



Diario della Salute. Percorsi di promozione del benessere tra i pre-adolescenti – Evoluzione digitale

INTRODUZIONE

“Diario della Salute. Percorsi di promozione del benessere tra i pre-adolescenti” è un programma di promozione della salute rivolto ai ragazzi del II anno della Scuola secondaria di I grado e ai loro insegnanti e genitori, che affronta i temi legati ai principali cambiamenti che intervengono in età puberale. Il programma è stato pensato per promuovere il benessere e ridurre l’insorgere di comportamenti a rischio dei pre-adolescenti, stimolando il confronto e il dialogo aperto tra ragazzi e adulti di riferimento e aumentando conoscenze, abilità e competenze di tutti i destinatari, in particolare: le life skills dei ragazzi; le capacità di comunicazione e di relazione dei genitori con i figli preadolescenti; la capacità degli insegnanti di adottare metodi didattici efficaci nell’ambito della promozione della salute.

Nel panorama italiano, Diario di Salute (DdS) è uno dei rari progetti dedicati alla pre-adolescenza, una fase strategica per gli interventi di prevenzione e di promozione della salute, sia perché i comportamenti a rischio più diffusi (fumo, consumo di alcolici...) nella maggior parte dei casi hanno inizio durante l’adolescenza (Bonino e Cattelino, 2007; Nardone et al. 2020), sia perché è un periodo caratterizzato da rilevanti cambiamenti fisici e psicologici che richiede l’acquisizione di competenze sociali, cognitive ed emotive per affrontare in modo adeguato importanti compiti di sviluppo (Sancassiani et al., 2015; Palmonari, 2011; Arnett, 2004). Inoltre, mentre la maggior parte degli interventi di prevenzione si focalizza sui singoli comportamenti a rischio, il programma è fedele alle raccomandazioni delle evidenze scientifiche che indicano come più efficace lavorare “simultaneamente su una molteplicità di fattori di rischio e di protezione che possono svolgere il ruolo di precursori o mediatori dei comportamenti problematici che hanno l’obiettivo di aumentare la capacità di resilienza degli adolescenti, di promuovere relazioni familiari positive, di potenziarne le capacità sociali e emotive e di migliorarne l’esperienza scolastica” (Beccaria et al., 2018: 224).

Il programma si basa dunque sul presupposto che la promozione della salute psicofisica non si persegue solo fornendo informazioni sui rischi, ma anche e soprattutto favorendo l’acquisizione di competenze socio-emotive e relazionali imprescindibili per il benessere psicologico e sociale. Il modello di promozione della salute adottato, raccomandato dall’Organizzazione Mondiale della Sanità (WHO, 1994), è quello basato sullo sviluppo delle *Life Skill*, letteralmente “competenze di vita”, che sono le capacità di adattamento e di comportamento positivo utili ad affrontare in maniera



efficace i diversi problemi quotidiani che possono presentarsi sul piano personale, relazionale e sociale. Si tratta di competenze cognitive, emotive e sociali che consentono di fare fronte alle richieste dell'ambiente esterno e che non sono predisposizioni innate, ma possono essere rafforzate da esperienze e interventi mirati a promuoverne un efficace utilizzo. Un altro presupposto metodologico fondante del progetto e basato sulle evidenze (Poland, Krupa, McCall, 2009) è il coinvolgimento integrato di tutti i principali adulti di riferimento (in particolare genitori e insegnanti) e la collaborazione della rete territoriale attiva in particolare tra operatori sanitari e insegnanti.

Diario di Salute costituisce un'esperienza innovativa a livello nazionale anche perché è uno dei pochi programmi che è stato manualizzato e valutato. **Due studi di valutazione dell'efficacia** di Diario della Salute sono stati coordinati rispettivamente dall'Università del Piemonte Orientale "Amedeo Avogadro" (Dipartimento di Medicina Traslazionale) e dall'Università degli Studi di Torino (Dipartimento di Psicologia). I risultati del primo studio¹ (non-randomizzato a cluster e condotto su 2.630 studenti) hanno messo in evidenza che questo programma (Allara et al. 2018):

- è ritenuto dagli insegnanti sostenibile e adatto al contesto scolastico;
- aumenta nei pre-adolescenti la consapevolezza del proprio stato di benessere;
- non presenta effetti indesiderati (aspetto cruciale e non scontato dei programmi di prevenzione);
- utilizza materiali adatti alla popolazione target in termini di linguaggio e stile comunicativo e dal punto di vista metodologico e operativo.

La seconda valutazione, uno studio sperimentale condotto per la II Edizione di DdS (relativamente all'A.S. 2015-16) in due regioni italiane (Piemonte e Veneto), ha coinvolto complessivamente 2.078 giovani e ha evidenziato che, a seguito dell'intervento, gli studenti:

- sono più capaci di riconoscere aspetti positivi e negativi di sé;
- hanno acquisito una maggiore capacità non solo di riconoscere le proprie emozioni e i propri vissuti, ma anche maggiori capacità interpersonali ed empatiche nel relazionarsi con gli altri;
- soprattutto le ragazze, hanno acquisito un maggiore senso di autoefficacia, così come sono cresciute le capacità empatiche e metacognitive (Rabaglietti et al. 2021)².

¹ Il report di valutazione completo è disponibile sul sito web del CCM (www.ccm-network.it/pagina.jsp?id=node/1820) e sul blog Diario della Salute nella sezione documenti (www.diariodellasalute.it/?page_id=112).

² Questi sono i principali risultati statisticamente significativi. Per leggere gli altri risultati e i limiti dello studio consultare il Report Studio di Valutazione 2017 disponibile sul sito www.diariodellasalute.it nella sezione Documenti.



Gli studi hanno anche evidenziato un'apparente riduzione del benessere soggettivo nei soggetti sottoposti all'intervento, che ragionevolmente riflette un aumento delle competenze emotive (in primis la consapevolezza), che sono positivamente associate allo stato di benessere nel corso di vita (Allara et al. 2018; Rabaglietti et al, 2021).

Nel 2019, superando una rigorosa valutazione del comitato scientifico, il programma è stato inserito nel Registro dei programmi basati su evidenze dell'Osservatorio Europeo sulle Droghe (EMCDDA) (<https://www.emcdda.europa.eu/best-practice/xchange>).

BREVE STORIA DEL PROGETTO

La **prima edizione** del programma Diario della Salute è stata implementata nell'anno scolastico A.S. 2012-2013 in cinque regioni italiane grazie alla scelta della Regione Piemonte di presentare il progetto al bando del Programma CCM (Centro Nazionale per la Prevenzione e il Controllo delle Malattie) del Ministero della Salute (www.ccm-network.it/progetto.jsp?id=node/1470&idP=740). Il coordinamento è stato affidato con Delibera della Regione Piemonte alla Struttura Semplice Dipartimentale Epidemiologia del Dipartimento di Prevenzione dell'ASL CN2 nella persona della dott.ssa Laura Marinaro (soggetto proponente). Il programma ha formato complessivamente 125 operatori socio-sanitari e 191 insegnanti e coinvolto 1.763 studenti e 418 genitori.

Sulla base della valutazione della prima edizione sono stati apportati al programma alcuni correttivi atti a focalizzare le attività più sulle life-skill trasversali (capacità comunicative, sociali ed emotive legate alla qualità delle relazioni tra pari e con gli adulti e alla salute mentale) che sui singoli comportamenti a rischio. Si è anche deciso di formare direttamente gli insegnanti (evitando la formazione a cascata attraverso gli operatori socio-sanitari in modo da standardizzare la formazione degli insegnanti e supplire all'attuale carenza di risorse delle ASL) e di fornire loro accompagnamento e supervisione.

Nell'anno scolastico 2015-2016 è stata così realizzata una **seconda edizione** aggiornata nelle regioni Piemonte e Veneto, grazie al contributo di Fondazione CRT, della Regione Piemonte e della Regione del Veneto. In Piemonte hanno aderito al progetto, coordinato dall'ASL CN2, le ASL Città di Torino, VC, AL, e CN1.

Complessivamente nella seconda edizione sono stati formati altri 28 operatori socio-sanitari e 75 insegnanti di scuola secondaria di I grado e coinvolti 1.030 studenti e 315 genitori.

Tra il 2018 e il 2020, con il contributo della CRT, è stato possibile riprodurre ancora una volta il programma "Diario della Salute. Percorsi di promozione del benessere tra i pre-adolescenti". La



terza edizione è stata estesa a nuove scuole dei territori delle ASL della Regione Piemonte (ASLCN2, ASL Città di Torino, ASL TO4, ASL VC, ASL AL). Complessivamente negli anni scolastici 2018-19 e 2019-20 sono state realizzate 8 edizioni del corso di formazione e sono stati formati 106 insegnanti. L'intervento è stato attuato in 30 istituti, coinvolgendo circa 1.882 studenti.

Il programma Diario della Salute è stato inserito tra gli interventi previsti dal Piano Regionale della Prevenzione 2014-2018 (DGR n.25-1513 del 3.6.2015), prorogato al 2019 (DGR n.27-7048 del 14.6.2018) e 2020, prevedendo iniziative formative rivolte agli operatori referenti della promozione della salute e a cascata agli insegnanti delle scuole partecipanti, interventi nelle classi a cura degli insegnanti formati e incontri con i genitori. Nel 2019 la Regione Piemonte ha coperto i costi di duplicazione del Kit didattico per consentire l'attuazione del programma in tutti i territori di competenza delle ASL. **Nel 2020 il programma DdS è inserito nella programmazione delle attività per le scuole** (Programma 1 - Guadagnare Salute Piemonte: Scuole che promuovono la salute) approvato con DD n. 632/A1400A/2020 del 23.6.2020. Anche in Liguria e in Veneto il programma continua ad essere realizzato in maniera capillare e continuativa.

Nel 2020, il lock-down conseguente alla pandemia da Covid 19, ha evidentemente rallentato le attività del progetto; tuttavia diversi insegnanti, riconoscendo in Diario della salute un valido supporto per il benessere degli alunni, e non avendo a disposizione altri strumenti relazionali, si sono cimentati nel realizzare con le classi alcune unità a distanza: da questa esperienza deriva la richiesta da parte degli insegnanti di sviluppare ulteriormente il programma Diario della Salute in una versione digitale e interattiva.

DESCRIZIONE DEL PROGRAMMA- VERSIONE ATTUALE

La versione più aggiornata del Programma "Diario della Salute. Percorsi di promozione del benessere tra i pre-adolescenti" comprende

❖ 3 percorsi:

- **cinque unità didattiche ludico-educative di 2-3 ore ciascuna**, basate su metodi partecipati e centrate sullo sviluppo e potenziamento delle competenze socio-emotive (o *life-skill*) dei pre-adolescenti. Le attività, da realizzare in classe, sono pensate per stimolare gli studenti a riconoscere le emozioni, i cambiamenti e i bisogni tipici di questa fase della vita e a riflettere sui potenziali rischi connessi alla preadolescenza;
- **un percorso formativo e di supervisione per insegnanti**, finalizzato a informare e sensibilizzare sui temi relativi al benessere in pre-adolescenza, fornire conoscenze e gli



strumenti per una corretta e fedele implementazione del programma in classe, illustrare i materiali del programma e il loro utilizzo. Il corso è realizzato con metodologia didattica attiva che prevede il coinvolgimento degli insegnanti e la sperimentazione in prima persona delle attività didattiche, ed è seguito da azioni specifiche di accompagnamento e supervisione;

- un **percorso informativo - formativo per genitori** di studenti che frequentano il secondo anno della scuola secondaria di I grado, che comprende 2 incontri, condotti da operatori socio-sanitari sulla comunicazione e la relazione con un figlio pre-adolescente. I genitori sono stimolati, attraverso attività di gruppo interattive e partecipate, a riflettere e discutere sulla gestione delle emozioni e della relazione con il proprio figlio e a condividere vissuti ed esperienze.

❖ 3 materiali didattici e informativi cartacei:

- un **Quaderno per gli insegnanti** che fornisce le indicazioni metodologiche e operative per lo svolgimento delle unità didattiche da realizzare in classe. Il quaderno contiene inoltre spunti e suggerimenti per favorire la partecipazione degli studenti, per gestire eventuali situazioni problematiche, per creare collegamenti interdisciplinari e per presentare e concludere le attività;
- un **Diario per gli studenti** di classe seconda di scuola secondaria di I grado che racconta le esperienze, i dubbi, le curiosità e le emozioni di quattro pre-adolescenti. Lo stile, che prende la forma di un diario collettivo nel quale i personaggi dialogano tra loro lungo un intero anno scolastico, favorisce l'immedesimazione nelle storie raccontate e la riflessione sulle proprie emozioni e il proprio stile di vita. Il diario è suddiviso in quattro capitoli, ognuno dei quali affronta in particolare un argomento: i cambiamenti della pubertà (fisici e psicologici), le relazioni sociali (ad es. il bullismo, i social network...), i comportamenti a rischio (ad es. il fumo di sigarette, il consumo di sostanze psicoattive, l'uso della tecnologia...), l'alimentazione (ad es. la corretta alimentazione, i disturbi del comportamento alimentare...). Sono contenute anche informazioni e approfondimenti tematici su temi connessi alla prevenzione e alla promozione di stili di vita sani;
- un **Diario per i genitori** di studenti del secondo anno della scuola secondaria di I grado che racconta le esperienze e le emozioni di un papà e di una mamma di un figlio preadolescente. Anche questo diario è suddiviso in quattro capitoli, ognuno dei quali rappresenta un aspetto importante dello sviluppo psico-fisico dei pre-adolescenti (la sessualità, gli amici, l'alcol e le sostanze psicoattive, il rapporto con il cibo e con la tecnologia) con l'obiettivo di stimolare il



genitore a riconoscere e gestire le emozioni vissute nella relazione con il figlio preadolescente e a sviluppare modalità efficaci di comunicazione. Il Diario contiene inoltre schede informative sui fattori che potrebbero mettere a repentaglio la salute e il benessere di un preadolescente (ad es. le malattie sessualmente trasmissibili, Internet e i social network, le sostanze psicoattive...).

❖ un sito web:

- il **blog** www.diariodellasalute.it, diario online in cui gli studenti, i genitori e gli insegnanti possono raccontare, commentare e condividere le esperienze vissute durante lo svolgimento del programma. Il blog contiene anche informazioni sul programma e tutti i materiali didattici, ha una valenza nazionale e rappresenta anche uno strumento di condivisione tra le azioni fatte nelle varie regioni.

RAZIONALE

Gli insegnanti hanno segnalato che l'interruzione delle lezioni in presenza e l'adozione della didattica a distanza hanno creato non poche difficoltà ai pre-adolescenti, tra le quali la mancanza di relazione tra pari e la difficoltà a gestire le paure e le emozioni derivanti dall'eccezionalità della situazione. Queste impressioni trovano conferma nei primi dati disponibili sull'impatto dello stato di emergenza e dell'isolamento imposto dalle misure di prevenzione per la sicurezza e il benessere dei bambini e degli adolescenti. Una revisione della letteratura ha evidenziato che l'isolamento sociale e solitudine aumentano il rischio di depressione e ansia, non solo sul momento ma anche per diversi anni dopo che l'isolamento è terminato, e che la durata della solitudine sociale ha un maggiore impatto sulla salute mentale. Gli autori concludono che andrebbero implementati programmi di prevenzione e interventi precoci, per prepararsi a un possibile aumento di problemi di salute mentale in questa fascia di età (Loades et al., 2020). Secondo i dati pubblicati dal Telefono Azzurro, nei mesi del lockdown le richieste di aiuto per problemi di salute mentale sono aumentate del 21%. In particolare si è registrato un aumento dei casi trattati per ideazione suicidaria (+ 29%), autolesionismo (+27%) e tentato suicidio (+27%) (Telefono Azzurro, 2020).

Dal momento che "Diario della salute" ha tra i suoi obiettivi la gestione delle emozioni e delle dinamiche relazionali in classe, nei mesi del lockdown alcuni degli insegnanti formati che già utilizzavano "Diario della Salute" hanno improvvisato un adattamento del programma alla didattica a distanza, mentre in molti, insegnanti e operatori, hanno espresso l'esigenza di integrare le unità



didattiche con attività specifiche per affrontare le difficoltà individuali e di gruppo emerse in questa situazione, e in particolare:

- **il bisogno di supporto per gestire la ripresa delle lezioni in aula o online;**
- **il bisogno di strumenti che favoriscano la socializzazione (e non solo l'apprendimento) a distanza.**

STATO DELL'ARTE

Il gruppo di coordinamento ha accolto le richieste pervenute dagli insegnanti della rete Diario della Salute e le ha discusse con la Fondazione CRT e la Regione Piemonte al fine di individuare le risorse necessarie per:

1. **l'elaborazione di una nuova unità didattica**, che diventerà quella iniziale, dedicata alla rielaborazione del vissuto durante il lockdown. L'unità sarà pensata per poter essere svolta in presenza o a distanza e avrà lo scopo di aiutare i pre-adolescenti ad attuare delle strategie per adattarsi ai cambiamenti improvvisi fronteggiando incertezza, paure (inclusa quella della morte) e distacco (dalle abitudini quotidiane, dagli amici, da eventuali persone care decedute...).
2. **L'adattamento delle unità didattiche** per l'utilizzo nella didattica a distanza. L'azione avrà l'obiettivo di fornire agli insegnanti indicazioni teoriche e pratiche su come svolgere alcune delle "piste didattiche" (attività ludiche e partecipate) di Diario della Salute online. L'adattamento sarà pensato non solo allo scopo di rispondere a una eventuale situazione di nuova chiusura, ma anche più in generale per offrire agli insegnanti la possibilità di sperimentare l'efficacia e il gradimento di alcune attività con l'ausilio dei media digitali, che potrebbero essere utilizzati proficuamente, a integrazione del programma in classe, indipendentemente dall'emergenza.

La richiesta di contributo economico, che includeva anche lo studio di fattibilità per l'evoluzione di Diario della Salute in un programma digitale, è stata presentata alla Fondazione CRT e parzialmente approvata nella seconda sessione erogativa del 2020. Le attività sopra indicate (1 e 2) sono pertanto in corso e finanziate. Vista la rilevanza regionale e nazionale del programma del programma la stessa Fondazione CRT ha consigliato di operare in sinergia con altri enti finanziatori, in particolare con la Fondazione CRC.

La richiesta dell'adattamento online è emersa dagli stessi insegnanti, che durante la chiusura delle scuole dovuta alle misure straordinarie adottate dal Governo per limitare la diffusione del Covid-19



hanno portato i loro bisogni agli operatori socio-sanitari della rete di Diario della Salute. Inoltre il periodo pandemico ha rappresentato una sfida che per la maggior parte degli insegnanti ha significato anche una svolta positiva verso l'uso della tecnologia non solo per l'apprendimento ma anche per il raggiungimento dei complessi compiti di sviluppo ed educativi.

Con il presente progetto si propone il coinvolgimento della Fondazione CRC nella realizzazione di uno studio di fattibilità del trasferimento sul digitale (es. sito, app...) e una prima sperimentazione in grado di rispondere a un obiettivo di lungo periodo.

OBIETTIVI

Il gruppo di coordinamento ha accolto le richieste pervenute dagli insegnanti della rete Diario della Salute nella presente proposta, dove vengono previste alcune **azioni per rispondere ai bisogni emersi in relazione alla chiusura delle scuole e all'evoluzione della didattica a distanza**, tenuto conto anche del fatto che Diario della salute, come descritto, è inserito nel Piano Regionale di Prevenzione e che potrebbe essere svolto nel programma scolastico di educazione civica.

DESTINATARI

Il programma a regime potrà essere utilizzato da tutte le scuole della Regione Piemonte, ma anche a livello nazionale, su proposte formative delle ASL territoriali attivate. Nella fase di sperimentazione si prevede il coinvolgimento dei seguenti destinatari.

Destinatari diretti:

- Indicativamente 200/250 studenti di classe seconda di scuola secondaria di I grado del Piemonte (10 classi seconde) coinvolti nella sperimentazione del programma online.
- Indicativamente 100/150 genitori di studenti di classe seconda di scuola secondaria di I grado del Piemonte a cui viene dato accesso al Diario per i genitori.
- Indicativamente 50 genitori di studenti di classe seconda di scuola secondaria di I grado del Piemonte partecipanti al percorso informativo – formativo online. Coinvolgere i genitori di pre-adolescenti e adolescenti non è facile né semplice ma si prevede che la proposta sperimentale online possa facilitare l'accesso e aumentare l'interesse dei genitori.
- Almeno 10 insegnanti di scuola secondaria di I grado che accompagnano gli esperti nella sperimentazione e nella validazione del programma online.



- Almeno 10 operatori sanitari delle AASSLL del Piemonte già impegnati nell'implementazione del programma con ruolo di accompagnamento alla sperimentazione e di interfaccia con le scuole del territorio.

AZIONI

La presente proposta comprende 5 azioni principali:

1. **Studio di fattibilità** per l'evoluzione di Diario della Salute in un programma digitale. Considerate l'emergenza Covid-19, il target di riferimento (ragazzi dodicenni) e la rapidissima evoluzione digitale, è fondamentale affrontare una revisione di tutti i materiali, sia rispetto ai contenuti che alle modalità di erogazione, al fine di rendere DdS maggiormente usufruibile, accessibile e sostenibile, con l'ulteriore vantaggio di abbattere i costi di riproduzione dei materiali cartacei. Il gruppo di coordinamento, con il coinvolgimento di esperti in media education, studierà la fattibilità della trasformazione del programma in un programma digitale, fedele agli obiettivi e alla metodologia di DdS, ma potenzialmente più attrattivo per i giovani e più accessibile. Lo studio di fattibilità coinvolgerà anche alcuni degli insegnanti che hanno sperimentato DdS per individuare strumenti e modalità di realizzazione del programma digitale che soddisfino criteri di: attrattività per giovani; realizzabilità per gli insegnanti; sostenibilità per gli enti finanziatori.
2. **Creazione degli strumenti e dei contenuti digitali e audio-visivi** individuati con lo studio di fattibilità. Al momento si possono solo ipotizzare alcune opzioni, che andranno valutate attentamente: la sostituzione dei Diari cartacei con una serie di video (miniserie) che riproponga i temi di DdS aggiornando linguaggi e situazioni; l'aggiornamento del Quaderno per insegnanti con proposte di lavoro di gruppo che possano essere realizzate anche a distanza e attraverso l'impiego attività ludiche online; rifacimento del sito web in veste di piattaforma interattiva adeguata ad ospitare e promuovere i nuovi strumenti del programma, quali: spazi online di confronto per adolescenti, genitori, e insegnanti (ad es. forum, chat) e per la condivisione di contenuti creati dagli stessi studenti; l'adattamento del modulo formativo dedicato agli insegnanti per la sua realizzazione anche online.
3. **Percorso formativo per operatori della prevenzione e insegnanti.** Il corso, della durata di 6/8 ore, sarà pensato per essere realizzato in presenza o online. Il corso sarà gestito da due docenti esperti sul tema della promozione della salute e in *media education* e prevederà la somministrazione di un questionario di gradimento finale. Il corso rappresenterà un



importante momento di aggiornamento sui nuovi strumenti e di confronto su punti di forza e criticità del nuovo programma.

4. **Sperimentazione a scuola e monitoraggio.** Il programma Diario della salute online sarà sperimentato in alcune scuole piemontesi già coinvolte nell'adozione di Diario della Salute. Saranno inoltre messe a disposizione delle altre Regioni che realizzano il programma. Per monitorare la fattibilità, il gradimento e l'efficacia del programma rinnovato, saranno messe in campo azioni e strumenti specifici quali:
 - a. schede di monitoraggio per insegnanti da compilare al termine di ogni nuova unità didattica svolta per ogni classe coinvolta, per raccogliere informazioni sulla qualità e completezza dell'implementazione, le difficoltà incontrate, il numero di studenti coinvolti. Le schede, già disponibili in quanto utilizzate nelle edizioni precedenti, saranno scaricabili dal sito e raccolte dagli operatori sanitari referenti locali che provvederanno a fornirle al gruppo di lavoro;
 - b. questionario rivolto ai ragazzi e alle ragazze coinvolti nella sperimentazione per rilevare il livello di gradimento e di comprensione dei materiali digitali e audiovisivi dedicati ai ragazzi e alle ragazze e delle attività didattiche a distanza;
 - c. riunioni del gruppo di coordinamento (composto dal responsabile del progetto e dai referenti delle ASL coinvolte) per lo scambio e il confronto delle esperienze, la discussione delle criticità e delle problematiche, la supervisione delle azioni realizzate, la verifica del raggiungimento degli obiettivi previsti e del rispetto dei criteri metodologici;
 - d. almeno 2 incontri tra operatori sanitari e insegnanti a livello territoriale.
5. **Comunicazione.** I risultati del progetto saranno diffusi attraverso un report e un *webinar* dedicato a operatori della prevenzione e insegnanti.

RISULTATI ATTESI

I risultati attesi poggiano sulle valutazioni scientifiche effettuate nelle precedenti edizioni del programma con l'aggiunta degli elementi di novità introdotti dalla presente proposta:

- miglioramento delle capacità comunicative, sociali e emotive negli studenti coinvolti, e conseguente riduzione del disagio e del rischio di coinvolgimento in comportamenti a rischio per la salute e il benessere psicosociale; miglioramento delle capacità di affrontare i cambiamenti (personali e ambientali), con particolare riferimento all'esperienza vissuta a causa dell'emergenza Covid-19;



- miglioramento del clima di classe e della qualità della relazione tra studenti e insegnanti con un conseguente aumento della soddisfazione per l'esperienza scolastica (inclusa quella a distanza);
- mantenimento e rafforzamento della rete di operatori attivi nel settore della prevenzione e promozione della salute in adolescenza in grado di pianificare e monitorare interventi di qualità che sfruttino le potenzialità dei nuovi mezzi di informazione e comunicazione;
- estensione e consolidamento della rete di scuole secondarie di I grado attive in Piemonte nella prevenzione e promozione della salute, in linea con quanto raccomandato e indicato dal progetto nazionale pluriennale "Scuola e Salute" (www.scuolaesalute.it), dai protocolli di intesa tra Regione Piemonte e Ufficio Scolastico Regionale in tema di promozione della salute, dai Profili di Salute di 45 scuole piemontesi (www.scuolapromuovesalute.it/files/7-La-Scuola-che-promuove-salute.-Buone-pratiche-in-Piemonte--un-percorso-di-ricerca-azione.pdf) e dalla "Rete delle scuole che promuovono salute" (www.schools-for-health.eu) in linea con il Piano Nazionale della Prevenzione 2020-2025.

DURATA

Il presente progetto ha una durata complessiva di 18 mesi che saranno calcolati a partire dall'assegnazione del contributo. Indicativamente si prevedono 4 fasi temporali principali parzialmente sovrapposte:

- I fase: Studio di fattibilità (4 mesi)
- II fase: Realizzazione degli strumenti e dei contenuti digitali e audiovisivi (6 mesi)
- III fase: Formazione operatori sanitari (2 mesi)
- IV fase: Sperimentazione a scuola e monitoraggio (5 mesi)
- V fase: Comunicazione (3 mesi)

Cronoprogramma delle fasi di attività

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Fase I	x	x	x	x														
Fase II					x	x	x	x	x	x								
Fase III										x	x							
Fase IV												x	x	x	x	x		
Fase V																x	x	x



Area di realizzazione

Il presente progetto ha dimensione regionale e si realizzerà nelle scuole localizzate nei territori di competenza delle Aziende Sanitarie Locali della Regione Piemonte.

Ente proponente e partner

L'ente proponente è la Struttura Semplice Dipartimentale (SSD) Epidemiologia, promozione salute e coordinamento attività di prevenzione del Dipartimento di Prevenzione dell'ASL CN2 in stretta sinergia con il Settore Prevenzione e Veterinaria della Regione Piemonte (www.aslcn2.it/prevenzione/epidemiologia). Tale struttura opera sul territorio di Alba - Bra nell'area della prevenzione e promozione della salute e della sorveglianza epidemiologica in un'ottica di sanità pubblica e di miglioramento dello stato di salute della popolazione. Da anni coordina progetti nazionali e regionali e ha curato il coordinamento e il monitoraggio di tutte le edizioni del programma "Diario della Salute. Percorsi di promozione del benessere tra i pre-adolescenti" citate nella presente proposta. L'ente proponente ha quindi maturato le conoscenze, le competenze e l'esperienza per gestire l'implementazione e la valutazione del programma. Si è quindi ritenuto opportuno, in un'ottica di continuità, fattibilità e sostenibilità dell'iniziativa proposta, mantenere il coordinamento e la responsabilità operativa del progetto presso la SSD Epidemiologia, promozione salute e coordinamento attività di prevenzione del Dipartimento di Prevenzione dell'ASL CN2. Inoltre, il responsabile del presente progetto, dott.ssa Laura Marinaro, ha partecipato a numerosi programmi e iniziative di prevenzione e promozione della salute a livello locale, regionale e nazionale, cura la stesura del Piano Locale della Prevenzione, collabora, con la Regione Piemonte, alla stesura del Piano Regionale della Prevenzione e svolge ruoli di referente regionale e nazionale su temi connessi alla prevenzione.

L'ente proponente si occuperà del coordinamento e della supervisione scientifica del progetto, della gestione amministrativa e dell'attività di segreteria, del monitoraggio delle attività e dell'organizzazione del *webinar* finale. Per lo svolgimento delle attività previste dal progetto l'ente proponente si avvarrà di risorse esterne.

Partner del progetto è la Regione Piemonte - Direzione Sanità e Welfare - Settore Prevenzione e Veterinaria. L'Ufficio Scolastico Regionale sosterrà l'iniziativa tra gli insegnanti di scuola secondaria di I grado e la loro adesione al progetto, la loro formazione, la creazione di reti di confronto e di scambio tra questi, il consolidamento della collaborazione tra scuola e sanità. Il Settore Prevenzione e Veterinaria della Regione Piemonte si occuperà di sostenere



l'implementazione del programma a livello regionale attraverso azioni di coordinamento e di integrazione, di favorire il coinvolgimento degli operatori sanitari delle ASL regionali impegnati nella prevenzione e promozione della salute, di promuovere alleanze e sinergie con le istituzioni scolastiche e altri soggetti territoriali.

Le ASL della Regione Piemonte si impegneranno ad implementare il programma nei territori di competenza. Si tratta di ASL caratterizzate da contesti di riferimento molto diversi tra loro in termini di organizzazione dei servizi sanitari, sviluppo di interventi di prevenzione e promozione della salute, iniziative e opportunità per la popolazione giovanile, tipologia e dimensioni del territorio (ad esempio, centri urbani di piccole o grandi dimensioni, grandi città...).

Coerenza con le aree di interventi della Fondazione CRC

La presente proposta è coerente con le linee di indirizzo della Fondazione CRC in tema di “Educazione, istruzione e formazione” in quanto:

- Aumenta le competenze degli insegnanti in una prospettiva di life learning fornendo loro gli strumenti per innovare la didattica, inclusa quella a distanza, in particolare su temi cruciali che necessitano di formazione specifica (benessere e life-skills);
- Promuove stili di vita sani e il benessere, incluso quello nell'ambiente scolastico;
- Attraverso una didattica attiva e interattiva, favorisce l'empowerment e la partecipazione attiva dei giovani.

Inoltre rientra nell'area di intervento della Fondazione CRC denominata “Salute Pubblica”, in quanto costituisce una iniziativa innovativa di promozione della salute. Il progetto mira infatti ad aumentare il benessere dei pre-adolescenti e le *life-skill* necessarie ad affrontare positivamente le criticità legate a un'età che pone rischi e sfide tipici di una fase di transizione immediatamente precedente al periodo in cui generalmente si adottano per la prima volta i comportamenti a rischio più diffusi nella popolazione giovanile. Tra le sfide che i pre-adolescenti devono affrontare, in questa edizione rinnovata, troverà uno spazio specifico anche l'esperienza del *lockdown* e della chiusura delle scuole dovute alle misure straordinarie adottate dal governo per contrastare il diffondersi del Covid-19 che ha avuto, secondo il parere degli esperti e dei primi dati disponibili, non poche conseguenze in termini di disagio psicologico.

Sostenibilità

Il presente progetto è caratterizzato da un elevato livello di sostenibilità in quanto basato su una serie di risorse già disponibili e quindi attivabili quali:

- la presenza di una rete regionale di operatori della promozione della salute già coinvolti nelle precedenti edizioni;
- la presenza di una rete regionale di scuole secondarie di I grado già coinvolte nelle precedenti edizioni;
- l'esistenza di una rete di insegnanti di scuola secondaria di I grado già formati nelle precedenti edizioni, da aggiornare in base ai bisogni espressi;
- la disponibilità di strumenti di monitoraggio e di valutazione già sperimentati e validati nelle precedenti edizioni;
- il sostegno dell'Ufficio Scolastico Regionale nella promozione dell'iniziativa in ambito scolastico e nel reclutamento delle scuole e degli insegnanti di scuola secondaria di I grado;
- il supporto della Regione Piemonte che con specifico provvedimento ha promosso l'adozione del programma su tutto il territorio regionale (DD n. 632/A1400A/2020 del 23.6.2020);

In secondo luogo, il presente progetto trova una sua giustificazione proprio nella possibilità di rispondere in modo diretto e immediato ai bisogni espressi direttamente dagli operatori del territorio che lavorano a stretto contatto con ragazze e ragazzi, inserendosi nelle attività raccomandate dal Piano Regionale di Prevenzione e dai Piani Locali di Prevenzione e potendo contare su un clima di familiarità e di fiducia verso il progetto. Infine la proposta include lo studio di fattibilità e la sperimentazione della digitalizzazione del programma DdS. Questa azione rappresenta il presupposto necessario a un'azione progettuale più ampia (che richiederà il sostegno economico di una partnership più estesa) che renderà Diario della Salute più accessibile e sostenibile, abbattendo altresì i costi di duplicazione del materiale cartaceo.

Costi

Il costo totale del progetto alla luce del finanziamento richiesto alla Fondazione CRC è di 54.050,00 euro. Il contributo della Fondazione CRC richiesto è di 37.700,00 euro. Il cofinanziamento dell'ente proponente ASL CN2 è di 13.850,00 euro e della Regione Piemonte (partner) è di 2.500,00 euro. Vedi Scheda Budget progetto.

BIBLIOGRAFIA

- Allara E., Beccaria F., Molinar R., Marinaro L., Ermacora A., Coppo A., Faggiano F. (2018) A School-Based Program to Promote Well-Being in Preadolescents: Results From a Cluster Quasi-Experimental Controlled Study. *The Journal of Primary Prevention* 40(2), 151-170.
- Arnett J.J. (2004). *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens through the Twenties*. Oxford: Oxford University Press.
- Beccaria F., Ermacora A., Marinaro L., Roggero A., Rabaglietti E. (2018). Diario della Salute. Percorsi di promozione del benessere tra i pre-adolescenti. *Sistema Salute. La rivista italiana di educazione sanitaria e promozione della salute*, 62 (2): 221-237.
- Bonino S., Cattelino E. (a cura di) (2007). *La prevenzione in adolescenza. Percorsi psicoeducativi di intervento sul rischio e la salute*. Trento: Edizioni Erickson.
- Nardone P., Pierannunzio D., Ciardullo S., Spinelli A., Donati S., Cavallo F., Dalmasso P., Vieno A., Lazzeri G., Galeone D. (2020). La Sorveglianza HBSC 2018. Health Behaviour in School-aged Children: risultati dello studio italiano tra i ragazzi di 11, 13 e 15 anni (<https://www.epicentro.iss.it/hbsc/pdf/HBSC-2018.pdf>)
- Loades, M. E., Chatburn, E., Higson-Sweeney, N., Reynolds, S., Shafran, R., Brigden, A., ... & Crawley, E. (2020). Rapid systematic review: the impact of social isolation and loneliness on the mental health of children and adolescents in the context of COVID-19. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0890856720303373>
- Palmonari A. (a cura di) (2011). *Psicologia dell'adolescenza*. Bologna: Il Mulino; 2011.
- Poland, B., Krupa, G., & McCall, D. (2009). Settings for health promotion: an analytic framework to guide intervention design and implementation. *Health promotion practice*, 10(4), 505-516.
- Rabaglietti E., Molinengo G., Roggero A., Ermacora A., Marinaro L., Beccaria F. (2021). My Health Diary, a School-Based Well-Being Program: A Randomized Controlled Study. *Adolescents*, 1(1), 21-35.
- Sancassiani F., Pintus E., Holte A., Paulus P., Moro M. F., Cossu G., ... & Lindert J. (2015). Enhancing the emotional and social skills of the youth to promote their wellbeing and positive development: a systematic review of universal school-based randomized controlled trials. *Clinical practice and epidemiology in mental health: CP & EMH*, 11(Suppl 1 M2), 21.



- Telefono Azzurro (2020). La salute mentale degli Adolescenti. <https://azzurro.it/wp-content/uploads/2020/12/Salute-mentale-degli-Adolescenti.pdf>
- WHO (2004). Life skills education for children and adolescents in schools. Geneva: World Health Organization, Technical Documents, http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/63552/1/WHO_MNH_PSF_93.7A_Rev.2.pdf