

Prevenzione e promozione della salute in Ticino

I programmi d'azione cantonali (PAC) 2021-2024

Conferenza stampa

Bellinzona, 7 ottobre 2021

Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento della sanità e della socialità



Repubblica e Cantone
Ticino

Raffaele De Rosa

Consigliere di Stato

Direttore del Dipartimento della sanità e della socialità

FOTO

La salute è...

- ...essere in buona salute e vivere in armonia con il proprio ambiente (*Aristotele*)

ARMONIA ?

- ...la vita nel silenzio degli organi (*Leriche*)

SILENZIO ?

- ...uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e *non soltanto l'assenza di malattia o infermità* (*Costituzione OMS 1946*)

FELICITÀ ?

- ...la capacità di adattamento e di autogestione di fronte alle sfide sociali, fisiche ed emotive (*BMJ 2011; 343:d4163*)

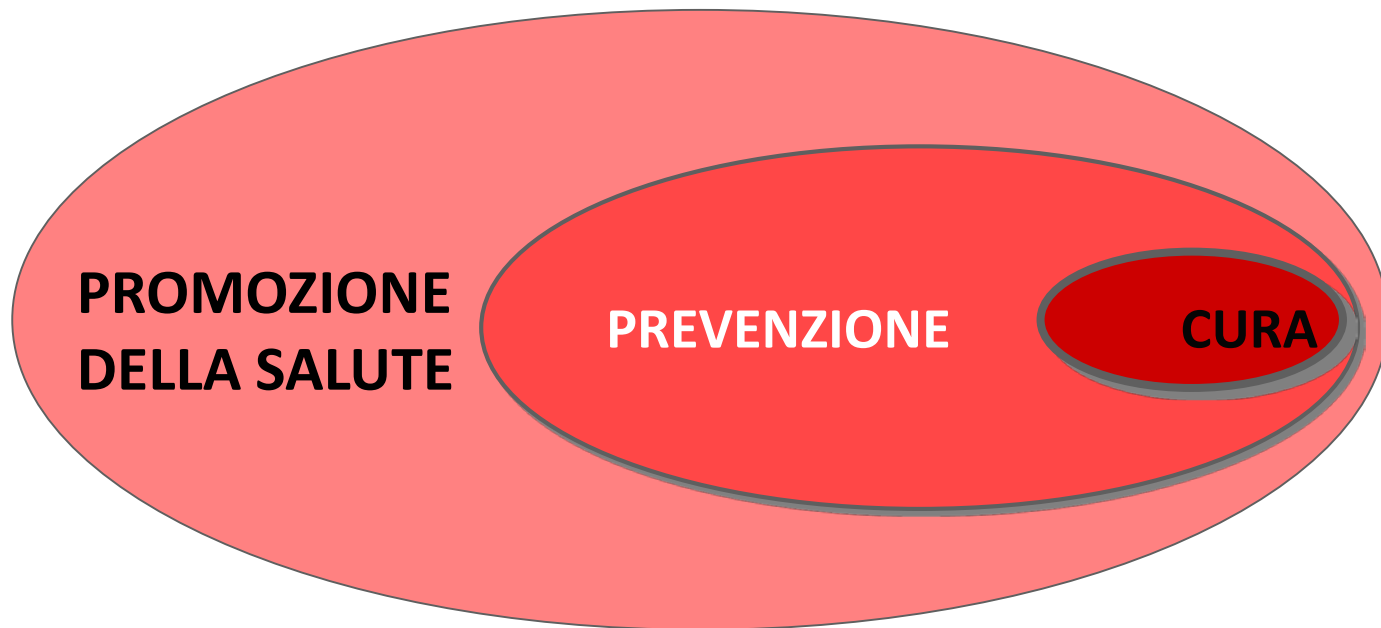
ADATTAMENTO ?

La salute è determinata da...



Rappresentazione dei determinanti prossimali e distali della salute, adattamento del modello di Dahlgren e Whitehead (Dahlgren e Whitehead 1991).

La promozione della salute...



Agenda 2030



Sanità 2030

Sanità2030 - strategia di politica sanitaria del Consiglio federale

4 sfide



2030
Santé • Gesundheit • Sanità • Sanidad

Strategia MNT 2017-2024

Obiettivo:

Evitare o rallentare l'insorgenza di malattie come il cancro, il diabete, le patologie cardiovascolari, le malattie respiratorie e muscoloscheletriche o alleviarne le conseguenze

Strategia nazionale sulla prevenzione delle malattie non trasmissibili (Strategia MNT) 2017-2024



Un progetto comune di



KGS Schweizerische Konferenz der kantonalen Regierungen und Verwaltungen
 KGS Confédération suisse des directeurs et directrices cantonaux de la santé
 KGS Conferenza svizzera delle direttrici e dei direttori cantonali della sanità

Nel quadro della strategia del Consiglio federale

Gesundheit | Santé
 Sanità | Sanedad 2020

Legge sanitaria (1989)

Art. 32 È considerato preventivo ogni provvedimento inteso:

- a promuovere la responsabilità, l'informazione e le conoscenze dei cittadini nella salvaguardia della salute individuale e collettiva;
- a diminuire l'incidenza di una malattia nella popolazione riducendo i rischi di apparizione di nuovi casi;
- a diminuire lo sviluppo di una malattia nella popolazione riducendone la diffusione e la durata;
- a diminuire lo sviluppo delle invalidità croniche della popolazione riducendo al minimo le invalidità funzionali conseguenti alla malattia.

Salute ai tempi della pandemia

- In caso di crisi, è più importante che mai trasmettere informazioni e offerte di promozione della salute adatte al contesto socioculturale e specifiche per il gruppo target
- Le esperienze maturate durante la pandemia mostrano che la promozione della salute tende ad acquisire importanza nelle situazioni di crisi
- Nelle situazioni critiche della vita, le risorse psichiche e sociali delle persone sono cruciali per affrontare l'insicurezza, le paure e le limitazioni
- Rafforzare queste risorse è un elemento cruciale della promozione della salute, per esempio promuovendo l'autoefficacia, la resilienza o le competenze vita
- La promozione della salute interviene per sostenere i comportamenti favorevoli alla salute delle persone. Comportamenti che possono contribuire in modo significativo alla prevenzione delle malattie non trasmissibili e possono avere un'influenza positiva sul loro decorso

Esperienze acquisite

- L'esperienza pratica dimostra che è utile integrare i messaggi sulla prevenzione del coronavirus con quelli sulla promozione della salute, perché i messaggi positivi volti a rafforzare il benessere e la salute possono attenuare l'impatto delle notizie preoccupanti nel contesto della pandemia, sviluppare gli strumenti per avere un maggiore controllo sulla propria vita e contrastare la cosiddetta «Fatica pandemica».
- Adattabilità, creatività e flessibilità così come un buon coordinamento e una buona messa in rete nonché l'apprendimento reciproco si sono rivelati fattori di successo essenziali per la promozione della salute durante la crisi e i nostri partner sul territorio lo hanno dimostrato nel corso dei mesi
- È importante radicare e rafforzare la prevenzione e la promozione della salute sempre più nel continuum dei compiti del sistema sanitario attraverso la collaborazione multisetoriale e interprofessionale



Repubblica e Cantone
Ticino

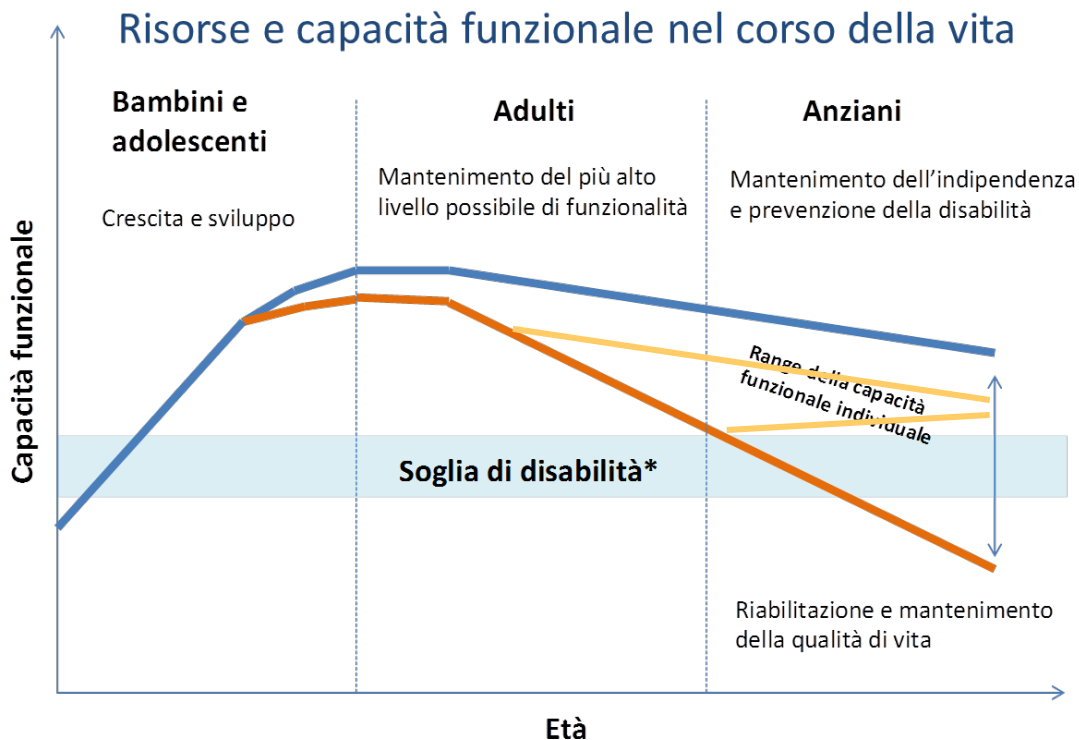
Martine Bouvier Gallacchi

Capo del Servizio di promozione e valutazione sanitaria

Dipartimento della sanità e della socialità



La salute è uno stato dinamico... a tutte le età



* Cambiamenti di tipo ambientale possono diminuire la soglia di disabilità e quindi il numero di persone disabili in una determinata comunità

Fattori protettivi e fattori di rischio

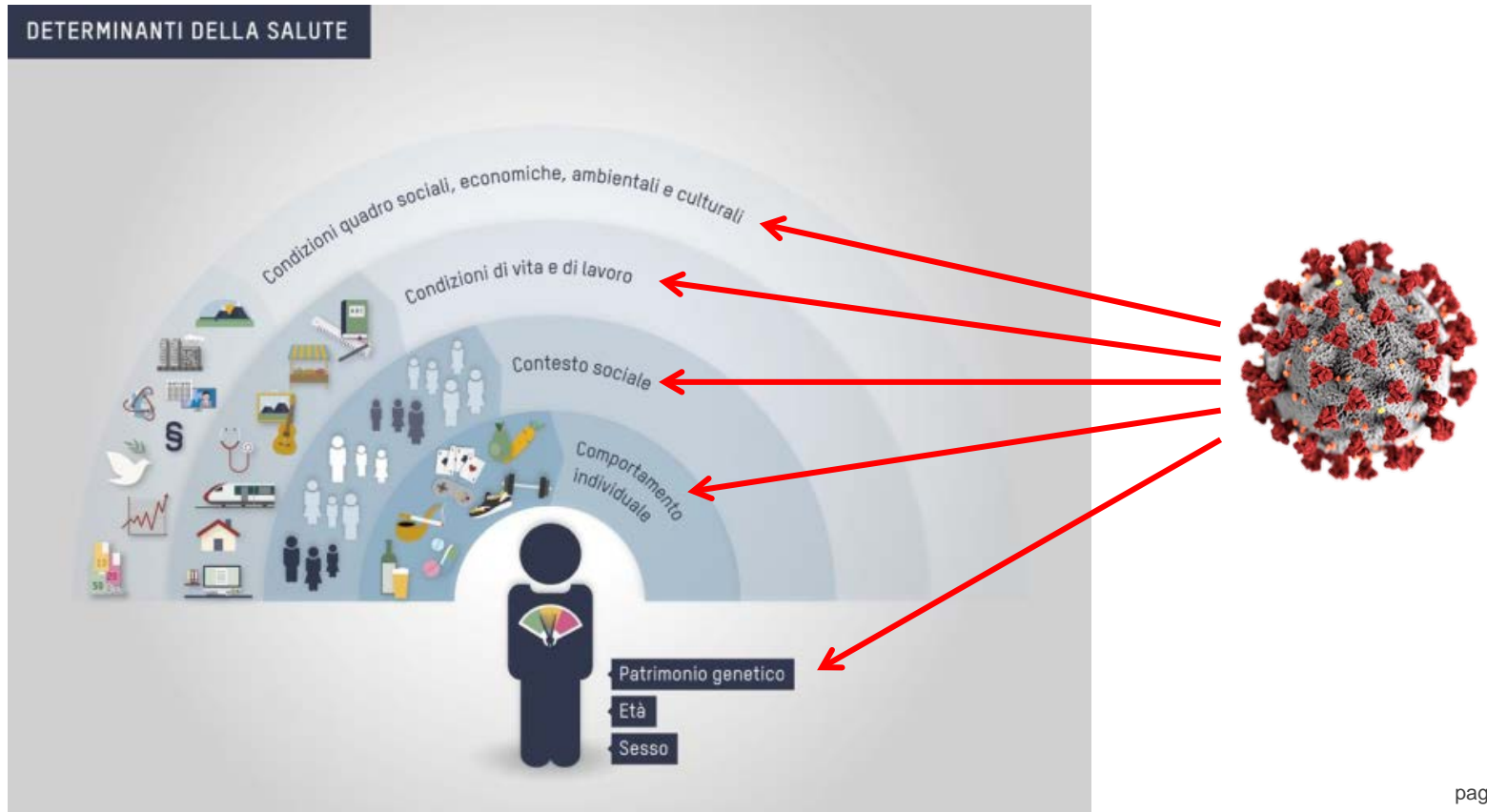


MALATTIE E FATTORI DI RISCHIO

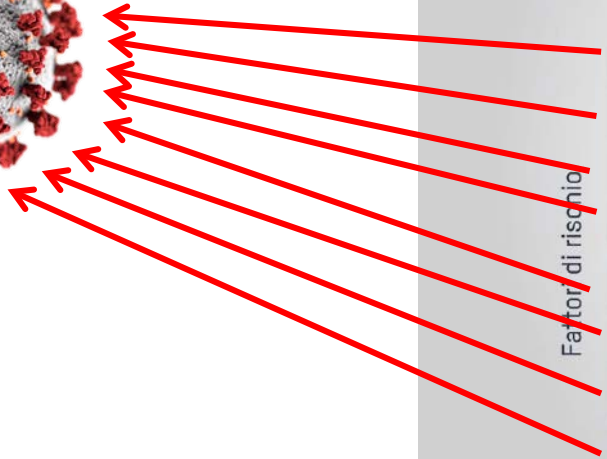
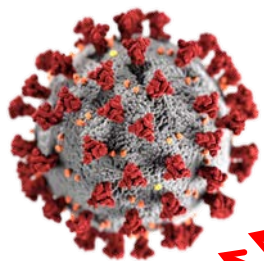
		Malattie				
		Patologie cardiovascolari	Diabete	Cancro	Malattie respiratorie croniche	Malattie muscolo-scheletriche
Fattori di rischio	Tabacco	●	●	●	●	●
	Alcol	●		●		●
	Alimentazione	●	●	●		●
	Movimento	●	●	●		●
	Pressione arteriosa	●				
	Colesterolo	●				
	Peso	●	●	●	●	●
	Condizione socio-economica	●	●	●	●	●

→ impatto anche sulle malattie infettive

Impatto del virus sui determinanti della salute



Impatto dei fattori di rischio sul decorso della Covid-19



MALATTIE E FATTORI DI RISCHIO

		Malattie				
		Patologie cardiovascolari	Diabete	Cancro	Malattie respiratorie croniche	Malattie muscolo-scheletriche
Fattori di rischio	Tabacco	●	●	●	●	●
	Alcol	●		●		●
	Alimentazione	●	●	●		●
	Movimento	●	●	●		●
	Pressione arteriosa	●				
	Colesterolo	●				
	Peso	●	●	●	●	●
	Condizione socio-economica	●	●	●	●	●

Provenienza e utilità dei dati epidemiologici

**Descrizione, analisi dei
bisogni della popolazione**



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Dipartimento federale dell'interno DFI
Ufficio federale di statistica UST

Indagine sulla salute in Svizzera

hbosc
HEALTH BEHAVIOUR IN
SCHOOL-AGED CHILDREN



Dipartimento della sanità
e della socialità

**Risposta adeguata ai bisogni
Policy sanitaria**

Stato di salute della popolazione

- Evoluzione demografica con un rapporto attuale di 174.8 anziani per 100 giovani
- Speranza di vita alla nascita tra le più elevate al mondo
- 3 persone su 4 giudicano il proprio stato di salute tra “buono” e “molto buono”
- 6 persone su 10 di oltre 65 giudicano il proprio stato di salute tra “buono” e “molto buono”

Attività fisica e alimentazione

- 7 persone su 10 dichiarano di praticare un'attività fisica settimanale da moderata a intensa
- 8 persone su 10 dichiarano di fare attenzione alla propria alimentazione
 - ... ma 4 su 10 sono in sovrappeso o obese e la tendenza aumenta con l'età
- Quasi 2 bambini (9-10 anni) su 10 sono in sovrappeso o obesi

Equilibrio e benessere

- 8 persone su 10 dichiarano di una (molto) buona qualità di vita
... ma 1 persona su 4 mostra sintomi di un disagio psicologico da medio a grave
- 6 persone su 10 dichiarano di dormire bene
... ma 1 persona su 3 riferisce di avere un sonno disturbato
- Quasi 9 bambini e adolescenti su 10 dichiarano un'elevata soddisfazione verso la propria esistenza
... ma 1 su 3 percepisce stress dovuto al lavoro scolastico e 1 su 4 riferisce difficoltà ad addormentarsi

Alcol e tabacco

- 7 persone su 100 presentano un consumo d'alcol cronico a rischio medio-elevato
 - ... ma il consumo puntuale eccessivo sembra diventare la norma soprattutto nei giovani e il consumo cronico sembra più frequente nelle persone anziane
- Il numero di forti fumatori diminuisce
 - ... ma il numero dei fumatori giovani rimane elevato

Temi prioritari dei programmi cantonali

Promozione della salute

- Alimentazione
- Attività fisica
- Equilibrio e benessere

Prevenzione

- Alcol
- Tabacco e prodotti affini

Sviluppo dei programmi cantonali



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Fondo per la prevenzione del tabagismo

Fondo per la prevenzione dell'alcolismo

33 partner principali dei programmi

Partner operativi

- ✓ Medicina scolastica
- ✓ ACSI
- ✓ Fondazione IdéeSport
- ✓ Fourchette verte Ticino
- ✓ Famiglie diurne
- ✓ ATAN
- ✓ Radix Svizzera italiana
- ✓ SOS Ticino – Agenzia Derman
- ✓ SACD
- ✓ SUPSI – DFA
- ✓ Pedibus Ticino
- ✓ Cemea
- ✓ Tandem Ticino
- ✓ Psicomotriciste
- ✓ Dietiste Ticinesi
- ✓ Dividat
- ✓ Associazione Prevenzione Incidenti Persone Anziane (PIPA)
- ✓ Pro Senectute Ticino e Moesano
- ✓ ATTE
- ✓ Generazione Più
- ✓ Associazione GINCO
- ✓ Associazione Svizzera Non fumatori
- ✓ Centro di tabaccologia
- ✓ Ingrado
- ✓ Lega polmonare TI
- ✓ Lega ticinese contro il cancro
- ✓ Servizi psico-sociali e sanitari
- ✓ Ticino Addiction

Partner istituzionali

- ✓ DSS – Ufficio del sostegno a enti e attività per le famiglie e i giovani
- ✓ DSS – Ufficio degli anziani e delle cure a domicilio
- ✓ DECS – Sezione delle scuole comunali
- ✓ DI – Sezione Polizia amministrativa
- ✓ G+S Ticino

Programma d'azione cantonale «Promozione della salute»

2021 - 2024

3 obiettivi strategici

- ✓ Empowerment sui comportamenti
- ✓ Rafforzamento del contesto sociale e comunitario
- ✓ Promozione di spazi di vita favorevoli alla salute

Bambini e giovani – 19 misure (4 nuove)

Alimentazione e movimento

- Capriola – Movimento nei nidi dell'infanzia
- Mangiare bene spendendo poco
- Pedibus
- Tandem – Merende equilibrate
- Alimentazione equilibrata nei nidi dell'infanzia
- Fourchette verte bambini

Equilibrio e benessere

- CoachProgram Equilibrio e benessere
- Star bene nell'era dei social media

Alimentazione equilibrata e movimento & Equilibrio e benessere

- Movimento e gusto con l'equilibrio giusto
- Centri extrascolastici
- Parlare insieme di salute tra genitori immigrati
- MiniMove
- Formazione continua SUPSI
- Retescuole 21
- Messa in rete partner bambini e adolescenti
- Rete prima infanzia
- Newsletter bambini e adolescenti
- Comunicazione ACSI e lobbying
- Pubblicazioni

Movimento e gusto con l'equilibrio giusto!



RACCOMANDAZIONI PER L'ALIMENTAZIONE A SCUOLA

Documento di riferimento per le direzioni scolastiche, i docenti e altri operatori della scuola su merende, pranzi al sacco e bevande.



IDEE PRATICHE E VELOCI PER MERENDE DA PORTARE A SCUOLA



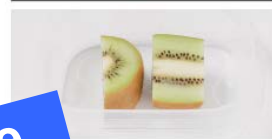
Panino al latte con fragole



Pane croccante con formaggio e peperoni



Pera



Kiwi



Carote a bastoncini

www.ti.ch/merende



Panino campagnolo

- pane ai semi
- uovo sodo
- spinaci freschi
- ravanelli

- salsa rosa leggera: cucchiaino di yogurt naturale e cucchiaino di ketchup



Panino delle alpi

- pane multicereale
- 2 pezzetti di fontina
- carote
- zucchine

- salsa leggera: cucchiaino di yogurt naturale con erbe (prezzemolo, erba cipollina, ecc.) o spezie (curry, paprica, ecc.)

Persone anziane – 14 misure (6 nuove)

Alimentazione e movimento

- Mobilità pedonale a misura di anziano
- Centri diurni promotori di salute
- Marchi fourchette verde senior
- Risorse personali prevenzione cadute a domicilio

Equilibrio e benessere

- Adotta un/a nonno/a
- Programma benessere emotivo anziani nei centri diurni

Alimentazione equilibrata e movimento & Equilibrio e benessere

- Fitness Park
- Comuni promotori di invecchiamento in salute
- Promozione dei centri diurni ricreativi e socioassistenziali
- Formazione personale sociosanitario
- Infermieri di famiglia promotori di salute
- Messa in rete partner moduli anziani
- Piattaforma internet per persone anziane
- Comunicazione invecchiamento in salute

Fitness Park



Foto: Pro Senectute Ticino e Moesano

Programma d'azione cantonale «Prevenzione alcol, tabacco e prodotti affini»

2021 - 2024

3 obiettivi strategici

- ✓ Empowerment sui comportamenti
- ✓ Aiuto per smettere / controllare i consumi
- ✓ Protezione della salute

32 misure (12 nuove)

Progetti alcol (8)

- Monitoraggio consumo ricreativo
- Giornata cantonale alcol
- Teatro forum Ala mè età
- Consumo responsabile nei centri diurni
- **Conosci il tuo 5‰**
- **Fare festa con la testa**
- Projet intercantonal prévention alcool
- **Label manifestazioni**

Progetti tabacco (15)

- Peerfect Friend
- Progetto NonFumatori
- Non fumare è intelligente
- **Campagna “Dipendenza da nicotina”**
- Valorizzazione materiale informativo
- Linea stop tabacco
- Consulenza in tabaccologia
- **Progetto Stopgether**
- **Ospedale senza fumo**
- Vivere senza tabacco
- **Protezione dal fumo passivo sul lavoro**
- Promozione spazi pubblici senza fumo – Parchi gioco
- Contro sponsoring
- **Divieto di fumo negli spazi privati sensibili aperti al pubblico**
- **Tutela della salute dei minorenni e dei non-consumatori dai prodotti affini del tabacco**

Progetti alcol & tabacco e prodotti affini (9)

- Ever Fresh
- Cool & Clean
- Formazione monitori G+S
- Libera mente – Teatro interattivo
- **Escape Room**
- Ready4Life
- **Sensibilizzazione neogenitori sui consumi a rischio**
- **Competenze in salute in situazione di vulnerabilità**
- Monitoraggio protezione della gioventù

Teatro forum Ala mè età



Promozione spazi pubblici senza fumo – Parchi gioco



Finanziamenti

PAC Promozione della salute 2021 - 2024

DSS
2'130'700

PSCH
2'012'000

Costo complessivo
4'142'700

PAC Prevenzione alcol, tabacco e prodotti affini 2021 - 2024

DSS
3'194'000

FPT
438'000

Altri finanziamenti
634'500

Costo complessivo
4'266'500

Altri temi e attività trasversali del SPVS



Salute e ambiente (Gruppo Operativo Salute Ambiente)



Migrazione e salute

Mobilità lenta (progetto interdipartimentale Meglio a piedi)



Prevenzione nell'ambito delle cure (progetto pilota «Girasole»)



Informazione e sensibilizzazione



Collaborazioni intersettoriali e interdipartimentali

La Compagnia Teatrale DIRT



Ala mé età

Relazioni intercantonali, federali e internazionali

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età

Ala mé età



Salutepsi: una campagna dei Cantoni latini

I nostri canali informativi

Repubblica e Cantone Ticino

NewSalute

stare bene fa bene

La newsletter del Servizio di promozione e valutazione sanitaria |
 Marzo 2021

Notizie in breve

Perché la promozione della salute e la prevenzione sono fondamentali?
 Un argomentario illustra come interventi e misure strutturali in tutte le politiche pubbliche permettano di promuovere la salute.
www.ti.ch/promozionesalute

@promozionedellasalute

Limitare

Testare

Proteggere

Vaccinare

Repubblica e Cantone Ticino

 DISTANTI MA VICINI
 PROTEGGIAMOCI INSIEME

 Hotline 0800 144 144
www.ti.ch/coronavirus

Servizio di promozione e valutazione sanitaria
 Ente pubblico

Scopri di più

Ti piace

@promozione_salute

276 post

1'933 follower

32 seguiti

Promozione della salute
 Prodotto/servizio
 Servizio di promozione e di valutazione sanitaria
 Ufficio del medico cantonale, DSS
 Seguitemi per rimanere aggiornate/i.
www.ti.ch/promozionesalute
 Via Dogana 16, Bellinzona, Switzerland

Servizio di promozione e di valutazione sanitaria www.ti.ch/promozionesalute

UFFICIO
CHI SIAMO
SETTORI DI ATTIVITÀ
PROGETTI
MATERIALE INFORMATIVO
DATI E STUDI

Ufficio

Contatti

Servizio di promozione e di valutazione sanitaria
 Via Dogana 16
 6501 Bellinzona
Capo Servizio
 Martine Bouvier Gallacchi

tel. +41 91 814 30 50
 fax +41 91 814 44 46
 dss-spvs@ti.ch
 > [Trova collaboratori](#)
 > [Dove trovarci](#)

In primo piano

#calurasenzapaura
Informazioni e raccomandazioni

Novo coronavirus
Punto della situazione

Prendersi cura di sé...

Benessere ai tempi del coronavirus
Scarica o ordina l'opuscolo

Segui già ▾ Messaggio Contatta ▾

Distantimav...

INFO Covid...

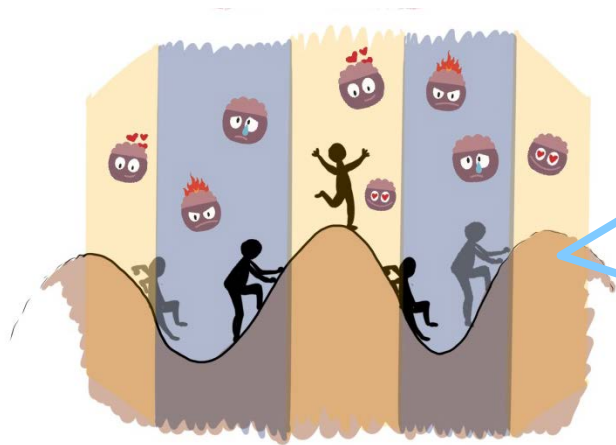
Igiene mani

Mascherina

Disposizioni

Giornata mondiale per la salute mentale

10 ottobre 2021



“La vita è fatta di alti e bassi: cosa fai tu in questi momenti?”



@promozione_salute | @promozionedellasalute
@fondazioneideesport
@radixsvizzeraitaliana



Repubblica e Cantone
Ticino

Un esempio concreto: i progetti della Fondazione IdéeSport

Claudia Michelotti

Coordinatrice progetti Fondazione IdéeSport



MiniMove

Per i bambini tra i 2 e i 5 anni e i loro genitori



MidnightSports

per giovani dai 12 ai 17 anni



CoachProgram

Formazione per i giovani



EverFresh

Prevenzione per giovani dai 12 ai 17 anni

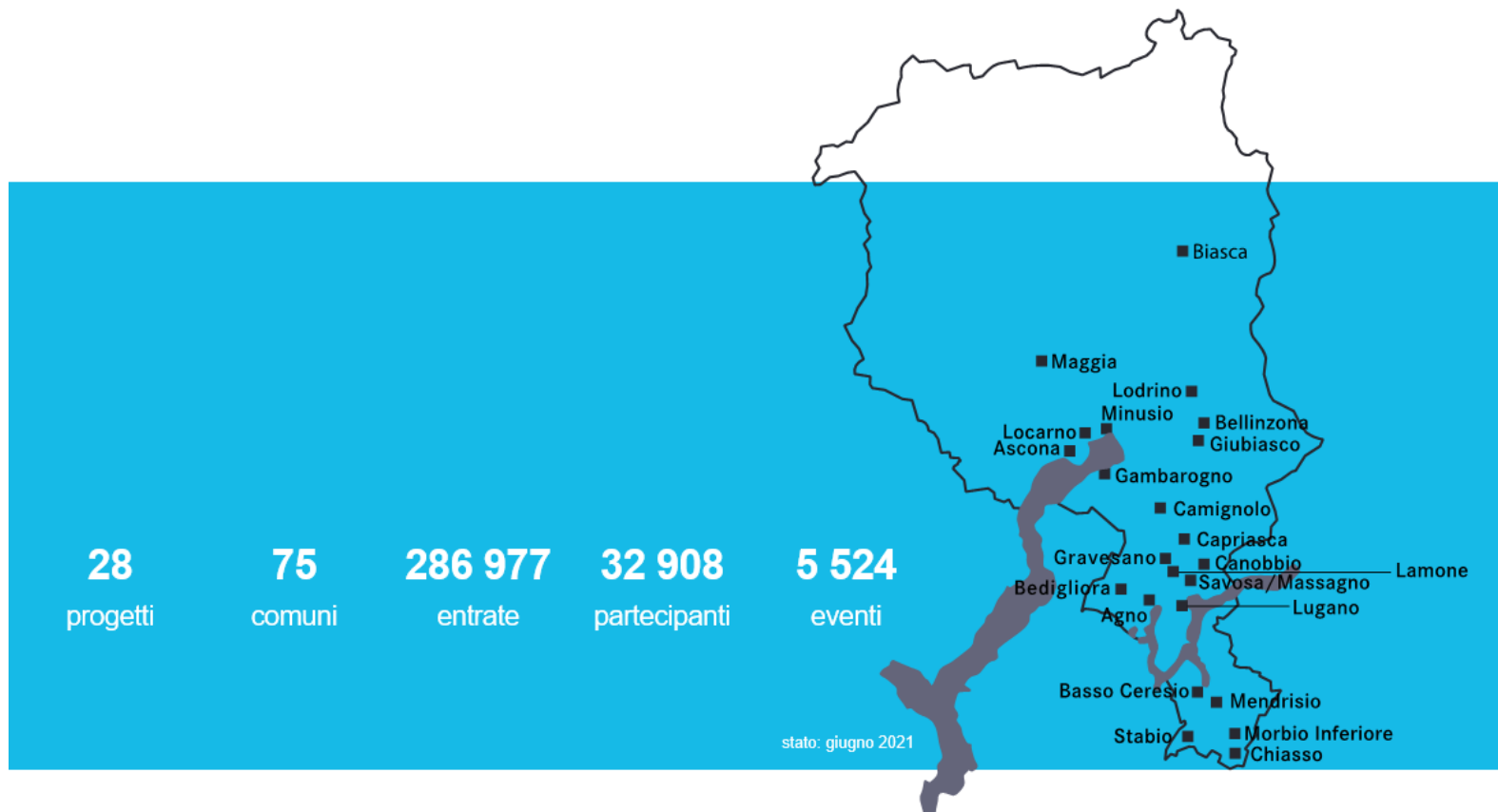


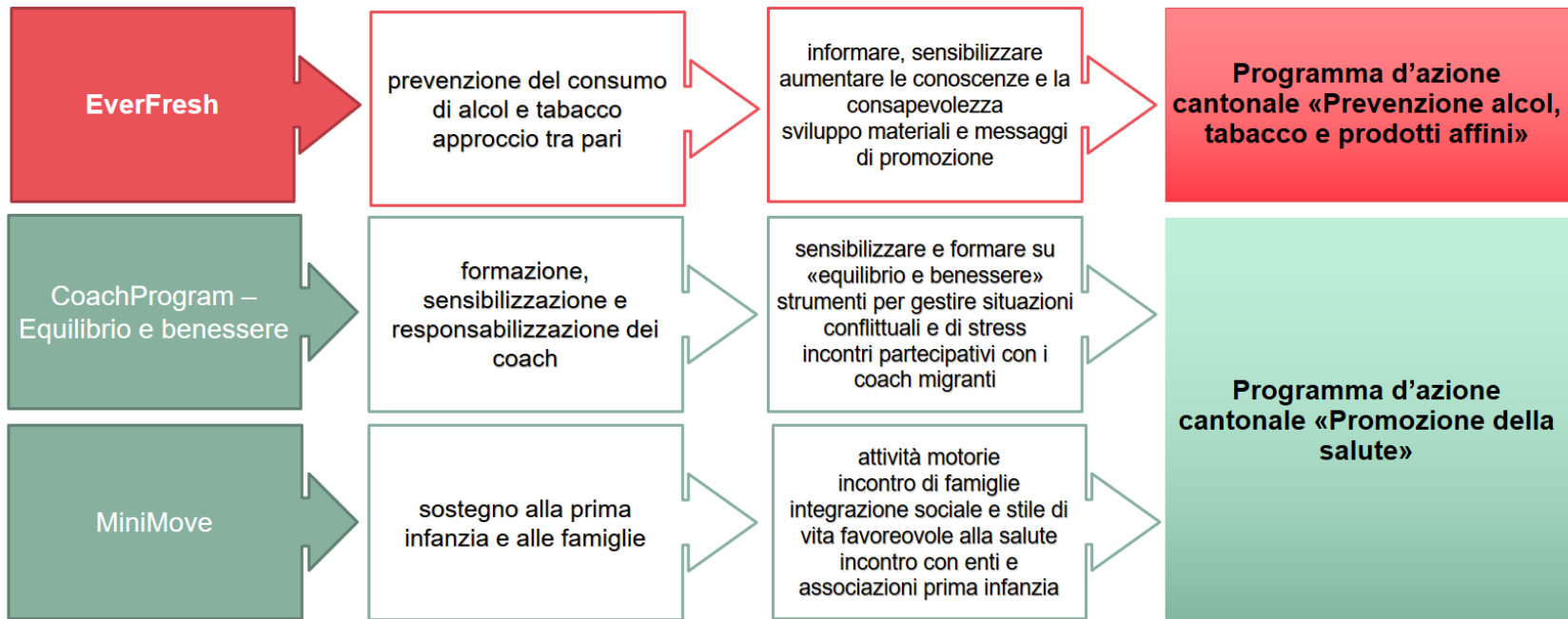
OpenSunday

Per bambini della scuola elementare con e senza disabilità



Dal 2009 in Ticino





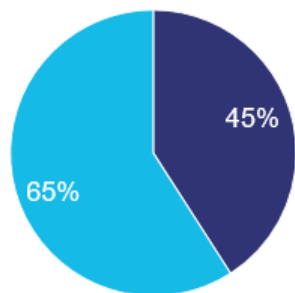
EverFresh – Prevenzione con brio



Stagione 2019 – 2020

16
eventi nei progetti
MidnightSports

25
giovani in media



■ ragazze ■ ragazzi

Attività

- Organi in fumo (effetti del tabacco sugli organi)
- C'è o non c'è? (prodotti nocivi contenuti nelle sigarette)
- EverQuiz (domande sui rischi del consumo di alcol, tabacco e prodotti affini)
- Miti e realtà (smentire le false credenze riguardo agli effetti della canapa)
- Twister della sobrietà (riflettere sugli effetti negativo dell'alcol)

prevenzione tra pari e approccio ludico



Stagione 2020 – 2021

Riorganizzazione a causa della pandemia

- Modalità virtuale
- Focus: impatto della situazione sanitaria sui giovani e sulle esigenze dei team, potenziamento del loro benessere
- Grande risposta e coinvolgimento
- Promozione delle risorse e capacità
- Sensibilizzazione sulla salute mentale
- Progetto «Incontri partecipativi» (candidati coach con percorso migratorio, richiedenti d'asilo minorenni non accompagnati)
- **Attività per la giornata mondiale della salute mentale (10 ottobre 2021).**

Qualche dato statistico

49 corsi team	9 corsi team su equilibrio e benessere
2 giornate formative per un totale di 100 partecipanti	56 capi progetto
300 coach	> 4000 turni di lavoro tra junior e senior coach



Stagione 2020 – 2021

16

pomeriggi

512

partecipazioni

- Interruzione causa pandemia
- Formazioni online
- Video per restare in contatto con le famiglie

Qualche dato statistico, dal 2013

3

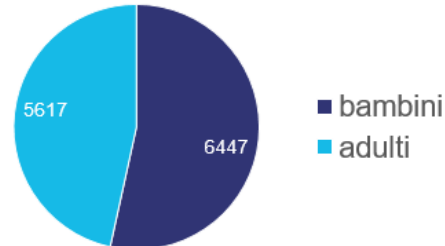
progetti

12 064

entrate

4 809

partecipazioni



- es. di collaborazioni: ABAD – consultorio genitori-bambini, SCUDO, SACD, ACSI, Famiglie diurne, Museo in erba, Il Tragitto, SOS.

Grazie per l'attenzione. Domande?





Repubblica e Cantone
Ticino

Ulteriori informazioni

Servizio di promozione e valutazione sanitaria

Via Dogana 16, 6501 Bellinzona

091 814 30 50

dss-spvs@ti.ch

Fondazione IdéeSport

Via Girella 33, 6814 Lamone

Claudia Michelotti

claudia.michelotti@ideesport.ch

www.ideesport.ch

Repubblica e Cantone Ticino

Dipartimento della sanità e della socialità

CARTELLA STAMPA
www.ti.ch/stampa