT
Progetti cantonali Intersettoriali / interdipartimentali	Migrazione e salute		Salute e rischi ambientali ricorrenti (GOSA)	
	Gruppo bersaglio	Migranti con bisogni specifici	Gruppo bersaglio	Persone a rischio, popolazione generale
	Finanziamento	Cantone TI	Finanziamento	Cantone TI
Progetti nell'ambito delle cure	Girasole – Altri progetti di prevenzione e promozione della salute			
	Gruppo bersaglio	Adulti, anziani		
	Finanziamento	Cantone TI / PSCH		
Campagne nazionali	Promozione della salute mentale			
	Gruppo bersaglio	Popolazione generale nelle varie fasi della vita		
	Finanziamento	Cantone TI / PSCH		
Principi d'azione				
Inclusività, pari opportunità, partecipazione, sostenibilità, durabilità				
Competenze di salute e tecnologiche				
Contesti di vita				

Programmi d'azione cantonali (PAC)



- Traducono in azioni e attività la visione e gli obiettivi della Strategia
- Attuano di misure specifiche 2025-2028, tenuto conto dei bisogni di salute della popolazione, dei contesti socio-ambientali, dei determinanti della salute e dei fattori di rischio modificabili
- **59 progetti** di promozione della salute e di prevenzione per il benessere a tutte le età
- Rivolti a **tutte le fasce d'età**
- In **vari contesti**: scuole, spazi pubblici, lavoro, ambiti sociosanitari, centri diurni per anziani
- In collaborazione con **medici di varie specialità**

PAC Prevenzione alcol, tabacco e prodotti simili 2025-2028

PROGRAMMA D'AZIONE
CANTONALE PREVENZIONE
ALCOL, TABACCO E PRODOTTI
SIMILI 2025-2028

PROGRAMMA D'AZIONE CANTONALE PREVENZIONE ALCOL, TABACCO E PRODOTTI SIMILI 2025-2028			Visione: adottare un comportamento consapevole e nel rispetto degli altri							
FASI DELLA VITA			TEMI							
			Alcol			Tabacco e prodotti simili				
	Obiettivi strategici	Livelli PAC	Progetto		Ente responsabile		Progetto		Ente responsabile	
	Infanzia Adolescenza Giovane età adulta	Acquisizione di competenze rispetto al consumo	Interventi		Consulenze consumi a rischio nell'ambito di Cool & Clean			DECS - Ufficio dello sport		
					Monitoraggio consumi ricreativi			SVPS		
					Ever Fresh			IdéeSport		
					Peer education e partecipazione attiva (Scuole medie)			Radix S.I. + LpTi		
					Peerfect Friend (Scuole del post-obbligo)			LpTi + Radix S.I.		
					Giovani nei contesti di vita (Formazione moltiplicatori)			Radix S.I. + LpTi		
					Open giovani (Attività di informazione-sensibilizzazione)			Radix S.I. + LpTi		
					Sensibilizzazione (Formazione prof. sociosanitarie)			SPVS		
					Monitoraggio protezione della gioventù (Test acquisto)			SPVS + Radix S.I.		
				Policy				Monitoraggio vendita e qualità di e-cig e simili		SPVS + Laboratorio cantonale
		Comunicazione				Campagna di sensibilizzazione sui nuovi prodotti		SPVS + partner		
			Alcol			Tabacco e prodotti simili				
	Adulti	Controllo e gestione dei consumi	Interventi		Sensibilizzazione neogenitori sui consumi a rischio			SPVS + partner		
					Mese senza tabacco			LpTi		
			Policy		Open adulti (Attività di informazione-sensibilizzazione)			Radix S.I. + LpTi		
					FormAzione			LpTi		
		Comunicazione		Sensibilizzazione rispetto ai comportamenti a rischio			SPVS + partner			
			Alcol			Tabacco e prodotti simili				
	Età avanzata	Riduzione dei fattori di rischio	Interventi		Teatro forum Ala mè età		Pro Senectute TI e Moesano			
			Comunicazione		Sensibilizzazione rispetto ai consumi a rischio			SPVS + partner		
	Popolazione	Protezione della salute dei giovani e dei non consumatori	Interventi		Prevenzione dei consumi a rischio: supporto ai comuni				Radix S.I.	
					Label (Certificazione delle manifestazioni)				Radix S.I.	
Policy						Tutela della salute dei giovani		DSS		
Promozione delle attività del programma									Tutti i partner	
Messa in rete									UMC - SPVS	
Gestione PAC									UMC - SPVS	
Monitoraggio e Valutazione									UMC - SPVS	

PAC Promozione della salute 2025-2028

PROGRAMMA D'AZIONE
CANTONALE PROMOZIONE
DELLA SALUTE 2025-2028

PROGRAMMA D'AZIONE CANTONALE PROMOZIONE DELLA SALUTE 2025-2028					
Fasi della vita	Obiettivi strategici	Livelli PAC			
	Infanzia Adolescenza Giovane età adulta	Adozione di abitudini favorevoli alla salute e al ben-essere	Livelli PAC Interventi	Visione: accedere a risorse e acquisire competenze a favore della salute e del ben-essere	
				TEMI	
				Alimentazione e movimento	
				Salute mentale	
				Progetto	Ente responsabile
				Parlare insieme di salute tra persone migranti	
				MiniMove	
				Movimento, equilibrio e gusto	
				Promozione della salute dei giovani	
Capriola				UMC - SPVS	
Pedibus	Pedibus Ticino				
Merende equilibrate	Tandem Ticino				
		PeerPower	Fondazione IdéeSport		
		Mostra "Conflitti, litigi e altre rotture"	DECS		
		Parlatevi con noi	Ass. Parlatevi con noi		
	Policy	Fourchette verte			
		Promuovere alimentazione, movimento e benessere in classe	UMC – SPVS / SUPSI		
		Formazione continua nidi dell'infanzia	UMC - SPVS / UFAG		
	Messa in rete	Messa in rete partner PAC "Bambini, giovani e giovani adulti"	UMC - SPVS		
		Rete per la promozione della salute nella prima infanzia	UMC - SPVS		
		Rete delle scuole21	Radix Svizzera italiana		
	Comunicazione	Newsletter PAC "Bambini, giovani e giovani adulti"	UMC - SPVS		
		Informazioni su temi di salute	ACSI		

- **Gli stili di vita e i comportamenti** nel lungo periodo incidono sullo stato di salute individuale e sulla prevalenza delle malattie non trasmissibili.
 - Adeguate **competenze di salute e comportamenti** contrastano l'insorgere di malattie non trasmissibili, disturbi psichici e problemi di dipendenza.
 - **Le persone dispongono di risorse personali** che possono essere attivate, **al di là di patologie** eventualmente presenti.
- Anche in un contesto di cura ha senso la prevenzione e la promozione della salute.
- I medici possono fare leva sulla fiducia di cui godono per **sostenere i propri pazienti nel:**
- **migliorare le competenze di salute individuali**
 - **mobilitare le risorse** personali e collettive disponibili
 - **prendersi attivamente cura di sé**

Progetto pilota Girasole medici di famiglia

Periodo: 2016 -2018


Scopo: agire sui comportamenti individuali (**focus movimento**), fissando priorità e modalità con autonomia e responsabilità

Target: pazienti 40-75 anni

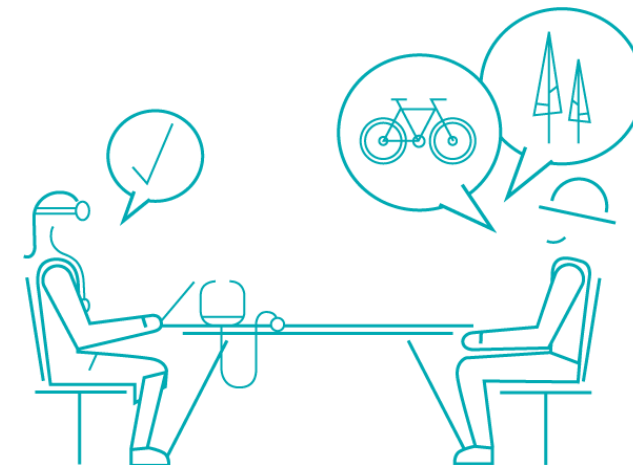
Elementi chiave:

- un'opportunità per esercitare il **controllo** sulla propria salute
- una **collaborazione curante-paziente** per la salute
- un approccio basato sulla **comunicazione** e sulla **motivazione**
- una possibilità di **valorizzare il ruolo, le competenze e la presenza** sul territorio dei curanti

Con il sostegno di:

 Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Dipartimento federale dell'interno DFI
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP

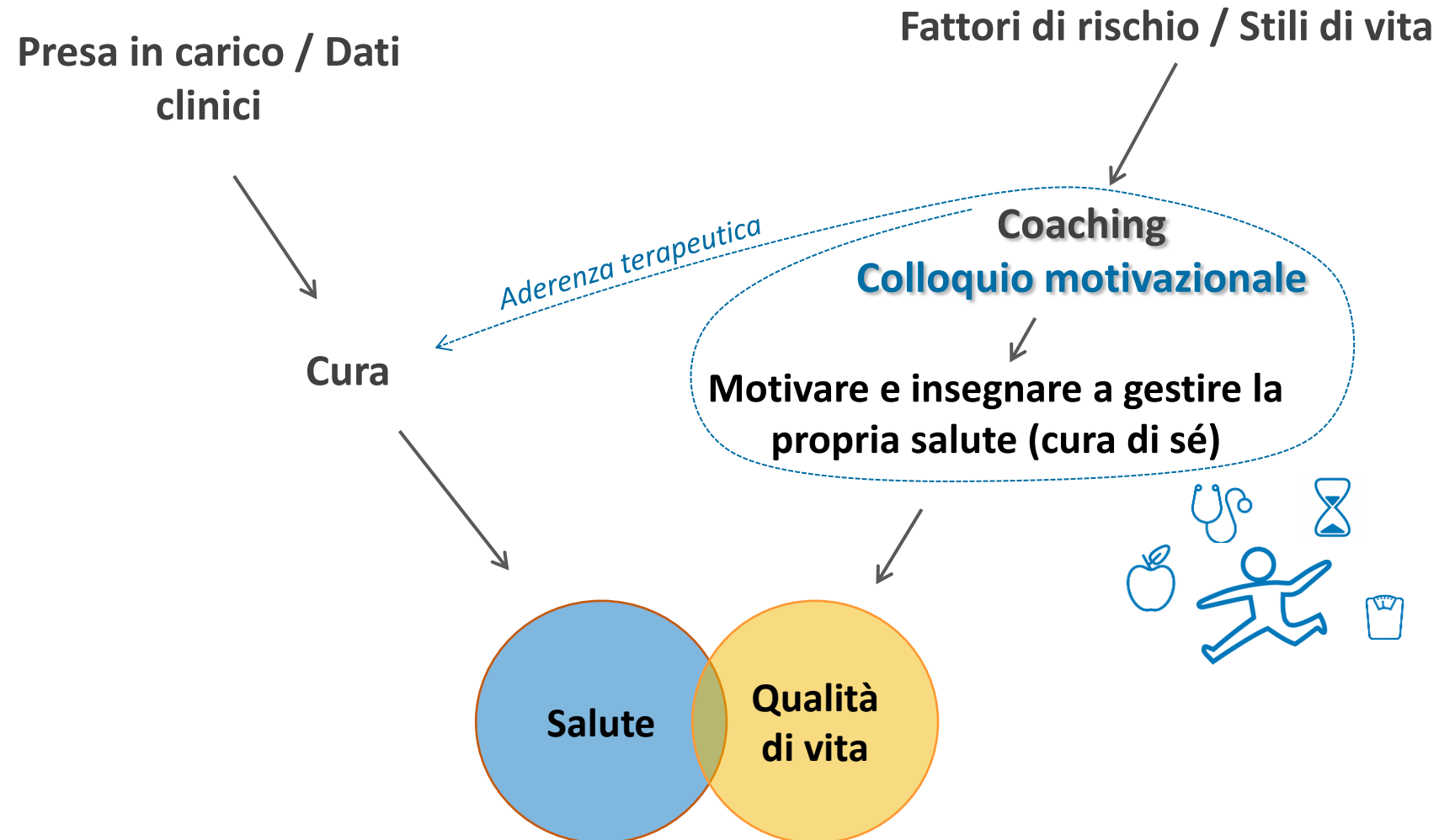


Strumento: il colloquio motivazionale (CM)

*Approccio concepito nell'ambito del trattamento delle dipendenze e della cura per migliorare l'aderenza terapeutica, intervenendo sulle **ambivalenze** che ostacolano il comportamento desiderato (cambiamento).*

- Approccio relazionale basato su tecniche di **comunicazione e motivazione** (etica)
- **Approccio multidimensionale** centrato sul paziente: i bisogni, gli obiettivi, le propensioni e i comportamenti del paziente sono posti **in relazione con la salute e il benessere**
- Attivazione e **valorizzazione di risorse e capacità individuali**
- **Responsabilizzazione del paziente** (protagonista)
- **Sostegno** nel raggiungere obiettivi stabiliti (coaching)

Girasole: un approccio diverso e complementare



Girasole medici di famiglia: effetti

Risultati della valutazione esterna eseguita da Interface (aspetti quantitativi) e da SUPSI (aspetti qualitativi), su mandato UFSP.

- **Nei pazienti:**

- ↑ **percezione di benessere e di controllo** sulla propria vita
- ↑ **la motivazione e la responsabilità** verso la propria salute

- **Nei professionisti:**

- **flessibile** (adattabile all'organizzazione del singolo medico)
- **gratificante** (rende la consultazione più stimolante)
- **generativo** (la relazione col paziente può evolvere in direzioni diverse)

- L'approccio **del colloquio motivazionale** incide:

- sulla relazione col paziente
- sulle rappresentazioni di ruolo (da entrambi i lati)

Il progetto Girasole nei SACD

Scopo: trasposizione del concetto Girasole nei SACD (Servizi di Assistenza e Cura a Domicilio) pubblici cantonali

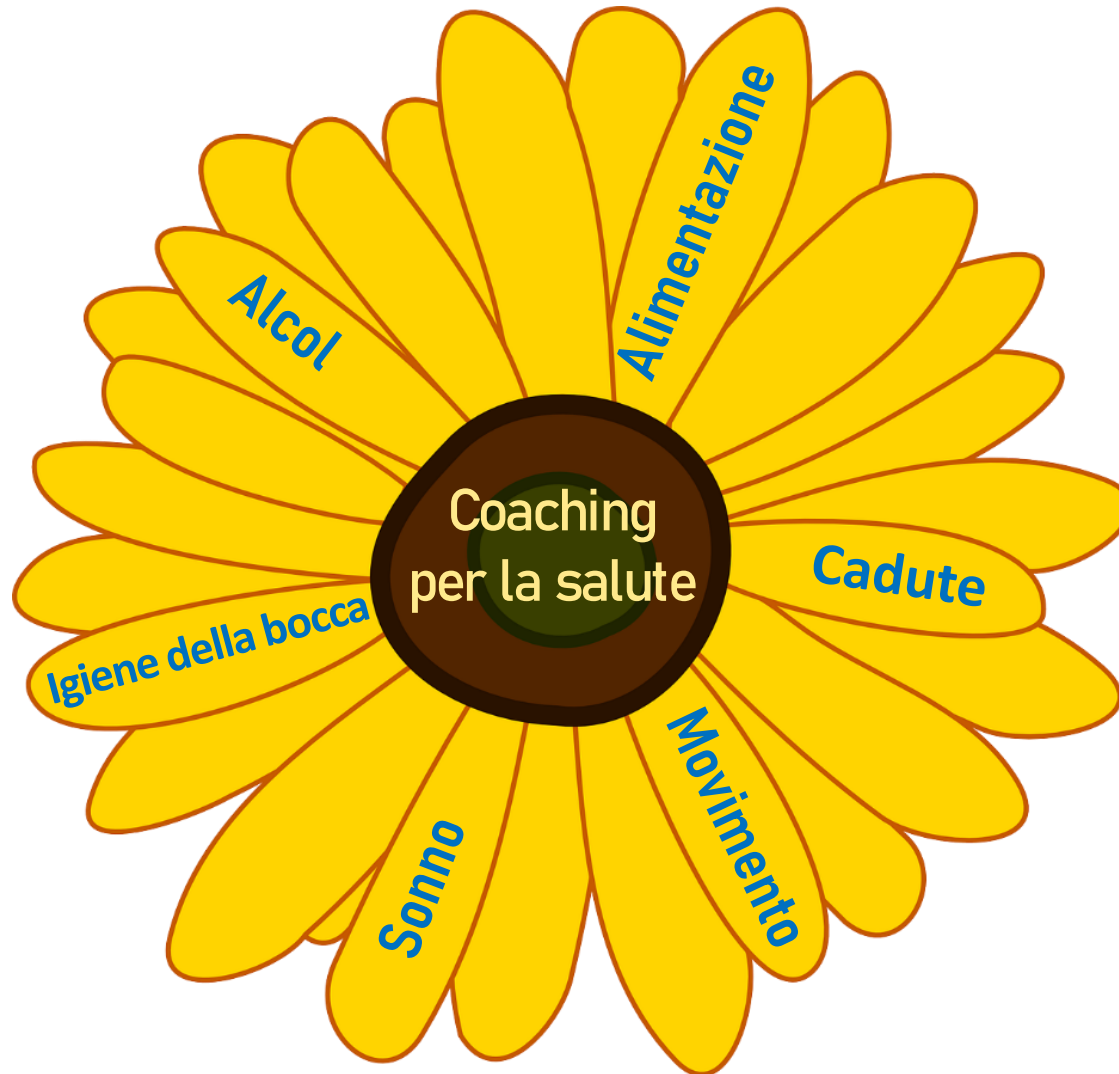
In collaborazione con:



Periodo: 10.2022 – 03.2023

- **Scopo generale:** valorizzare le risorse (residue) degli utenti e aumentarne benessere e autonomia
- **Obiettivo operativo:**
 - formare gli infermieri SACD al **colloquio motivazionale (CM)** e all'uso di tecniche di coaching nella relazione curante-utente
 - Infermieri e SACD collaborano con la **rete cantonale di prevenzione e promozione della salute PAC**
→ aumentano le risorse e le opzioni disponibili

Temi su cui praticare il coaching



Formazione per infermieri SACD (online)

- 11.2022 Sedentarietà, movimento e salute
- 11.2022 Implementare l'attività fisica nella 3a età
- 11.2022 Alimentazione nella 3a età
- 12.2022 Prevenzione e igiene orale
- 03.2023 Smettere di fumare: non è mai tardi

Girasole nei SACD: autovalutazione

N. infermieri formati

13 appartenenti ai 6 SACD del cantone

N. pazienti reclutati

Obiettivo: 5 per ogni infermiere

61 in totale

N. di persone a 12 mesi

32 hanno terminato il periodo di osservazione
8 alla fine del periodo di osservazione si trovavano alla fase 1

Effetti osservati

- Aumento dell'attività motoria
- Riduzione dell'apporto di nicotina giornaliero
- Maggiore attenzione agli apporti nutrizionali
- Perdita di peso corporeo
- Partecipazione a incontri di sensibilizzazione/prevenzione sul territorio
- Maggiore attenzione e controllo sulle questioni di salute (aderenza terapeutica)

Girasole regionale ACD Mendrisiotto: da fine 2024

In collaborazione con:



Infermieri formati

8 ACD Mendrisiotto

Altre prof. formati

3 medici, 1 fisioterapista

N. pazienti reclutati

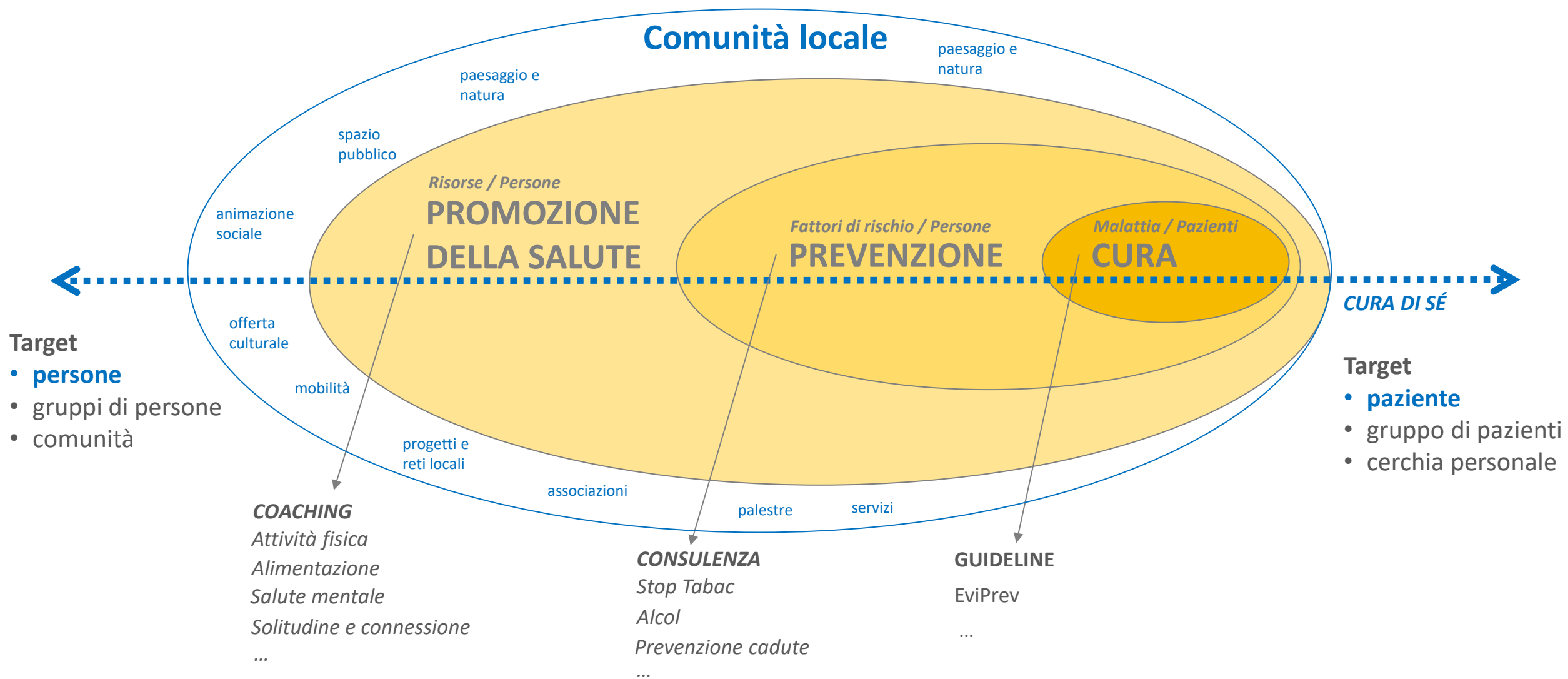
Obiettivo: 10 x infermieri
5 x medici e fisio

40 (stato settembre)

Temi formazione

Fumo, alimentazione/movimento,
sonno, dipendenze, schermi

Campo d'intervento



Evoluzione della strategia Girasole: focus regione

- attivare il paziente
- lavorare in rete
- valorizzare le risorse

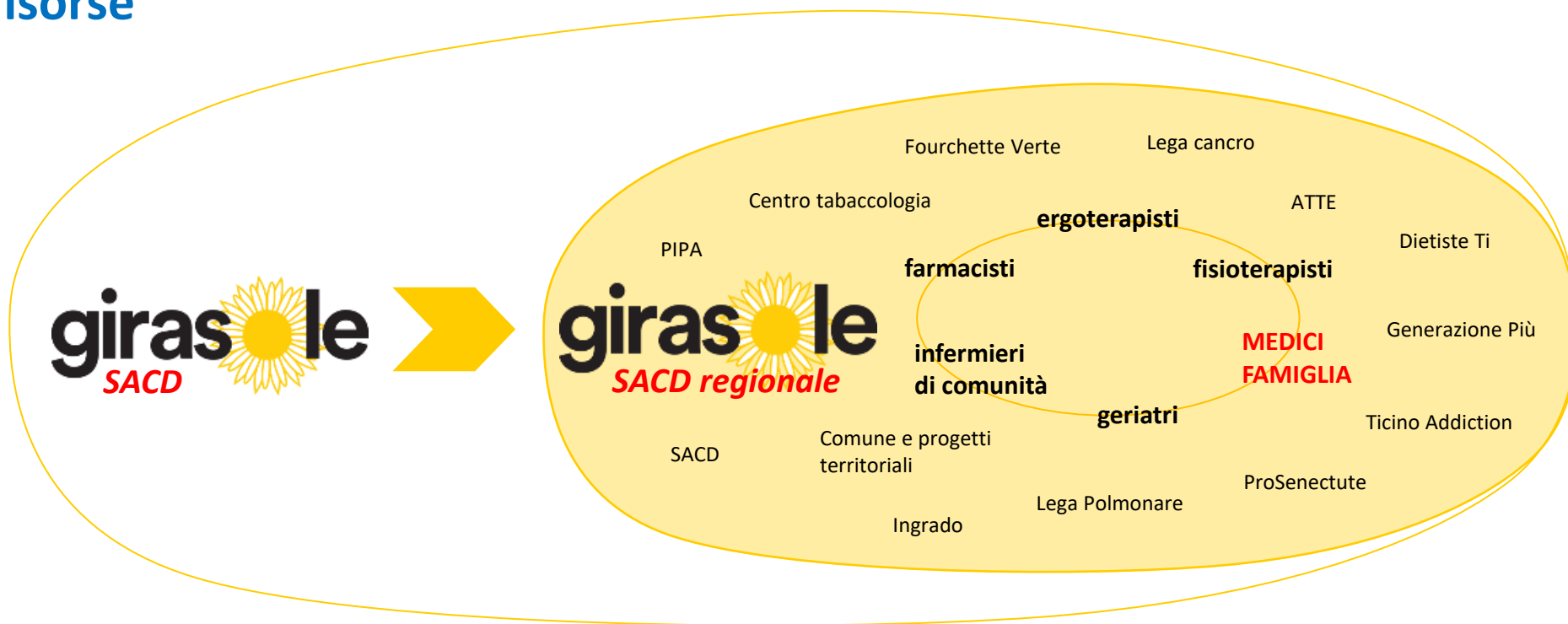
girasole
Medici



girasole
SACD



girasole
SACD regionale



Il Girasole nel programma di legislatura del CdS



OBIETTIVO 23

Rafforzare la promozione della salute, la prevenzione e la protezione dalle malattie

La salute è un bene prezioso per l'individuo, ma anche una risorsa per il singolo e per le comunità. Una persona in salute persegue i propri obiettivi di sviluppo personale, influenzando favorevolmente la società, la crescita e la qualità di vita di intere popolazioni.

La salute non dipende però solo dalla presenza di un sistema sanitario facilmente accessibile, finanziato in modo equo e di qualità. La salute è soprattutto il risultato delle decisioni dei singoli e dell'interazione tra individui all'interno di un ambiente fisico e sociale dato dal contesto socio-economico e culturale.

I comportamenti personali e gli stili di vita, i contesti di vita e di lavoro, le condizioni ambientali e socio-economiche sono considerati i «determinanti» che influenzano il nostro stato di salute; alcuni di questi parametri sono pienamente o parzialmente modificabili come – ad esempio – i comportamenti, gli stili di vita, la situazione professionale e il contesto socio-ambientale. L'intento è quindi di rafforzare la promozione della salute incrementando le competenze scientifiche e sanitarie individuali, permettendo così alle persone di compiere scelte informate e consapevoli, con l'obiettivo di migliorare il proprio benessere.

I determinanti socio-ambientali possono essere una risorsa o un elemento critico per la salute della popolazione. La vita lavorativa in un contesto socio-economico precario rischia di essere sfavorevole alla salute e solo risposte integrate che coinvolgano il singolo, il datore di lavoro e la società possono mitigare le difficoltà.

In questo contesto di promozione della salute, occorrerà tenere anche conto dei cambiamenti climatici, che hanno un impatto anche sull'uomo. Se le cittadine e i cittadini ticinesi saranno consapevoli delle necessità emergenti legate a questi cambiamenti, adattare i comportamenti individuali alla nuova realtà risulterà più facile.

AZIONE 23.1: Promuovere le competenze di salute e motivare la popolazione ad adottare comportamenti favorevoli alla salute, in particolare nell'incrementare il movimento e l'attività fisica.

INDICATORE 23.1.1: Numero di campagne di sensibilizzazione annuali per promuovere le competenze di salute che motivino la cittadinanza a svolgere il movimento (almeno tre all'anno).

INDICATORE 23.1.2: Numero di strumenti proposti ogni anno per aiutare la cittadinanza a concretizzare i propositi di movimento (almeno uno all'anno).

INDICATORE 23.1.3: Elaborazione di un concetto per la creazione di spazi pubblici attrezzati per il movimento – che siano accessibili, sicuri e attrattivi – per promuovere a livello territoriale progetti di adattamento al movimento e all'incontro tra le persone.

INDICATORE 23.1.4: Proporre almeno due formazioni al colloquio motivazionale ai professionisti della salute per fornire loro strumenti adatti a motivare i pazienti.

Proporre almeno due formazioni sul **colloquio motivazionale** ai professionisti della salute per fornire loro strumenti adatti a motivare i pazienti.

Evoluzione e prospettive



Formazione CM per medici di famiglia
Obiettivo: ↑ coordinamento con Girasole SADC regionale



Formazione CM per i SADC
Obiettivo: ↑ coordinamento e supporto



Nuova formazione interprofessionale CM 2025-2026 ACD Mendrisiotto
Obiettivo: ↑ attività di PPS verso la popolazione regionale

SUPSI

Integrazione della formazione sul CM nel piano di studi CAS Cure Integrate, 2^a edizione SAS (Short Advanced Studies)

→ *Sostenere i pazienti nelle scelte e nei comportamenti di salute:*

Date: 18-19 dicembre 2025, 4 febbraio 2026

Destinatari: medici di famiglia, infermieri SADC, infermieri attivi in ambulatori specialistici

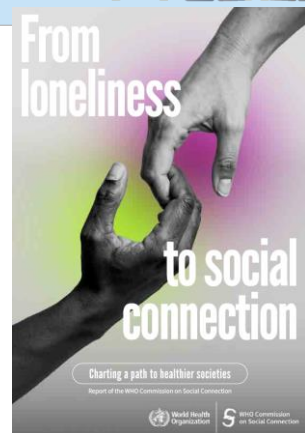
Iscrizione termine:

Prescrizione sociale ⇔ Girasole?

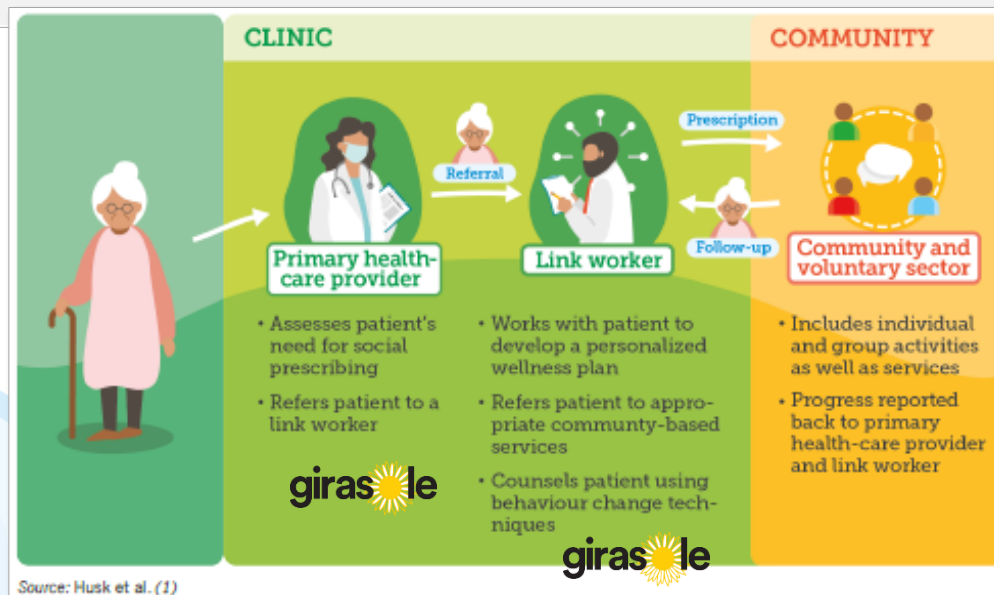
WHO 2022



A TOOLKIT ON HOW TO IMPLEMENT SOCIAL PRESCRIBING



WHO 2025



fmc FR Integrata Versorgung Symposium Was wir machen Wer wir sind

Artikel und Studien

Social Prescribing – wenn Ärzt:innen ihren Patient:innen gegen Einsamkeit soziale Aktivitäten verschreiben

Publiziert am 28.11.2024

Die Grundidee von Social Prescribing (zu Deutsch: soziale Verordnung) geht so: Patient:innen mit psychosozialen Belastungen werden in der medizinischen Grundversorgung identifiziert und anschließend zu passenden gemeindenahen Angeboten weitervermittelt. Dafür leitet eine medizinische Fachkraft, in der Regel eine Hausärztin, Patient:innen zu einem sogenannten Link Worker weiter. Die medizinische Fachkraft stellt dafür eine formale Verordnung aus oder stellt den Kontakt zu einer oder einem Link Worker direkt her.

Link Worker sind eine in Grossbritannien neu entstandene Berufsgruppe, die beratend arbeitet und als Sozialwesen angesiedelt sind. Link Worker finden im Gespräch mit den überwiesenen Patient:innen deren Interessen heraus und erstellen gemeinsam mit ihnen einen Massnahmenplan.

Im Kern enthält dieser die Vermittlung zu verschiedenen Angeboten, zum Beispiel gemeinsames Gärtnern, Beratungsangebot. In der Regel sind zum Beziehungsaufbau mehrere Termine nötig. So wird die Wahrscheinlichkeit erhöht, dass die Betroffenen ein Angebot auch tatsächlich besuchen.

Schweizer Forum für integrierte Versorgung
Forum suisse des soins intégrés
Forum svizzero delle cure integrate

fmc

Università della Svizzera italiana Italiano English Cerca persone Info Desk Futuri studenti Studenti Alumni Personale accademico Media Aziende

Università Formazione Ricerca Innovazione Notizie ed eventi Cerca

Home / Notizie ed eventi / Notizie / Medici e Prescrizione Sociale. Curare con sport, natura, cultura e volontariato

Medici e Prescrizione Sociale. Curare con sport, natura, cultura e volontariato

In collaborazione con

IBSA FOUNDATION per la salute italiana

Università della Svizzera italiana

LC

24 giugno 2025

Arts & Culture on prescription: una proposta per Lugano

Roberto Badaracco
Vicesindaco, Capo Dicastero
Cultura, sport, Eventi
Città di Lugano

Luigi Di Corato
Direttore, Divisione
cultura, Città di Lugano

Silvia Misiti
Direttrice, IBSA Foundation

Luca Gabutti
Direttore, Istituto medicina
di famiglia, USI

Zürich verschreibt Bewegung: Stadt testet «soziale Rezepte»

Tanzkurs, Gartenarbeit oder Schuldenberatung auf Rezept - der Zürcher Stadtrat hat ein entsprechendes Projekt bewilligt.

ab. 29. August 2024 um 07:32



Ärzte in Zürich können künftig einen Tanzkurs verschreiben. Bild: Symbolbild/Unsplash

Grazie dell'attenzione - domande?

Informazioni allo stand UMC

Servizio di promozione e valutazione sanitaria www.ti.ch/viviamobene

Prevenzione nell'ambito delle cure www.ti.ch/padc

Kurt Frei, responsabile progetti PADC, tel. 091 814 30 49, kurt.frei@ti.ch



AVENDO 
CURA DI NOI