



**A.S.L. AT**

Azienda Sanitaria Locale  
di Asti

**STRUTTURA: DIREZIONE INTEGRATA DELLA PREVENZIONE**

**DETERMINAZIONE N° 1 DEL 24 OTT 2012**

**OGGETTO:**

**"Approvazione del progetto denominato: "Gruppi di cammino" e contestuale costituzione del gruppo di lavoro interdisciplinare denominato: "Attività fisica".**

**Annotazioni**

- ALLEGATI: N. 1
- Copia del presente atto viene inviato alle seguenti Strutture:  
Dipartimento di Prevenzione, S.O.C. SISP, S.O.C. SIAN, S.O.C. Servizio Veterinario – Area A,  
S.O.C. Cure Domiciliari e Residenzialità – Ass. Inf. Nord, S.O.C. Cure Domiciliari e  
Residenzialità – Ass. Inf. Sud, Macro-Area Territorio – Servizio, S.O.S. Affari Generali – SPP

Ufficio Proponente  
S.O.S. Educazione e Promozione alla Salute

Il Responsabile  
Dr.ssa Tiziana Miroglio

- Si attesta che la spesa rientra nel budget attribuito a

Il Dirigente Responsabile

Asti, lì \_\_\_\_\_

- Si attesta che la spesa rientra nel budget

Al sottoscritto quale ordinatore di spesa  
(specificare la struttura)

Il Dirigente Responsabile titolare del budget

Asti, lì \_\_\_\_\_

**VISTO DEL DIRIGENTE SOC ECONOMICO FINANZIARIO**

VISTO: si esprime parere favorevole – Asti, li \_\_\_\_\_

Il Dirigente Responsabile \_\_\_\_\_

VISTO: si esprime parere contrario per le motivazioni allegate – Asti li \_\_\_\_\_

Il Dirigente Responsabile \_\_\_\_\_

## IL DIRIGENTE RESPONSABILE

**VISTO** il D.Lgs 165/01 e s.m.i.;

**VISTI** l'Atto Aziendale ed il piano di organizzazione vigenti, che disciplinano l'assunzione da parte dei Dirigenti degli atti amministrativi nella forma della determinazione;

**PRESA VISIONE** della proposta del responsabile del procedimento, dott.ssa Tiziana Miroglio;

**VISTO** il Piano Locale della Prevenzione 2012 dell'ASL AT inviato in Regione con Nota Prot. n. 23371 del 04/06/2012;

**Dato atto** del progetto denominato: "Gruppi di cammino" Allegato 1 parte integrante e sostanziale della presente determinazione;

**Dato atto che** il Piano Locale della Prevenzione 2012 prevede la realizzazione delle seguenti attività:

- a) Costituzione di un gruppo di lavoro interdisciplinare denominato "Attività fisica"
- b) Corsi di formazione rivolti ad operatori ASL finalizzati a:
  - i) Preparare conduttori di gruppi di cammino
  - ii) Incentivare la partecipazione ai gruppi di cammino previsti dal progetto "Corri ... al lavoro" già inserito nel Piano Locale di Prevenzione 2010
- c) Attivazione di collaborazioni con le Amministrazioni Comunali, in particolare con i tecnici comunali per l'individuazione di percorsi adatti all'attività motoria di gruppo
- d) Attivazione di gruppi di cammino;

**Preso che** il Tecnico della Prevenzione Giorgio Gallo ha conseguito l'abilitazione per istruttori di Fitwalking il 16/05/2006 e la specializzazione con Master "Fitwalking, la salute camminando" il 19/11/2011;

**Preso atto che** la dott.sse Renza Berruti (S.O.C. SIAN) e Tiziana Miroglio (S.O.S. Educazione e Promozione alla Salute) hanno partecipato al corso di formazione "Il walking leader: corso di formazione per conduttori di gruppi di cammino" organizzato dall'ASL di Biella e tenutosi a Cossato nei giorni 19, 20 e 21 marzo 2012 risultando idonee alla conduzione;

**Dato atto che** in data 17- 18 settembre 2012 si è tenuto il corso di formazione "I gruppi di cammino: dalla teoria alla pratica" organizzato e condotto dalle dott.sse Renza Berruti (S.O.C. SIAN) e Tiziana Miroglio (S.O.S. Educazione e Promozione alla Salute) rivolto ai dipendenti dell'ASL AT;

**Dato atto che** dei partecipanti risultati idonei alla conduzione di gruppi di cammino alcuni hanno manifestato disponibilità a svolgere l'attività in ambito aziendale;

**Verificata** la regolarità giuridico amministrativa;

**Verificata** la regolarità giuridico amministrativa e la completezza dell'istruttoria;

## DETERMINA

- **Di approvare** il progetto denominato: "Gruppi di cammino" Allegato 1 parte integrante e sostanziale della presente determinazione;
- **Di costituire** il gruppo di lavoro interdisciplinare denominato "Attività fisica" che opererà in coerenza con quanto definito nel citato progetto "Gruppi di cammino" e composto da:
  - Cerrato Giovanni (Dipartimento di Prevenzione)
  - Bigliani Lorenzo (S.O.C. SISP)
  - Livera Alessandra (S.O.C. SISP)
  - Piana Mauro (S.O.C. SISP)
  - Aliardi Giuseppe (S.O.C. SIAN)
  - Barbazita M. Rosaria (S.O.C. SIAN)
  - Berruti Renza (S.O.C. SIAN)
  - Lorenzi Fiorenzo (S.O.C. SIAN)
  - Pescarmona Alfonso (S.O.C. Servizio Veterinario Area A)
  - Miroglio Tiziana (S.O.S. Educazione e Promozione alla Salute)
  - Cerrato Patrizia (S.O.C. Cure Domiciliari e Residenzialità - Ass. Inf. Nord)
  - Chiaranda Clara (Macro-Area Territorio - Servizio)
  - Di Leo Silvia (S.O.C. Cure Domiciliari e Residenzialità - Ass. Inf. Nord)
  - Grasso Paola (S.O.C. Cure Domiciliari e Residenzialità - Ass. Inf. Sud)
  - Gallo Giorgio (S.O.S. Affari Generali - SPP)
- **Di stabilire** che le attività connesse con l'organizzazione e la conduzione dei gruppi di cammino saranno da considerarsi come orario di servizio e svolte previo consenso dei Responsabili di Servizio e secondo modalità concordate;
- **Di affidare** a Paola Vaccalluzzo (S.O.S. Educazione e Promozione alla Salute) le attività connesse alla segreteria organizzativa (raccolta adesioni, elaborazione dati, ecc...) e che tale attività sarà svolta in orario di servizio;
- **Di dare atto** che tale provvedimento non comporta oneri di spesa a carico dell'Azienda.

Il Direttore  
Direzione Integrata della Prevenzione  
Dott.ssa Daniela Rivetti

DR/TM/pv



Via Conte Verde, 125 - 14100 ASTI  
Casella Postale 130  
tel. +39 0141.481111  
Fax. +39 0141.484095  
e-mail: [protocollo@pec.asl.at.it](mailto:protocollo@pec.asl.at.it)  
P.I. / Cod. Fisc. 01120620057

## Progetto GRUPPI DI CAMMINO

### Responsabili

Dott.ssa Renza Berruti S.O.C. SIAN

Dott.ssa Tiziana Miroglio S.O.S. Educazione e Promozione alla salute

### Problema di salute

Dallo studio HBSC – 2008 rivolto agli adolescenti nella fascia 11 – 15 anni l'Italia risulta essere al 32° posto (su 43 Paesi) per attività fisica svolta (16% maschi e 7% femmine svolgono attività fisica quotidianamente; mentre nella nostra ASL la svolgono mediamente il 12% degli adolescenti).

Riguardo alla sedentarietà, l'Italia risulta essere al 17° posto (mediamente il 67% degli adolescenti trascorre 2 o più ore davanti a tv, computer ecc., mentre nella nostra ASL sono sedentari il 50% dei maschi e il 36% delle femmine).

Dallo studio PASSI – 2008 relativo alla ASL AT solamente il 20% dei soggetti adulti (18 – 65 aa.) può essere definito fisicamente attivo e solo il 30% degli intervistati ha ricevuto indicazioni a svolgere attività fisica dal proprio medico curante.

### Analisi del contesto

Nell'ASL AT la promozione dell'attività fisica è stata prevalentemente rivolta alla fascia di popolazione in età scolare attraverso progetti strutturati ("La salute in movimento" 2005-2006; "Cammino...leggero" 2011-2012) o inserita in iniziative di educazione alimentare.

Nel 2009 il progetto "Corri...al lavoro" è stato invece destinato ai dipendenti dell'ASL AT della sede ex Don Bosco di Asti con l'obiettivo di aumentare il numero di persone in grado di comporre un pasto nutrizionalmente corretto e di incrementare l'attività motoria (almeno l'uso delle scale)

### Destinatari

Dipendenti ASL AT e popolazione in genere

### Obiettivo generale

Le indicazioni dell'OMS "Global recommendations on Physical activity for Health" (anno 2010) prevedono per gli adulti almeno 150 minuti alla settimana di attività moderata, o 75 di attività vigorosa (o combinazioni equivalenti delle due), in sessioni di almeno 10 minuti per volta, con esercizi di rafforzamento dei maggiori gruppi muscolari almeno 2 volte alla settimana.

L'attivazione di gruppi di cammino può essere una valida risposta alla necessità di predisporre un'attività organizzata con l'obiettivo generale di incrementare l'attività fisica nella popolazione adulta e in alcune tipologie di pazienti: il cammino veloce è infatti un'attività motoria adatta a tutte le età, non traumatica, di moderata e comunque ben modulabile intensità, praticabile anche da persone affette da alcune patologie esercizio-sensibili (diabete, cardiopatie, malattie degenerative etc.)

### Prove di efficacia ed esempi di buona pratica

- "Alimentazione e attività motoria – Prove di efficacia e buone pratiche" prodotto dal Gruppo di lavoro regionale n. 6 nell'ambito del Laboratorio DoRS "Promozione della Salute nei luoghi di lavoro";
- Progetto "Movimenti bancari o bancari in movimento?", dell'ex-ASL 17 per l'incremento dell'esercizio fisico tra i lavoratori del comparto bancario promuovendo l'introduzione del fitwalking durante la pausa pranzo;
- Programma di educazione motoria per la popolazione anziana a Rovereto - <http://www.trentinosalute.net>
- Progetti dell'ULSS di Verona: ([http://prevenzione.ulss20.verona.it/att\\_motoria.html](http://prevenzione.ulss20.verona.it/att_motoria.html)); <http://prevenzione.ulss20.verona.it/cammino.html>)

## Metodologia

- Corso di formazione per dipendenti con la successiva individuazione di conduttori di gruppi
- Costituzione di un Gruppo interdisciplinare "Attività fisica"
- Organizzazione dei gruppi di cammino con la presenza di due conduttori per gruppo

## Attività

Descrizione delle attività	Chi fa	Che cosa	Impegno previsto	Tempi
Incontri Gruppo "Attività fisica"	Tutti i conduttori	<ul style="list-style-type: none"><li>- Predisposizione percorsi e materiali</li><li>- verifiche andamento progetto</li></ul>	Due ore ogni tre/quattro mesi	Da ottobre 2012
Individuazione portatori di interesse	Tutti i conduttori	<ul style="list-style-type: none"><li>- raccolta informazioni su modalità coinvolgimento utenza</li><li>- richiesta collaborazione con alleati esterni</li></ul>	Da quantificare	Da ottobre 2012
Attivazione segreteria per utenti	Un operatore S.O.S. Educazione salute	<ul style="list-style-type: none"><li>- raccolta adesioni telefoniche</li><li>- statistiche</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Quattro ore/sett. con possibile incremento in base alle richieste utenza</li><li>- 7 ore/anno</li></ul>	Da novembre 2012
Conduzione gruppi	Tutti i conduttori	Attività pratica	Due ore/sett.	Da novembre 2012

## Alleanze

MMG  
Amministrazioni comunali \*  
Circoli ricreativi  
Circoli Aziendali  
Pro Loco  
UTEA  
Associazioni di categoria  
Patronati  
Consorzi socioassistenziali  
Associazioni di volontariato  
Parrocchie

\*Presso i Servizi Sociali del Comune di Asti è presente l'Unità operativa Anziani che gestisce iniziative varie nei confronti di questa fascia di età ed è disponibile a diffondere l'iniziativa attraverso i canali dei Centri sociali per anziani gestiti dal Comune stesso.

## Piano per la valutazione di processo

N° sedute effettuate/N° sedute previste (Gruppo "Attività fisica") standard 100%  
N° gruppi di cammino effettuati/N° programmati standard 75%

Piano per la valutazione di risultato

N°gruppi autonomizzati/N° gruppi costituiti      standard 50%

Diffusione

Diffusione attraverso mass-media locali e strumenti di comunicazione delle organizzazioni (es: quotidiani e tv locali, newsletter aziendali, comunali...)

Pubblicazione articoli relativi al progetto su testate giornalistiche locali/notiziario aziendale

Operatori coinvolti

S.O.C. SISP

Bigliani Lorenzo  
Cerrato Giovanni  
Livera Alessandra  
Piana Mauro

S.O.C. SIAN

Aliardi Giuseppe  
Barbazita M. Rosaria  
Berruti Renza  
Lorenzi Fiorenzo

S.O.S. Educazione e promozione alla salute

Miroglio Tiziana

Distretti

Cerrato Patrizia  
Chiaranda Clara  
Di Leo Silvia  
Grasso Paola

S.O.C. Veterinari Area A

Pescarmona Alfonso

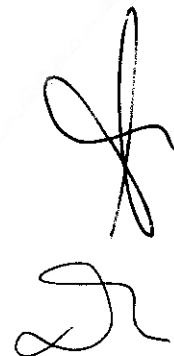
Servizio Prevenzione e Protezione SPP

Gallo Giorgio

Segreteria organizzativa: Paola Vaccalluzzo, S.O.S. Educazione e promozione alla salute

Spese previste

Materiali e beni di consumo



Regione Piemonte  
A.S.L. AT  
ASTI

Determinazione n° 1 del 24 OTT. 2012 adottata dalla Direzione Integrata della  
Prevenzione (ai sensi del vigente atto aziendale e relativo piano di organizzazione)

**CERTIFICATO DI PUBBLICAZIONE**

La presente determinazione viene pubblicata all'Albo Pretorio on-line dell'Azienda Sanitaria Locale ASL AT di  
Asti per 15 giorni consecutivi a decorrere dal 24 OTT. 2012

Asti, li 24 OTT. 2012

Il Funzionario incaricato  
(Dr.ssa Cristina Chialvi)

- 
- ESECUTIVA DAL \_\_\_\_\_
- 

Trasmessa:

- Al Presidente del Collegio Sindacale in data:
- Alla Giunta Regionale in data:
- Richiesta chiarimenti in data:
- Ricevuti chiarimenti in data