

Un progetto di partnership nazionale

Via – Best practice per la promozione della salute in età avanzata

Descrizione del progetto 2014–2016

Premessa

In Svizzera lo sviluppo demografico comporta un rapido invecchiamento della popolazione. L'allungamento delle aspettative di vita e il calo delle nascite mettono economia e società di fronte a grandi sfide. Entro il 2030 la percentuale degli ultrasessantacinquenni sarà quasi raddoppiata e si stima che conterà 2,1 milioni di persone. Nel 2060 un adulto su tre avrà superato la soglia dei 65 anni.

Tutto ciò è il risultato dei progressi compiuti nell'ultimo secolo in ambito alimentare, igienico, medico, occupazionale e ambientale. Per la fascia più anziana della popolazione l'allungamento dell'aspettativa di vita è una conquista solo se accompagnato da buona salute. Per queste persone l'importanza della promozione della salute cresce quindi di pari passo con l'evoluzione demografica. Stando ad alcuni studi, in Svizzera il desiderio di restare il più a lungo possibile autonomi e di vivere in casa propria è la massima priorità nella terza età. L'efficacia dei provvedimenti volti a salvaguardare la salute, l'autodeterminazione e la qualità di vita in età avanzata è altrettanto provata scientificamente.

Lo sviluppo demografico pone tuttavia la Svizzera di fronte a notevoli sfide economiche e sociali. Con l'avanzare dell'età, infatti, aumentano anche i costi della salute e la necessità di cure e assistenza. Invecchiare in buona salute, tuttavia, consente di risparmiare miliardi in ambito sanitario.

Vale la pena agire!

- **Prevenire le cadute:** le cadute hanno effetti disastrosi per le persone anziane. Con un allenamento mirato se ne può ridurre la frequenza del 30–50 %.
- **Contatti sociali:** la solitudine è una minaccia per la salute. Nella terza età godere di un buon appoggio sociale aumenta del 50 % le probabilità di sopravvivenza.
- **Costi:** evitando già un solo anno di soggiorno in casa di cura si possono risparmiare CHF 73 000.–, scongiurando una sola rottura di femore si risparmiano CHF 15 000.– di costi ospedalieri.

Via: un progetto di partenariato con una visione

Il progetto Via è stato lanciato dal Cantone di Berna e dalla città di Zurigo. Dal 2011 Promozione Salute Svizzera lo gestisce in collaborazione con i cantoni. La prima fase del progetto si è svolta tra il 2010 e il 2013 ed è stata poi sottoposta ad una valutazione conclusiva.

Con il progetto Via intendiamo

- promuovere la salute delle persone più anziane,
- rafforzare la loro autodeterminazione e autonomia e in questo modo
- preservare, e possibilmente migliorare, la loro qualità di vita.

Vogliamo permettere alle persone in età avanzata di rimanere il più a lungo possibile sani a casa e di poter vivere nel loro contesto familiare. Esse devono poter partecipare alla vita sociale, apportando un apprezzato contributo volontario alla comunità e, così, procrastinare o addirittura rendere superfluo il trasferimento in case di cura e contenere l'aumento dei costi per malattie, cure e infrastrutture.

Obiettivi 2014–2016

La valutazione della prima fase del progetto, svoltasi tra il 2010 e il 2013, ha messo in evidenza che la strada intrapresa è quella giusta: ciò ha gettato una buona base per la seconda fase del progetto, che si svolgerà tra il 2014 e il 2016.

Risultati della valutazione e valore aggiunto della prima fase del progetto 2010–2013

- **Cantoni e comuni:** in 180 comuni pilota di otto cantoni partner migliaia di persone in età avanzata che abitano ancora in casa propria hanno beneficiato di numerose offerte (manifestazioni, corsi, consulenza sanitaria ecc.) relative alla promozione del movimento, alla prevenzione delle cadute e alla creazione di una rete di contatti sociali. Sono inoltre state elaborate proposte specifiche per gruppi target difficili da raggiungere.
- **Rete di contatti specialistica:** esiste una rete di contatti specialistica nazionale. Nell'ambito di gruppi di lavoro i partner si scambiano idee e beneficiano delle esperienze e degli approcci validi realizzati in altri cantoni.
- **Aspetto scientifico:** è disponibile un quadro di riferimento scientifico per le tematiche chiave.
- **Coordinamento:** un centro di competenze assicura il coordinamento, mette a disposizione basi di attuazione e strumenti e offre consulenza e supporto in ambito specialistico.

La seconda fase del progetto (2014–2016) si propone fondamentalmente gli obiettivi esposti qui di seguito:

- Le prestazioni e gli strumenti di Via sostengono i cantoni partner e i rispettivi comuni nella promozione della salute in età avanzata.
- Cantoni e comuni hanno a propria disposizione componenti modulari e strumenti comprovati per le tematiche fondamentali e trasversali di Via (cfr. grafico più avanti).
- Entro la fine del 2016 tutti i dieci cantoni partner si troveranno nella fase di attuazione.
- Lo scambio di esperienze e conoscenze tra i partner del progetto viene rafforzato.
- I provvedimenti a livello di comunicazione vengono intensificati, orientati ai gruppi target e attuati.

Metodi

La metodologia del progetto Via è articolata su quattro livelli complementari.

- *Stile di vita:* ci impegniamo per uno stile di vita sano delle persone più anziane (prevenzione comportamentale).
- *Contesto:* puntiamo a creare un contesto di vita salutare per le persone più anziane (prevenzione strutturale).
- *Pubbliche relazioni:* sensibilizziamo la popolazione sul tema della promozione della salute in età avanzata e promuoviamo immagini positive dell'invecchiamento.
- *Rete di networking:* promuoviamo la messa in rete degli attori a livello di cantoni, comuni e organizzazioni.

Il progetto viene inteso come processo di apprendimento: le esperienze vengono valutate e condivise tramite la rete di contatti di Via.

Punti tematici centrali 2014–2016: qui di seguito sono illustrati i quattro punti tematici centrali (verticali) e i temi trasversali (orizzontali) rilevanti per tutte le tematiche della fase di progetto 2014–2016.

Moduli d'intervento

Tematiche trasversali	Promozione del movimento	Prevenzione delle cadute	Alimentazione	Partecipazione sociale
	Diversità e pari opportunità			
	Partecipazione delle persone più anziane			
	Partecipazione dei medici di famiglia			
	Consulenza, eventi, corsi			

Sistema modulare Via 2014–2016: www.promozionesalute.ch/via

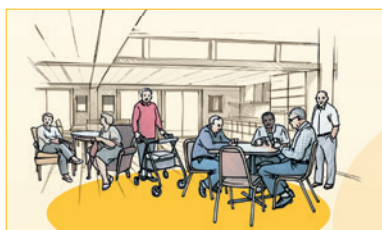
Misure 2014–2016

Nell'ambito di vari progetti parziali vengono messi a punto diversi strumenti e approcci per l'attuazione nei comuni (cfr. grafico più avanti). Qui di seguito alcuni esempi.

- *Promozione del movimento:* promozione delle reti di contatti di organizzazioni che operano nel campo della promozione della salute in età avanzata a livello comunale. Diffusione e ancoraggio di corsi di perfezionamento.
- *Prevenzione delle cadute:* ottimizzazione dell'offerta nel campo della prevenzione delle cadute in determinate regioni.

- *Alimentazione:* supporto dei partner di progetto nelle misure di comunicazione sul tema alimentazione nella terza età.
- *Partecipazione alla vita e alla rete sociale:* sviluppo di nuovi approcci per la prevenzione dell'isolamento in determinati comuni.
- *Partecipazione delle persone più anziane al progetto Via:* coinvolgimento delle persone più anziane nella creazione di offerte comunali.
- *Partecipazione dei medici di famiglia:* sensibilizzazione e informazione della promozione della salute in età avanzata. Miglioramento della collaborazione tra medici e altri attori nel rilevamento dei rischi per la salute nella terza età.

Ambiti d'intervento per invecchiare bene nel comune



Occasioni d'incontro



Assistenza medica



Servizi di supporto



Offerte informative



Promozione del movimento e prevenzione delle cadute



Infrastrutture

Gruppi target e vantaggi

Il progetto Via si rivolge a tutte le persone anziane che vivono ancora a casa loro, comprese le persone svantaggiate o difficili da raggiungere.

Gruppo target diretto del progetto sono tuttavia gli attori cantonali e comunali che si impegnano a favore della promozione della salute e della prevenzione per le persone più anziane. Questi vengono sostenuti nell'erogazione di prestazioni di elevato profilo qualitativo.

Tramite la rete di contatti di Via i risultati, gli approcci e gli strumenti ottenuti e perfezionati nell'ambito del progetto vengono messi a disposizione di tutte le organizzazioni e di tutti gli specialisti interessati. Nuovi progetti, approcci e prodotti sono ideati insieme nell'ambito della rete di Via per poi essere avviati e co-finanziati nei cantoni partner; in questo modo si evita di svolgere le stesse attività in parallelo e si utilizzano in modo ottimale gli scarsi mezzi finanziari disponibili.

Partnership di progetto, comitati e ruoli

Il progetto Via è nato nel 2009 da un'iniziativa del Cantone di Berna e della città di Zurigo. Promozione Salute Svizzera ne è promotrice dal 2011 e attualmente lo gestisce in collaborazione con dieci cantoni: Appenzello Esterno, Berna, Grigioni, Nidwaldo, San Gallo, Sciaffusa, Turgovia, Uri, Vaud e Zugo. I cantoni partner collaborano con Promozione Salute Svizzera all'elaborazione e al perfezionamento del progetto Via con contributi finanziari e concettuali ricevendo in contropartita prestazioni esclusive e la possibilità di effettuare scambi di conoscenze ed esperienze.

La direzione strategica del progetto è affidata al gruppo di gestione. Un comitato di esperti affianca e supporta l'attuazione, che è delegata ad un ufficio di coordinamento esterno diretto da Public Health Services. Questo ufficio offre sostegno strategico ai cantoni e alle organizzazioni coinvolti trasmettendo raccomandazioni e aiuti per l'attuazione di progetti. Monitorag-

gio e valutazione vengono messi a punto, seguiti e/o delegati a terzi da Promozione Salute Svizzera in modo indipendente dall'ufficio di coordinamento.

La partnership di progetto allargata comprende un'ampia rete specialistica composta da oltre 700 specialisti e rappresentanti di circa 200 organizzazioni nazionali, regionali e cantonali che sostengono e affiancano l'attuazione. Sussistono inoltre strette collaborazioni con organizzazioni specialistiche come Pro Senectute e upi – Ufficio prevenzione infortuni.

Durata del progetto

Progetto preliminare: 2009

Fase di progetto I: 2010–2013

Fase di progetto II: 2014–2016

È previsto il trasferimento in un programma a partire dal 2017.

Budget 2014–2016

Budget complessivo: CHF 2,1 mio.

Contributo Promozione Salute Svizzera: CHF 1,8 mio.

Contributi cantoni partner CHF 0,3 mio.

Contatti

– *Responsabile generale:*

Ralph Steinmann, Senior Manager
ralph.steinmann@promotionsante.ch
Tel. 031 350 04 07

– *Sostituto responsabile generale:*

Jvo Schneider, co-responsabile Peso corporeo sano
jvo.schneider@promotionsante.ch
Tel. 031 350 04 33

– *Responsabile dell'ufficio di coordinamento*

e responsabile operativo:

Andreas Biedermann
via@promotionsante.ch
Tel. 031 331 21 22

Promozione Salute Svizzera – Visitate il nostro sito internet www.promozionesalute.ch/via.