

## Comunicato stampa

# Promozione della salute: ottimo inizio per il progetto «Girasole»

Bellinzona, 27 marzo 2017

**Il progetto ticinese di promozione della salute «Girasole» – avviato nell'autunno 2016 dal Dipartimento della sanità e della socialità – è stato notato per le sue qualità dall'Organizzazione mondiale della sanità, che lo descrive in un articolo apparso in questi giorni sul sito della rete europea *Regions for Health Network* (RHN).**

Dallo scorso mese di ottobre, una ventina di medici di famiglia ticinesi – distribuiti su tutto il territorio cantonale – sensibilizza e sostiene i propri pazienti adulti, di età compresa fra 40 e 75 anni, nel realizzare un progetto personale legato al movimento. Ciò avviene nell'ambito del progetto pilota «Girasole», attraverso il quale il Dipartimento della sanità e della socialità intende promuovere uno stile di vita più dinamico, utile a prevenire le malattie croniche e a favorire una buona qualità di vita a tutte le età. I riscontri raccolti in questi primi mesi mostrano che il progetto «Girasole» è apprezzato tanto dai pazienti – che gradiscono la possibilità di condividere le scelte con il proprio medico – quanto dai medici, poiché permette un confronto più aperto ed empatico con i pazienti.

Caratteristica distintiva del progetto «Girasole» – inserito nella Strategia di prevenzione e promozione della salute del Cantone Ticino per il periodo 2017/2020, recentemente approvata dal Consiglio di Stato – è l'offerta di un programma di formazione specifico per i medici, che li aiuta a instaurare una relazione collaborativa e un clima motivazionale positivo col paziente che diventa protagonista. Proprio questo elemento è stato notato anche dall'Organizzazione mondiale della sanità, che – in [un articolo](#) apparso in questi giorni sul sito della rete europea *Regions for Health Network* (RHN) – presenta l'iniziativa ticinese, evocando la possibilità che sia estesa anche al resto della Confederazione.

All'interno del progetto, tra gli strumenti messi a disposizione di medici e pazienti va menzionato in particolare un catalogo molto articolato con proposte per svolgere attività fisica in Ticino, selezionate in funzione dei bisogni e delle capacità di un pubblico adulto e sedentario. Il documento contiene oltre 700 schede, catalogate per regione e comune, che presentano nel dettaglio le offerte di attività fisica organizzata – ginnastica, nuoto, danza ecc. – e le reti di percorsi pedonali e ciclabili presenti sul territorio. A disposizione dei pazienti vi è inoltre un volantino che sprona il lettore a riflettere sul valore dei comportamenti in relazione ai fattori cruciali per la salute: movimento, alimentazione equilibrata, peso, consumo di alcol, fumo e stress.

Partner del progetto sono l'Ordine dei medici del Cantone Ticino e – a livello federale – l'Ufficio federale della sanità pubblica e il Collegio di medicina di base. Informazioni più dettagliate possono essere consultate sulla pagina web [www.ti.ch/girasole](http://www.ti.ch/girasole).

Per ulteriori informazioni rivolgersi a:

**Kurt Frei**, Servizio di promozione e di valutazione sanitaria, Responsabile progetto «Girasole»,  
[Kurt.Frei@ti.ch](mailto:Kurt.Frei@ti.ch), tel. 091 / 814 30 49