PROGETTO

Diamo peso al Benessere: percorso di empowerment per la gestione del sovrappeso/obesità

Regione Friuli Venezia Giulia

Progetto avviato nell'anno 2002

Abstract

Introduzione

Gli approcci tradizionali al problema dell'obesità, come campagne informative, interventi educativi, diete o terapie medico-chirurgiche, producono raramente un effetto positivo e duraturo, specialmente in persone veramente obese (BMI>35). La prima idea progettuale nasce nell'anno 2001 all'interno delle attività che l'Azienda per i Servizi Sanitari n 4 "Medio Friuli" stava realizzando per gli utenti dell'Ambulatorio per i Disturbi del Comportamento Alimentare.

L'Ambulatorio aveva come compito principale quello di occuparsi dell'anoressia, ma gli operatori si erano resi conto che un numero sempre maggiore di persone in grave soprappeso, dopo aver tentato senza esito terapie, diete ed in alcuni casi anche interventi chirurgici, approdavano a quel servizio come all'"ultima spiaggia". La terapia di gruppo basata sull'empowerment può contribuire molto alla soluzione del problema, perché l'empowerment personale aumenta le capacità individuali di fare scelte sane, identificando e ottimizzando le risorse personali. Questa metodologia, quando applicata a piccoli gruppi di persone obese, si rivela molto efficace, particolarmente se basata su un approccio interdisciplinare e intersettorale che crea alleanze tra servizi socio-sanitari, enti locali, associazioni e comunità.

Obiettivi.

- Migliorare la qualità della vita delle persone in sovrappeso e obese
- Ridurre il peso e mantenerlo nel tempo degli utenti afferenti al percorso di empowerment
- ridurre a lungo termine le spese sanitarie prevenendo complicanze e ulteriori ricoveri dovuti all'obesità severa e prevenendo ricoveri fuori regione
- creare una rete di supporto tra i servizi sociosanitari, associazioni ed enti per azioni di comunità.

Metodologia

Dopo un colloquio iniziale gli utenti vengono inseriti in un gruppo terapeutico (circa 15 persone), condotto da una psicoterapeuta, che inizia un percorso di empowerment , incontri di 2 ore alla settimana per un anno. Alla fine del primo anno l'utente entra a far parte dei gruppi di mantenimento dell'Associazione Diamo peso al benessere. Nel percorso l'utente viene coinvolto in numerose attività, sia motorie - in particolare armonizzazione percettiva, che eventi di comunità mirati a sviluppare e rafforzare la stima di se stessi, nuove speranzosità, pensabilità etc.

Accordi trasversali tra servizi sanitari per gestire le co-morbilità degli utenti. accordi con la facoltà di scienze motorie per attività fisica adatta a queste persone

Valutazione/risultati:tramite questionari entrata e uscite viene misurata la qualità della vita; il BMI viene misurato all'inizio, 6 mesi, 12 mesi e poi almeno ogni 12 mesi.

A giugno 2009, 23 gruppi avevano finito il percorso per un totale di 372 persone. In aggregato (per tutti i gruppi) alla fine del percorso terapeutico c'è stata una diminuzione del BMI di 3.8; con un range tra i gruppi di 1.6 (gr.9) a 7.7 (gr. 5 e 14) . il peso perso si mantiene negli anni per la maggior parte dei partecipanti. La qualità della vita è migliorata in tutti i gruppi.

Un risultato molto significativo ma non previsto è stata la fondazione dell'Associazione Diamo Peso al Benessere che, oltre a supportare il percorso di empowerment degli utenti e soci, svolge anche

un'intensa attività di Social marketing e lobbying a livello politico/amministrativo.
il progetto-percorso continua espandendosi anche ai territori delle altre Aziende sanitarie del FVG (ASS3 e ASS5)

Tema di salute prevalente : ALIMENTAZIONE

Temi secondari :

Setting :

Destinatari finali : Adulti
Patologie specifiche

Mandati : Piano Regionale di Prevenzione (PRP)

Finanziamenti : Attività corrente istituzionale

Responsabili e gruppo di lavoro

CACITTI ANITA (responsabile)
Sociologa
ASS 4 "Medio Friuli"
Dipartimento di Salute Mentale
e-mail : e-mail: dsm@ass4.sanita.fvg.it
Tel. : 0432-806505

Enti promotori e/o partner

Categoria ente : Associazione
Associazione Diamo Peso al Benessere onlus
Come promotore; In fase progettuale; In fase di realizzazione; In fase di valutazione;

Categoria ente : Azienda Sanitaria
Istituto di Medicina e Riabilitazione Fisica (IMFR - Gervasutta) Udine
ASS4 Pneuomologia sociale
In fase progettuale; In fase di realizzazione; In fase di valutazione;

Categoria ente : Azienda Sanitaria
servizio Disturbi del Comportamento Alimentare - Dip. Salute Mentale, ASS4 Medio Friuli
Come promotore; In fase progettuale; In fase di realizzazione; In fase di valutazione;

Categoria ente : Università
Facoltà Scienze Motorie -Università degli studi di Udine
In fase progettuale; In fase di realizzazione; In fase di valutazione;

Categoria ente : Altro ente
vari Sponsor locali a seconda dell'attività programmate
In fase di realizzazione;

Documentazione del progetto

1. sito web dell'associazione Diamo peso al benessere
2. Altro - valutazione del progetto dopo 5 anni
3. Altro - allegato 1 alla relazione di avanzamento armonizzazione percettiva

4. Altro - allegato 2 relazione di avanzamento caratteristiche dei partecipanti
5. Altro - allegato3 relazione di avanzamento grafici QOL
6. Altro - allegato4 relazione stato di avanzamento attività associazione
7. Altro - allegato5 relazione stato di avanzamento teorie empowerment
8. Materiale di comunicazione e informazione - articolo bassa friulana

OBIETTIVI