



PROMOZIONE DELLA SALUTE NELLA PRATICA CLINICA DEL FISIOTERAPISTA: Manuale per un corso di formazione

A. Sanguedolce (Azienda USL Valle d'Aosta, asanguedolce@ausl.vda.it), Gb. Tedesco (Libero professionista, beppe.fkt@gmail.com)

Nell'ultimo rapporto del sistema di sorveglianza sull'attività fisica del Ministero della Salute, PASSI, emerge la scarsa attenzione degli operatori sanitari al problema dell'attività fisica e della sedentarietà, anche nei confronti di persone in eccesso ponderale o con patologie croniche. Fra le persone in sovrappeso questa quota di poco superiore raggiunge il 36%, mentre tra le persone con patologie croniche arriva al 41%.



PASSI: nel biennio 2020-2021 tra gli adulti residenti in Italia i

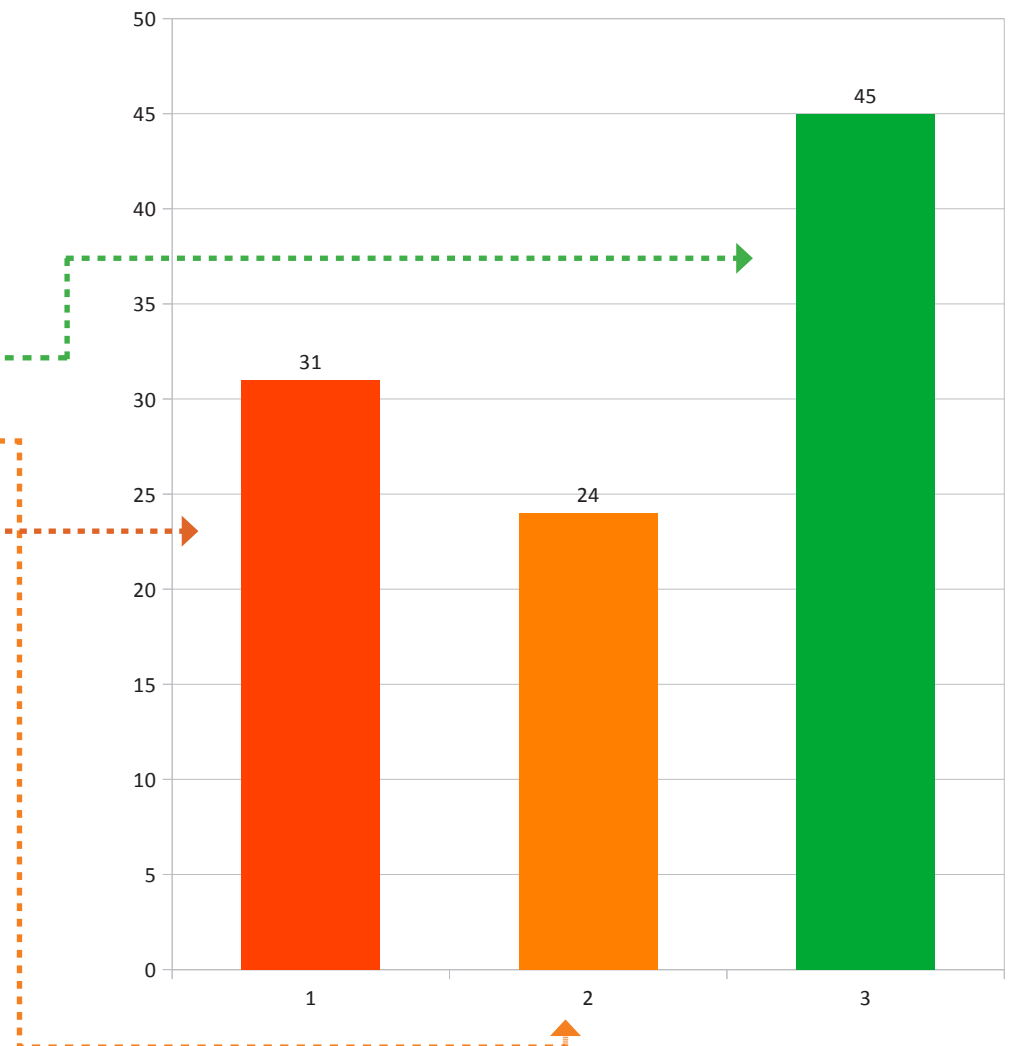
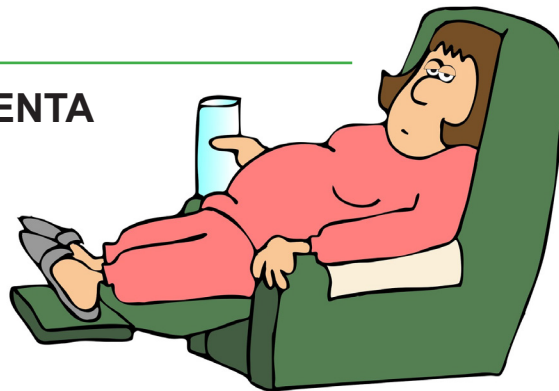
“**FISICAMENTE ATTIVI**” sono il **45%** della popolazione,

i “**PARZIALMENTE ATTIVI**” il **24%**

e i “**SEDENTARI**” il **31%** ⁽¹⁾

Meno del 30% degli intervistati riferiscono di **aver ricevuto il consiglio** da un professionista sanitario di fare regolare attività fisica

L'INATTIVITÀ FISICA RAPPRESENTA UNO DEI PIÙ IMPORTANTI FATTORI DI RISCHIO PER LE MALATTIE CRONICHE NON TRASMISSIBILI ⁽²⁾



In questi ambiti, la **promozione della salute** e l'**attività fisica** giocano un **ruolo fondamentale**, come descritto dalle recenti linee guida OMS sull'attività fisica e la sedentarietà del 2020 ⁽³⁾, ma anche dalle “Linee di indirizzo sull'attività fisica per le differenti fasce d'età e con riferimento a situazioni fisiologiche e fisiopatologiche e a sottogruppi specifici di popolazione”⁽⁴⁾ pubblicato nel marzo del 2019 dal Ministero della Salute, revisionato ed aggiornato nel 2021 ⁽¹⁰⁾, dal quale sono nati i successivi progetti di formazione dell'Istituto Superiore di Sanità e nelle quali si sottolinea l'importanza della formazione sanitaria in tale ambito.



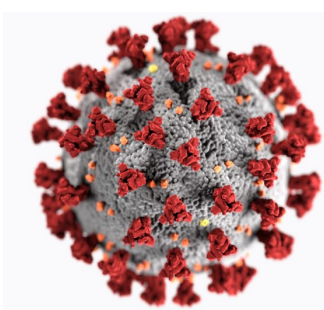
L'OMS nel Global action plan on physical activity 2018-2030 ⁽⁵⁾ raccomanda che

IN OGNI OCCASIONE, GLI OPERATORI SANITARI DEBBANO ESSERE PROMOTORI DELLA SALUTE, SPECIALMENTE DELL'ATTIVITÀ FISICA, come raccomandano il Piano Nazionale della Prevenzione 2022-2025 ⁽⁶⁾ ed il Piano della Cronicità del 2016 ⁽⁷⁾.

Questi piani hanno in comune la lotta ai non-communicable disease attraverso strategie di prevenzione a più livelli, compresa l'attività fisica

La letteratura sembra dimostrare l'importanza di avere un buono stato di salute per la prevenzione degli esiti più gravi da **Covid-19**.

L'aspetto più importante sembra essere proprio l'**attività fisica** in relazione alle raccomandazioni OMS ⁽⁹⁾



Nell'ambito sanitario è noto che le **malattie neurologiche e muscolo-scheletriche croniche predispongono a problemi cardiovascolari e metabolici e viceversa**.

Inoltre, i fattori di rischio per tutte le malattie croniche non trasmissibili (cardiovascolari, tumorali, neurodegenerative, metaboliche, ecc) sono presenti nei pazienti con problemi neuro-muscolo-scheletrici come comorbidità o comunque in tutti i pazienti con ridotta mobilità ⁽⁸⁾.

Investire nella formazione base e post base: promozione della salute e attività fisica, sia in ambito comunicativo che in ambito tecnico-scientifico

Bibliografia:

- 1) <https://www.epicentro.iss.it/passi-argento/>
- 2) <https://www.who.int/nmh/publications/ncd-profiles-2018/en/>
- 3) <https://www.who.int/publications-detail-redirect/9789240015128>
- 4) https://www.salute.gov.it/portale/documentazione/p6_2_2_1.jsp?id=2828&lingua=italiano
- 5) <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/272722/9789241514187-eng.pdf>
- 6) https://www.salute.gov.it/imgs/C_17_notizie_5029_0_file.pdf
- 7) https://www.salute.gov.it/portale/documentazione/p6_2_2_1.jsp?lingua=italiano&id=2584
- 8) <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27430167/>
- 9) <https://bjsm.bmj.com/content/56/12/653>
- 10) https://www.epicentro.iss.it/attivita_fisica/linee-indirizzo-2021