

Giornata regionale per la promozione dell'invecchiamento sano e attivo

21 giugno 2023 - Meyer Health Campus

Le politiche regionali sull'invecchiamento attivo

**Dott.ssa Monica Marini
Direzione Sanità, Welfare e Coesione Sociale**



- **Quadro di contesto**
- **Le politiche regionali**
 - **1 - PRP e PP02 Comunità attive**
 - **2 - PCTO Sanità digitale per comunità attive**
 - **3 - Luoghi di lavoro che promuovono salute**
 - **4 - Attività fisica adattata**
 - **5 - Promozione e sviluppo buone pratiche innovative del territorio**



Alcune considerazioni sull'Invecchiamento Attivo (IA)

- **IA** significa essere attivi in uno o più ambiti della sfera sociale (lavoro, volontariato, relazioni sociali, educazione, assistenza a familiari, fare i nonni, ecc.) o personale (attività del tempo libero, hobby, turismo, giardinaggio, musica, ecc.), scegliendo liberamente le attività nelle quali impegnarsi, a seconda delle proprie aspirazioni e motivazioni.
- **IA** (active ageing) è il mezzo per aspirare ad un invecchiamento in salute (healthy ageing).
- L'**IA** non riguarda soltanto la sfera individuale. I suoi benefici sono evidenti anche per la società nel suo complesso.
- Occorre creare condizioni per l'**IA** molto prima dell'età anziana



L'Invecchiamento Attivo a livello internazionale -1

È previsto che nel 2050 gli over 60, nel mondo, raddoppieranno rispetto a oggi arrivando a 2 miliardi ovvero al 22% della popolazione globale.



L'Invecchiamento Attivo a livello internazionale - 2

- **Piano di Azione per l'invecchiamento sano in Europa 2012-2026 dell'OMS**
- «è possibile fare di più per realizzare sistemi sanitari incentrati in modo più specifico sui pazienti anziani e per la copertura e l'accesso ai servizi sanitari pubblici per i gruppi di età più avanzata»
- «un invecchiamento sano ha un'importanza vitale per far sì che gli attuali livelli di benessere economico e di protezione sociale risultino sostenibili in futuro, anche tramite il contributo delle famiglie e le attività di volontariato, e per rispondere ai bisogni specifici di una forza lavoro in via di invecchiamento in Europa»



L'Invecchiamento Attivo a livello internazionale - 3

- **ONU - Agenda 2030**
- L'invecchiamento sano può contribuire a costruire una **società coerente, pacifica, più giusta, sicura e sostenibile**
- Un'azione per favorire l'invecchiamento in buona salute può aiutare a **combattere le disuguaglianze** e garantire che le persone anziane invecchino in modo sicuro in un luogo adatto a loro, che siano libere dalla povertà, che possano continuare a sviluppare le proprie capacità e che possano contribuire alle loro comunità mantenendo l'autonomia e la salute.
- L'Obiettivo 3 - Salute e benessere, promuove il binomio **salute-assistenza** a lungo termine per garantire la prevenzione delle malattie, la cura e la riabilitazione degli anziani, nonché l'accesso ai medicinali e alle tecnologie a favore del potenziamento delle capacità funzionali (tecnologie abilitanti). Perché mantenersi in salute in tutte le fasi della vita, porta con sé più indipendenza, più partecipazione sociale ed economica nella società e minori costi sanitari.
- L'invecchiamento attivo è riconosciuto dalle istituzioni di tutto il mondo come un **diritto sociale**, che rientra a pieno titolo nella realizzazione di una società sostenibile e per tutte le età.



IA a livello nazionale

PNP 2020-2025 e Comunità attive

- Il programma predefinito **PP02 - Comunità attive** ha, come macro obiettivo principale quello sulle Malattie croniche non trasmissibili il quale tra i suoi obiettivi trasversali, contempla:
- **1.8** Promuovere l'adozione consapevole di uno stile di vita sano e attivo in tutte le età e nei setting di vita e di lavoro, integrando cambiamento individuale e trasformazione sociale
- **1.10** Sviluppare la gestione proattiva dei fattori di rischio modificabili della demenza al fine di ritardare o rallentare l'insorgenza o la progressione della malattia
- **1.17** Identificare precocemente e prendere in carico i soggetti in condizioni di rischio aumentato per MCNT e/o affetti da patologia in raccordo con le azioni del Piano Nazionale Cronicità
- **1.18** Favorire nelle città la creazione di contesti favorevoli alla salute anche attraverso lo sviluppo di forme di mobilità sostenibile e la creazione di aree verdi e spazi pubblici sicuri, inclusivi e accessibili anche alle persone più anziane
- **1.19** Ridurre la prevalenza di anziani in condizioni di fragilità



IA livello regionale

1 - PRP 2020-2025 – PP02 Comunità attive

Con **DGR n. 1406 del 27/12/2021**, in attuazione del PNP 2020-2025, Regione Toscana ha approvato il **PRP 2020-2025** composto da 10 programmi predefiniti e 4 programmi liberi, il cui secondo programma predefinito è proprio il **PP02: Comunità attive**



IA livello regionale

1 - PRP 2020-2025 – PP02 Comunità attive

- La **DGR n. 1273/2022** ha approvato lo schema di Accordo di Collaborazione tra RT e AUSER-TOSCANA, ANCI-TOSCANA, FEDERSANITÀ-TOSCANA e le 3 Aziende UsI della Toscana, per la realizzazione di iniziative che favoriscono l'adozione di uno **stile di vita attivo** e la **promozione della salute della popolazione toscana nei vari ambienti di vita**, finalizzate al contrasto della sedentarietà, alla valorizzazione degli spazi pubblici e privati.



IA livello regionale

1 - PRP 2020-2025 – PP02 Comunità attive

- **Le principali attività a favore dell'invecchiamento attivo sono state individuate nell'accordo che rimarrà in vigore fino al 2025 e sulle quali stiamo facendo rete con Auser impegnata a:**
 - Supportare iscritti e cittadini per le campagne di vaccinazione attraverso azioni di assistenza per l'aumento delle coperture vaccinali e l'adesione consapevole alla vaccinazione (prenotazione e accompagnamento);
 - Predisporre iniziative su donne e salute di genere (medicina di genere, tumori femminili, violenza) per contrastare ogni forma di esclusione e discriminazione sociale;
 - Partecipare a formazione e ad iniziative che siano proattive per la diffusione nella collettività, di idonei comportamenti atti a contribuire alla salute e al benessere con l'adozione di sani e corretti stili di vita per migliorare la qualità della vita (promozione di una alimentazione sana);
 - Distribuire pasti a domicilio a persone fragili e in stato di isolamento;
 - Diffondere la cultura e la pratica della solidarietà e della partecipazione;
 - Incentivare l'attività motoria (ginnastica all'aperto, AFA, passeggiate);
 - Valorizzare l'esperienza, le capacità, la creatività e le idee degli anziani;
 - Sostenere il turismo sociale;
 - Prevenire le dipendenze/ludopatie/fumo/alcol;
 - Organizzare incontri sulla sicurezza domestica e sulla guida sicura;
 - Partecipare a percorsi di alfabetizzazione digitali con giovani studenti delle scuole toscane selezionati all'interno **PCTO** per sviluppare i rapporti di solidarietà e scambi intergenerazionali;
 - Contribuire ad iniziative per un consumo consapevole di farmaci;
 - Trattare le tematiche di affettività e sessualità negli anziani, con il coinvolgimento delle figure professionali opportune ed attraverso gli opportuni canali comunicativi.



2 - PCTO - “Sanità digitale per comunità attive”

- Grande partecipazione ha avuto l'edizione del **PCTO** (ex alternanza scuola lavoro) che, partito a fine 2022 e conclusosi da poco, è e sarà la lente di equità di tale programma e precisamente l'indicatore "Corsi di formazione rivolti a studenti/giovani del Servizio civile/PCTO, individuati come docenti" all'interno delle Comunità attive.

- Gli studenti hanno socializzato con circa **150 anziani** in 3 sedi regionali Auser: Sesto Fiorentino, Arezzo, Pontedera, facendo a loro volta da "docenti" e restituendo loro le competenze sanitarie digitali acquisite. Hanno dato loro una mano con l'uso dei cellulari personali, scaricando app utili, dando dritte per l'accesso veloce alla rubrica di famiglia e per l'utilizzo dei social su argomenti di interesse, ecc.

- **16 Studenti delle superiori** sono stati appositamente formati per favorire il passaggio di competenze digitali "utile" agli ultra 65enni. Hanno appreso come prenotare esami medici, per conoscere e servirsi del Fascicolo Sanitario Elettronico, come stampare i referti medici, come delegare formalmente altri per aiutarci...

- Questo percorso sicuramente continuerà con migliorie e nuove attività utili a limitare il divario e a favorire la diffusione di una competenza digitale "utile" agli over 65enni



IA livello regionale - 5

3 – Invecchiamento nel setting lavoro

- L'invecchiamento della popolazione lavorativa genera nuove sfide nelle aziende sia per gli aspetti relativi alla salute e alla sicurezza sia per l'efficienza e la produttività
- È necessario tramutare “questa nuova realtà demografica” in un'opportunità di miglioramento della salute personale e del benessere organizzativo aziendale.
- Senza opportune politiche di attenzione verso l'invecchiamento attivo si potrebbero determinare un incremento degli infortuni e delle inidoneità lavorative, un precoce e più intenso declino delle facoltà cognitive, una maggiore resistenza all'innovazione e al cambiamento, il moltiplicarsi di situazioni di microconflittualità organizzativa



3 - Invecchiamento attivo nel setting lavoro

- Regione Toscana dal 2016 ha iniziato a diffondere con il programma **"Luoghi di lavoro che promuovono salute"** azioni di sensibilizzazione all'invecchiamento in salute, alla promozione di corretti stili di vita, al contenimento dello stress, alla conciliazione vita/lavoro
- Imprese ed enti, pubblici e/o privati, con questo programma possono insieme al referente aziendale USL valutare l'adozione di una policy per la promozione di stili di vita salutari, per prevenire rischi comportamentali e produrre benessere
- Il programma toscano è rivolto tanto alle micro e piccole imprese (fino a 49 lavoratori), quanto a quelle di dimensioni medio/grandi



4 - AFA - Attività Fisica Adattata

Delibera n. 903 del 7 agosto 2017



REGIONE TOSCANA
UFFICI REGIONALI GIUNTA REGIONALE

ESTRATTO DAL VERBALE DELLA SEDUTA DEL 07-08-2017 (punto N 59)

Delibera N 903 del 07-08-2017

Proponente
STEFANIA SACCARDI
DIREZIONE DIRITTI DI CITTADINANZA E COESIONE SOCIALE

Publicita'/Pubblicazione Atto soggetto a pubblicazione su Banca Dati (PBD)
Dirigente Responsabile Lorenzo ROTI
Estensore Lorenzo ROTI
Oggetto

Sviluppo di azioni a sostegno dell'invecchiamento attivo della popolazione toscana: aggiornamento indirizzi organizzativi per l'attività fisica adattata (AFA) e indirizzi per l'adozione di iniziative a supporto dell'attività fisica nella comunità. Destinazione risorse.

Sviluppo di azioni a sostegno dell'invecchiamento attivo della popolazione toscana: aggiornamento indirizzi organizzativi per l'attività fisica adattata (AFA) e indirizzi per l'adozione di iniziative a supporto dell'attività fisica nella comunità. Destinazione risorse

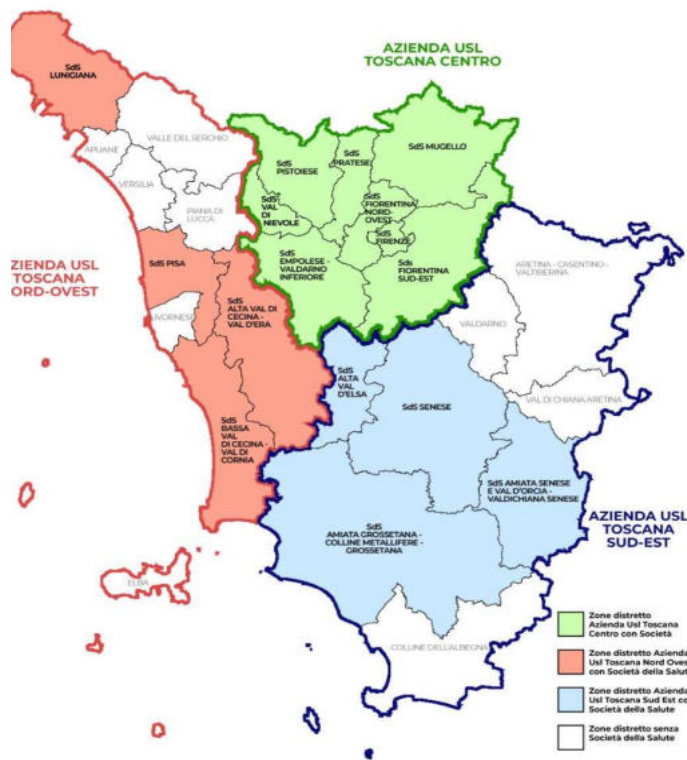


AFA - Attività Fisica Adattata

- Per Attività Fisica Adattata (AFA) si intendono programmi di esercizio per persone con problemi cronici di salute, svolti in gruppo ed indirizzati alla acquisizione di stili di vita attivi e alla prevenzione o mitigazione della disabilità.
- L'AFA non è attività riabilitativa, quindi non è a carico del SSN, ma rientra nell'ambito degli obiettivi individuati dalla programmazione regionale per la Sanità di Iniziativa e tra le azioni di promozione dell'Invecchiamento attivo. L'AFA è promossa dalle Aziende USL nell'ambito del Piano Integrato di Salute (PIS) ed è programmata e gestita dalle Zone-Distretto/SdS.
- L'AFA è articolata in tre differenti programmi di esercizi, ciascuno dei quali dà risposte a cittadini con differenti livelli di capacità funzionale:
 - a) AFA per soggetti con autonomia funzionale conservata (all.A DGRT 1418/16);
 - b) AFA Otago, per soggetti con autonomia funzionale conservata e a rischio di caduta (DGRT 878/15);
 - c) AFA per soggetti con ridotta competenza funzionale (all.B DGRT 1418/16)



Allegato A) impegni per il Direttore di Zona-distretto (a)



L'AFA rientra

1. nell'ambito degli obiettivi individuati dal SST per la Sanità di Iniziativa
2. tra le azioni di promozione dell'Invecchiamento attivo.

E' promossa dalle Aziende USL nell'ambito del Piano Integrato di Salute (PIS) ed è programmata e gestita dalle Zone-Distretto/SdS

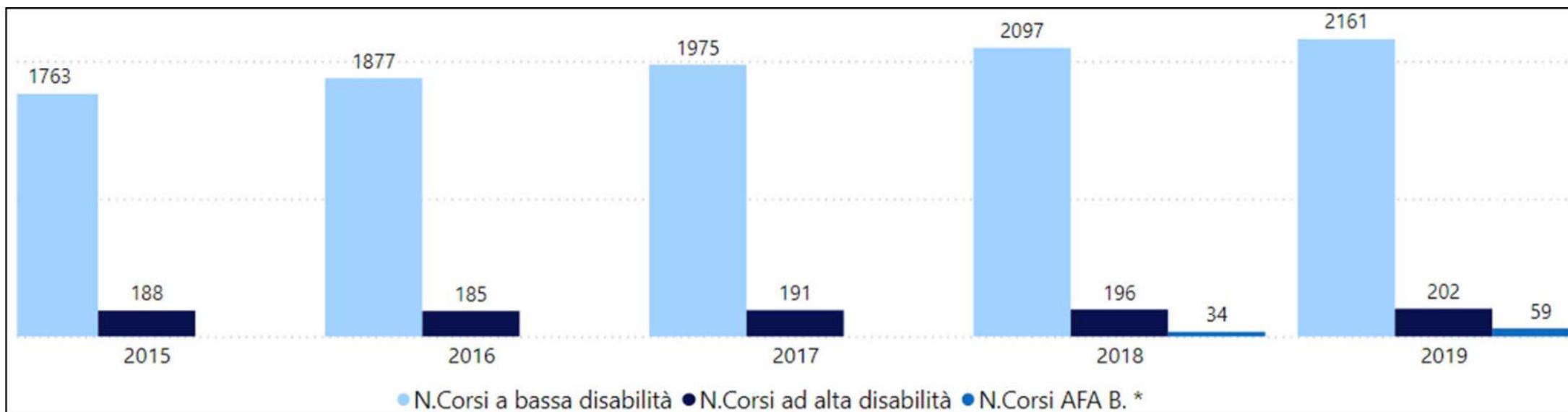
- ❖ Responsabile dell'attività è il Direttore della Zona-Distretto/SdS.
- ❖ I risultati dell'attività concorrono alla valutazione del DG e del Direttore di Zona/Distretto.
- ❖ L'organizzazione dell'AFA è gestita all'interno delle Zone-Distretto/SdS in riferimento al Regolamento approvato a livello aziendale.

Deve prevedere la presenza di:

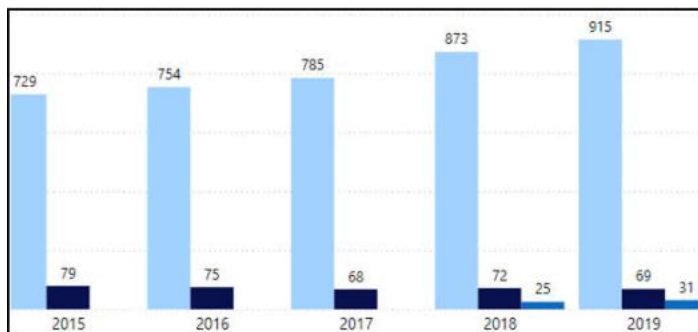
1. un Coordinamento strategico aziendale
2. un Coordinamento operativo all'interno di ciascuna Zona-Distretto/SdS



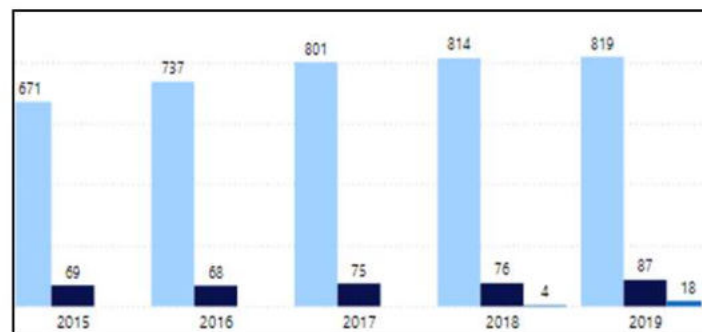
Numero Corsi Attivati per Tipologia 2015-2019



Centro



Nord-Ovest

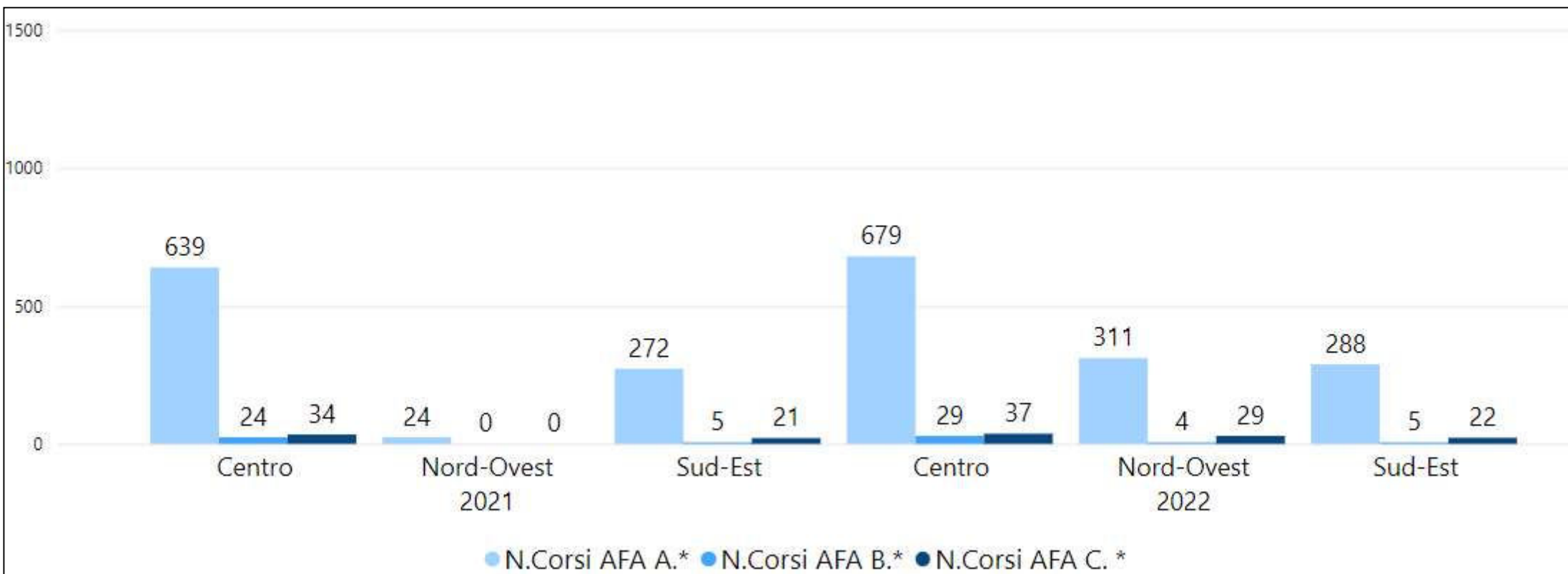


Sud-Est

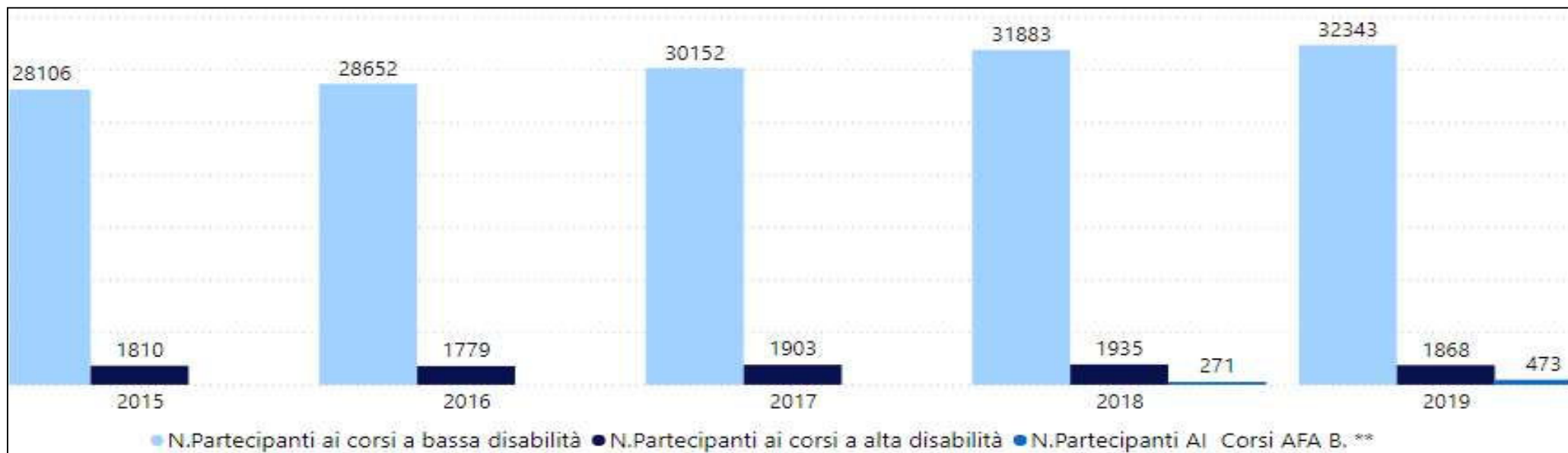


Numero Corsi Attivati per Tipologia 2021-2022

Nel 2020 causa COVID non è stata effettuata la rilevazione



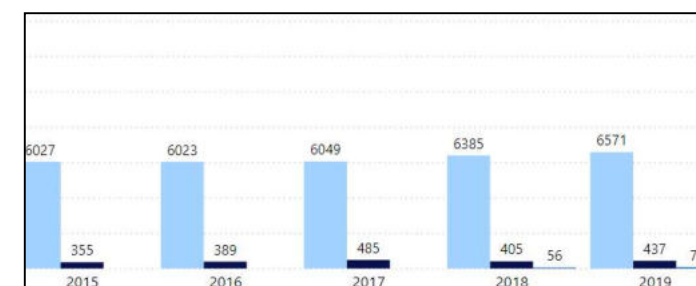
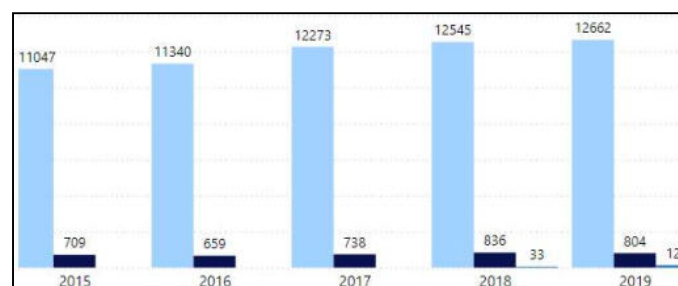
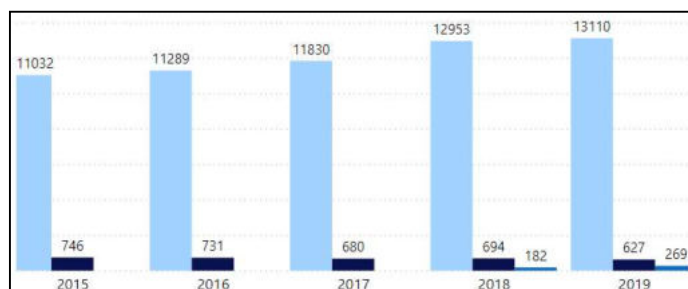
Partecipanti Corsi Attivati per Tipologia 2015-2019 Numero



Centro

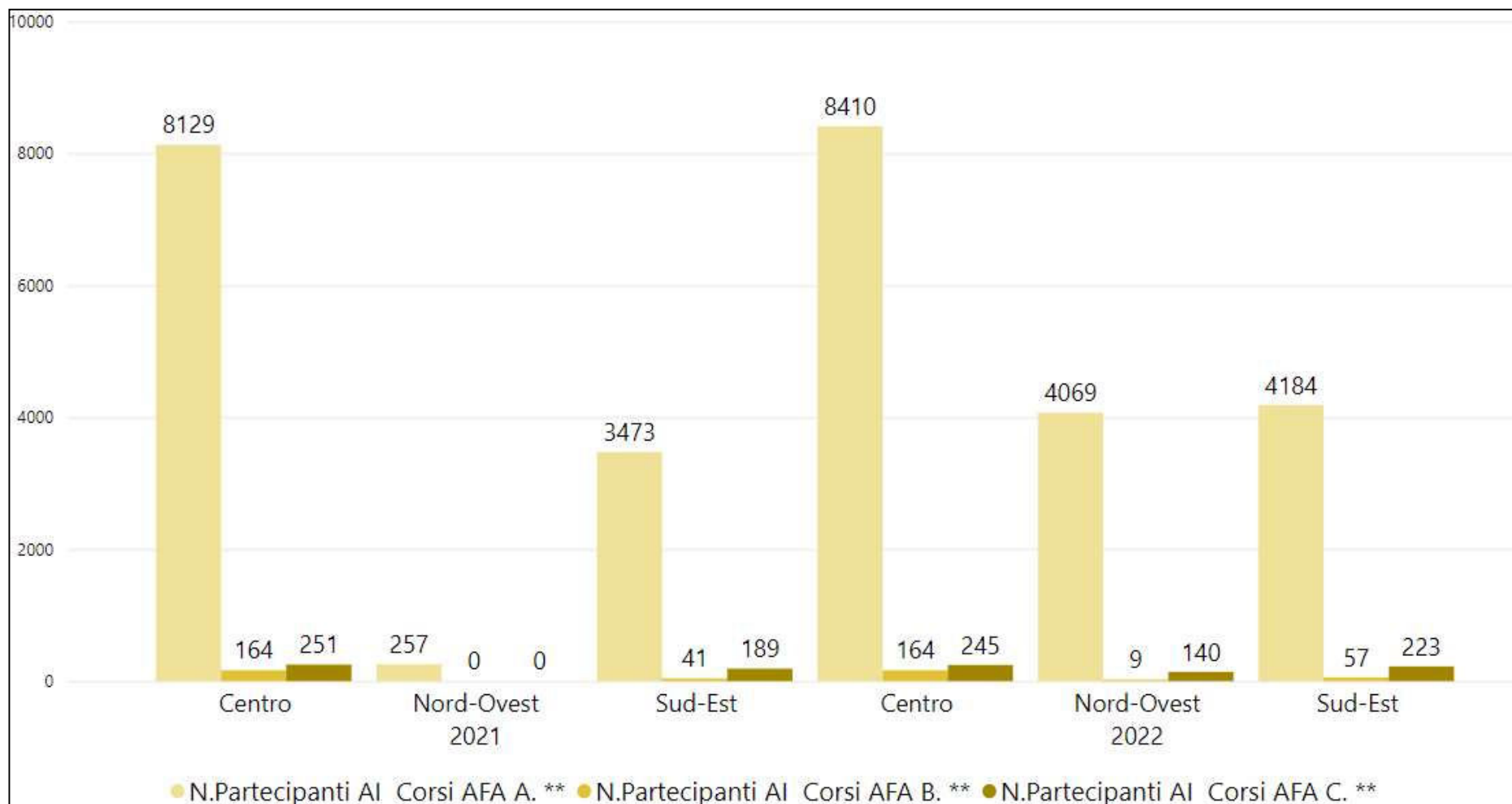
Nord-Ovest

Sud-Est



Numero Partecipanti Corsi Attivati per Tipologia 2021-2022

Nel 2020 causa COVID non è stata effettuata la rilevazione



5 - Promozione buone pratiche innovative del territorio

- Ricognizione buone pratiche attive
- Progetto di valorizzazione e diffusione
 - analisi del valore
 - definizione di meta indicatori
 - periodo di attuazione
 - valutazione e successiva diffusione a livello regionale, nazionale e internazionale tramite la European Innovation Partnership on Active and Healthy Ageing
- Da settembre 2023



• La politiche regionali della Toscana:

- Favoriscono la visione dell'anziano come risorsa
- Favoriscono il dialogo intergenerazionale, la trasmissione delle conoscenze e dell'esperienza alle nuove generazioni
- Tendono a creare un processo virtuoso e autonomo che vuole condurre all'interiorizzazione del paradigma dell'invecchiamento attivo da parte di tutta la società e alla sostenibilità delle politiche relative
- Incentivano percorsi di attività fisica e socializzazione
- Si propongono di superare la concezione delle categorie sociali basata sulla scansione anagrafica, affinché l'invecchiamento attivo sia inteso in una prospettiva di "corso di vita", dal momento che a invecchiare si inizia fin dalla nascita



Grazie per l'attenzione!

*Chiunque smetta di imparare è vecchio,
che abbia 20 o 80 anni.*

Chiunque continua ad imparare resta giovane.

*La più grande cosa nella vita è
mantenere la propria mente giovane.*

(Henry Ford)

