



**COMPETENZE DI
SALUTE**
**Realizzazione di
Percorsi per ammalati
e familiari**

Ermanno Rondini
Luoghi di Prevenzione
17-18 Aprile 2013



Come si distingue il Progetto

Favorire la trasversalità delle competenze come obiettivo culturale delle professionalità che incontrano la malattia neoplastica

Non sovrapporsi, ma integrare e facilitare l'accesso ai servizi che già esistono

Distinguersi da tutti gli interventi di supporto psiconcologico e da tutti gli interventi legati ai percorsi di cure palliative

Favorire la capacità di contrattare obiettivi di salute (capacità di prendersi cura attiva di sé)

Mettere al centro i **Vissuti** legati alla malattia neoplastica come focus di approfondimento personale per le persone direttamente coinvolte

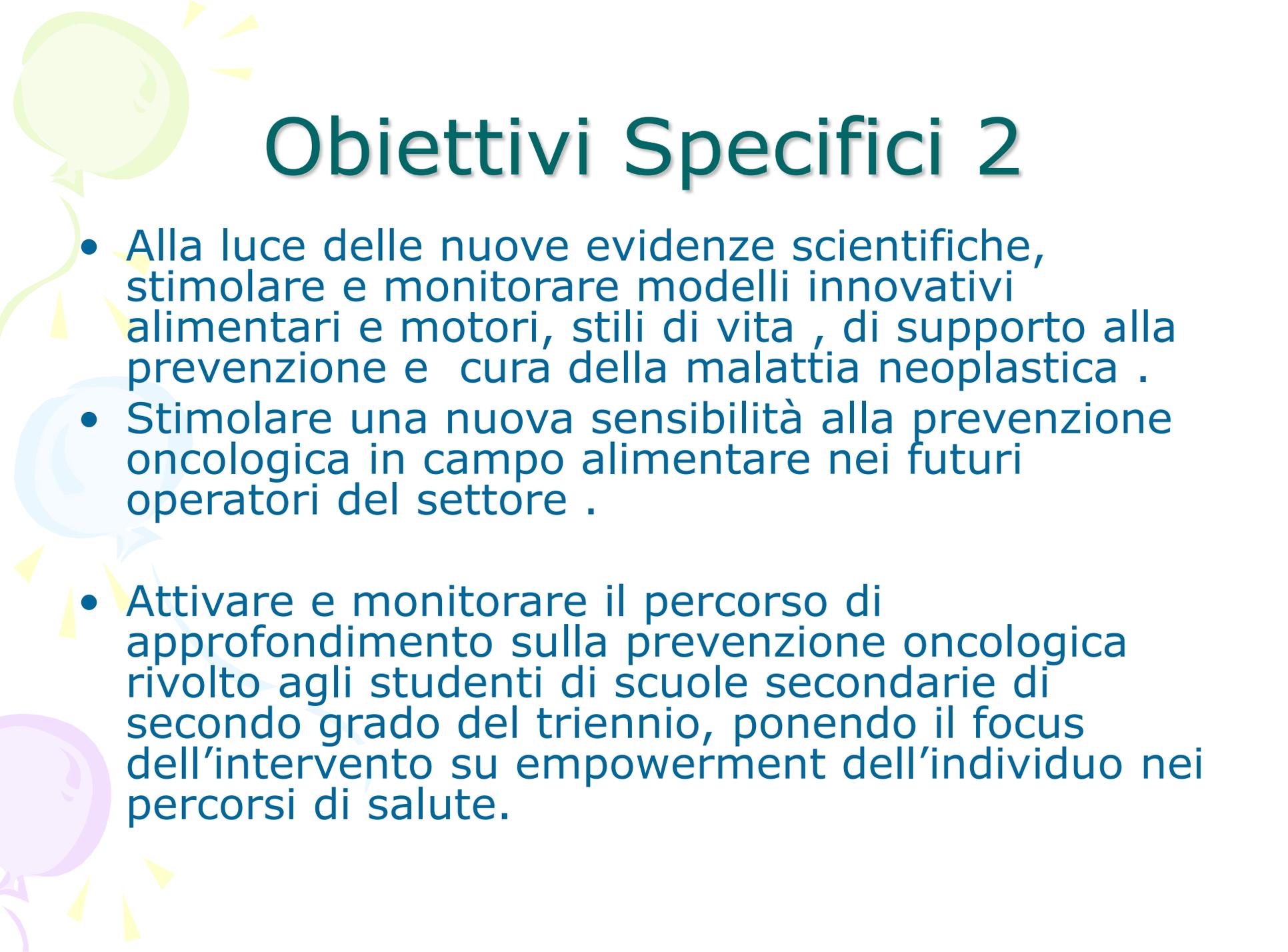
Favorire la **comunicazione** e il **miglioramento delle relazioni** come focus di approfondimento per professionisti, volontari, parenti.





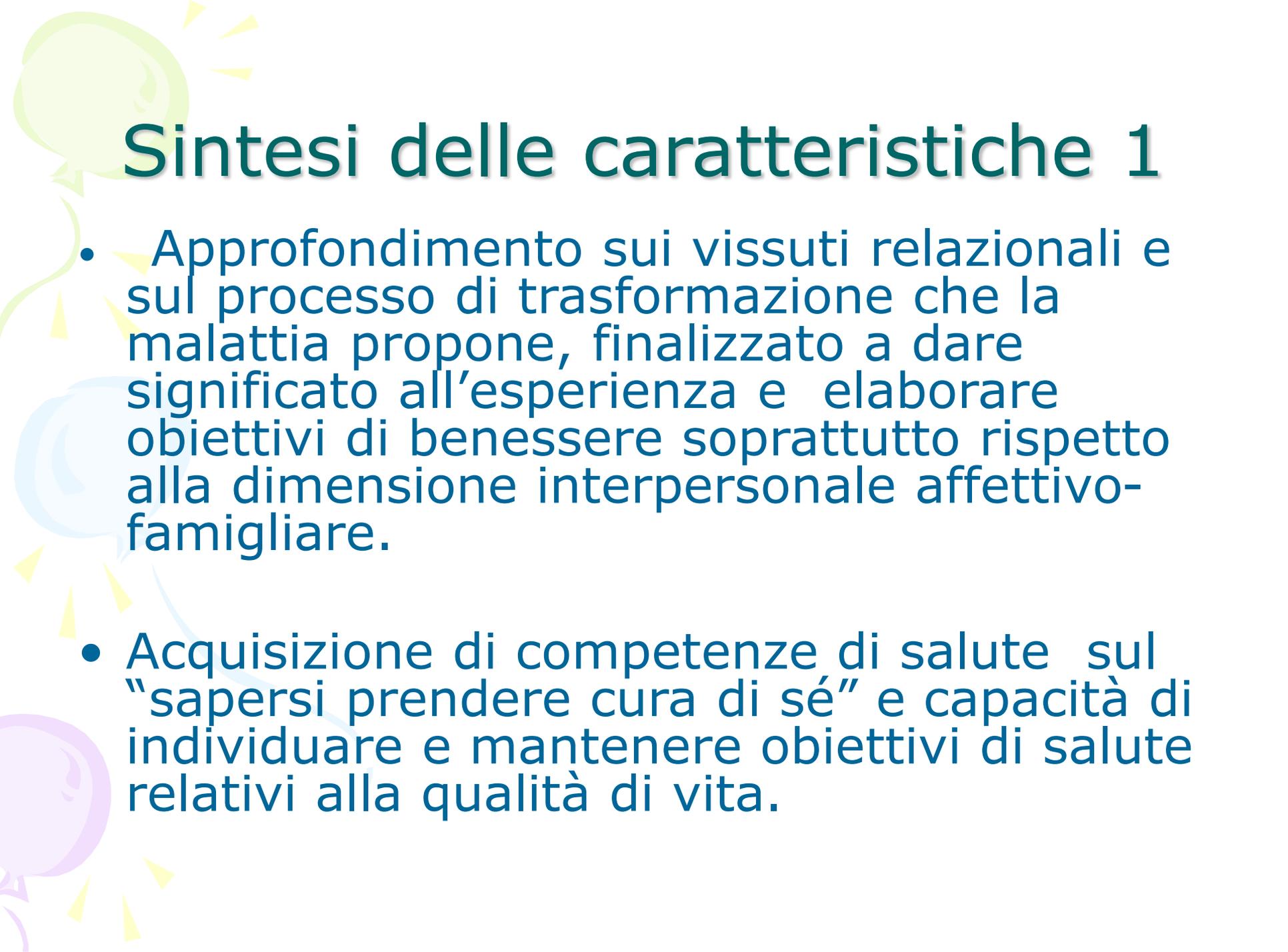
Obiettivi Specifici 1

- Migliorare l'organizzazione dei Servizi per favorire la gestione di rete dei percorsi assistenziali rivolti alla malattia neoplastica
 - Attivare e monitorare percorsi di supporto integrato all'ammalato neoplastico e alla sua famiglia che manifestino strette azioni di rete fra Lega contro i Tumori (e altre Associazioni di Volontariato Assistenziale) , Unità Operative Oncologiche, SIAN, Cure Primarie.
 - Estendere i protocolli sulla gestione integrata nei servizi delle regioni aderenti al progetto (Emilia Romagna ,Molise ,Puglia ,Sardegna)
- 
- 



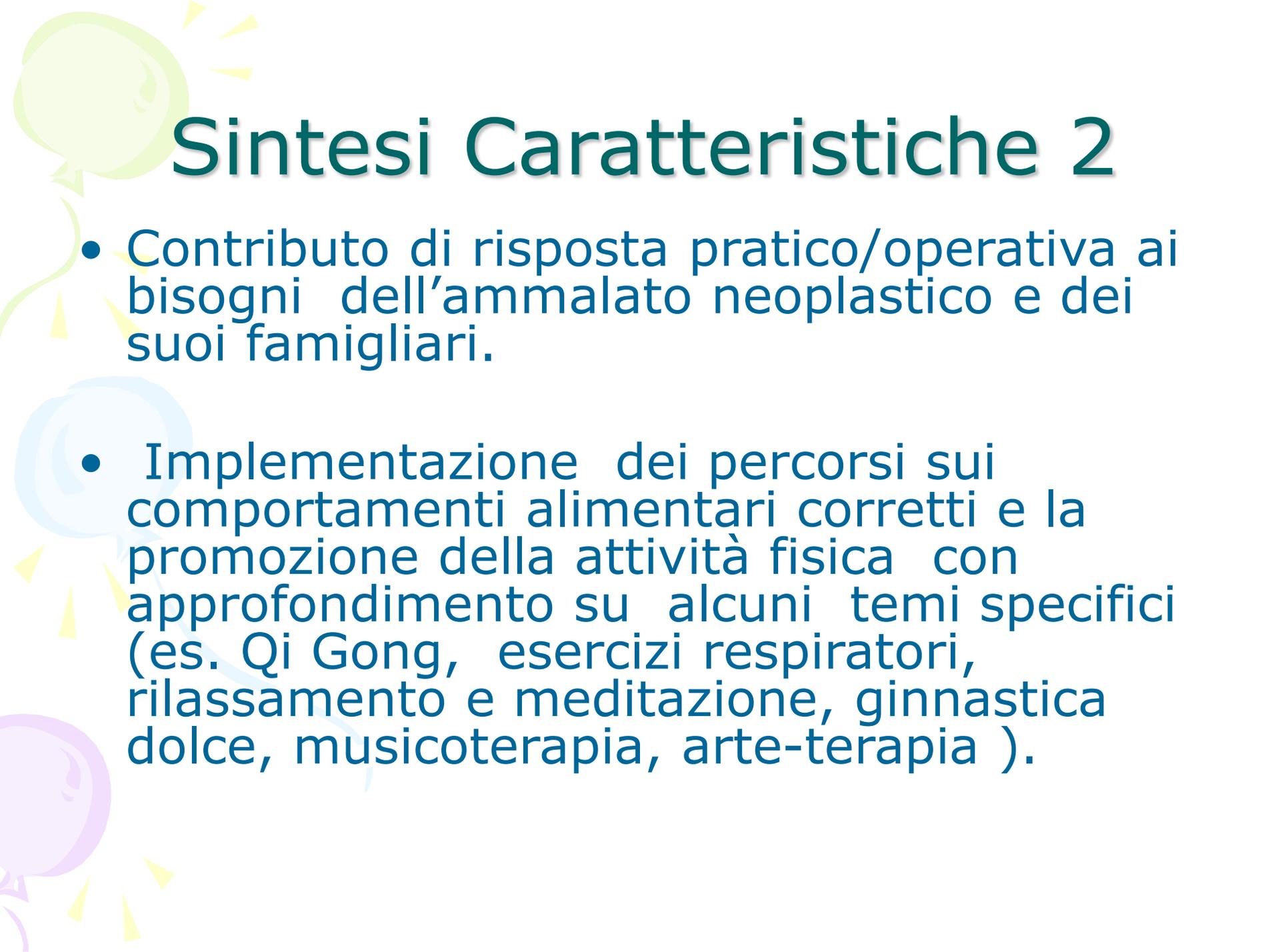
Obiettivi Specifici 2

- Alla luce delle nuove evidenze scientifiche, stimolare e monitorare modelli innovativi alimentari e motori, stili di vita , di supporto alla prevenzione e cura della malattia neoplastica .
- Stimolare una nuova sensibilità alla prevenzione oncologica in campo alimentare nei futuri operatori del settore .
- Attivare e monitorare il percorso di approfondimento sulla prevenzione oncologica rivolto agli studenti di scuole secondarie di secondo grado del triennio, ponendo il focus dell'intervento su empowerment dell'individuo nei percorsi di salute.



Sintesi delle caratteristiche 1

- Approfondimento sui vissuti relazionali e sul processo di trasformazione che la malattia propone, finalizzato a dare significato all'esperienza e elaborare obiettivi di benessere soprattutto rispetto alla dimensione interpersonale affettivo-famigliare.
- Acquisizione di competenze di salute sul "sapersi prendere cura di sé" e capacità di individuare e mantenere obiettivi di salute relativi alla qualità di vita.



Sintesi Caratteristiche 2

- Contributo di risposta pratico/operativa ai bisogni dell'ammalato neoplastico e dei suoi familiari.
- Implementazione dei percorsi sui comportamenti alimentari corretti e la promozione della attività fisica con approfondimento su alcuni temi specifici (es. Qi Gong, esercizi respiratori, rilassamento e meditazione, ginnastica dolce, musicoterapia, arte-terapia).

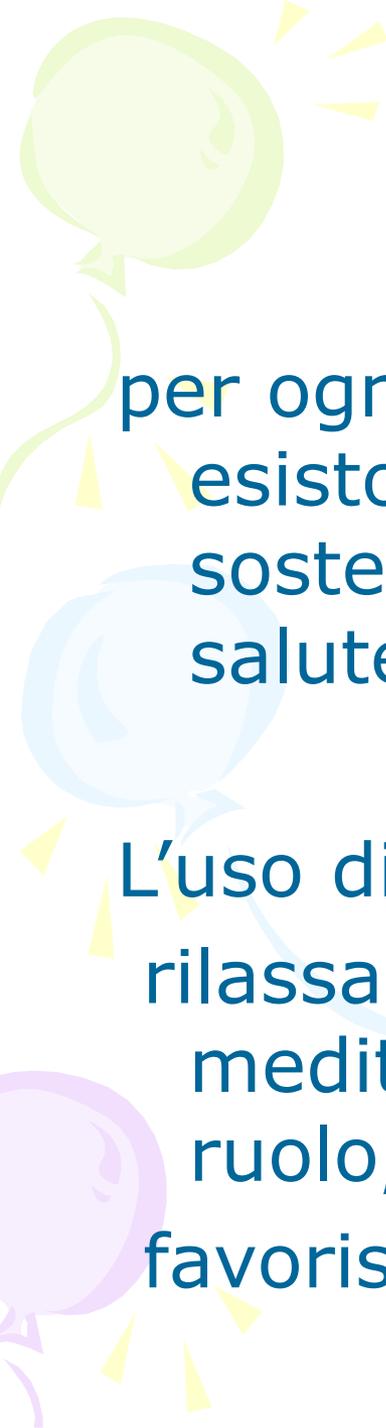
Presupposti metodologici e teorici

Dall'approccio bio-medico (dualismo mente/corpo) all'approccio psico-sociale:

Intervento rivolto alla persona per potenziare le capacità individuali di prendersi cura attiva di sé

Attenzione all'interazione fra cause biologiche, psicologiche, sociali e ambientali nel percorso dalla prevenzione alla cura del processo di malattia.

Lettura del Percorso salute/ malattia come continuum psicofisico



Come favorire il cambiamento:

per ogni fase del processo di cambiamento esistono strumenti specifici che sostengono la contrattazione di obiettivi di salute .

L'uso di tecniche interattive :
rilassamento, scrittura creativa,
meditazione, laboratori espressivi, gioco di ruolo, play back theatre, psicodramma...
favorisce la motivazione al cambiamento.



LE TECNICHE INTERATTIVE SONO STRUMENTI MOTIVAZIONALI

perché facilitano :

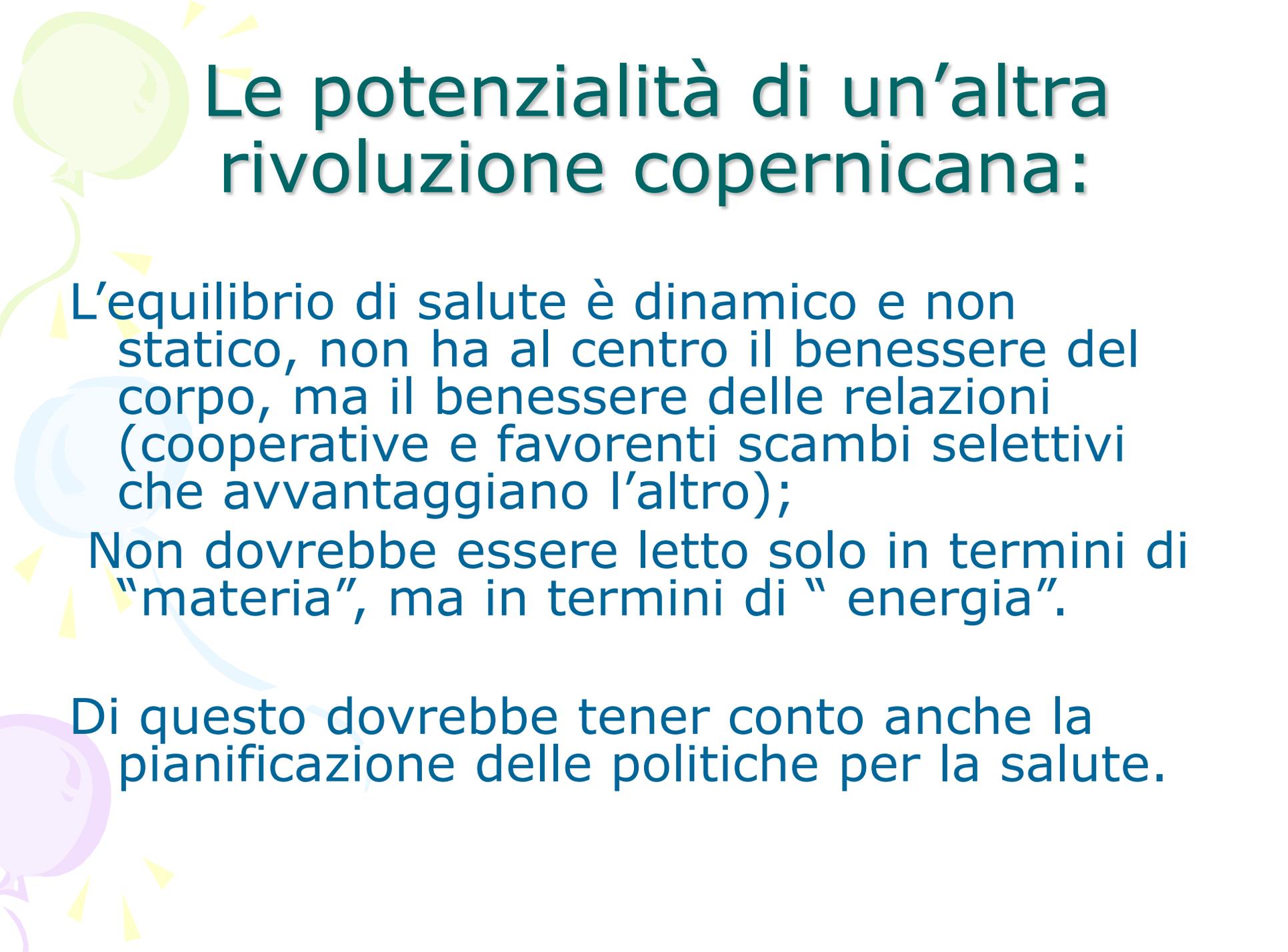
- Esplorazione della sfera dei bisogni (insoddisfazioni/
preoccupazioni)
 - Espressione dei propri bisogni
 - Ascolto e lavoro attivo su desiderio e propensione al
cambiamento, con sostegno all' autoefficacia
 - Capacità di contrattare obiettivi di salute in modo
intenzionale
- 

Perché la dimensione olistica si concilia con il pensiero scientifico:

L'organismo umano è un insieme integrato di campi energetici interdipendenti in un reticolo di interazioni

è il contributo della fisica quantistica alla biologia.

Le disfunzioni biologiche possono derivare da difetti della comunicazione in qualunque punto del reticolo.



Le potenzialità di un'altra rivoluzione copernicana:

L'equilibrio di salute è dinamico e non statico, non ha al centro il benessere del corpo, ma il benessere delle relazioni (cooperative e favorevoli scambi selettivi che avvantaggiano l'altro);

Non dovrebbe essere letto solo in termini di "materia", ma in termini di "energia".

Di questo dovrebbe tener conto anche la pianificazione delle politiche per la salute.



World
Cancer
Research Fund

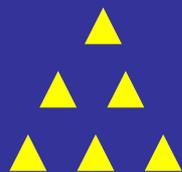
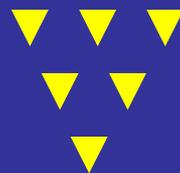


American
Institute for
Cancer Research

**Food, Nutrition,
Physical Activity,
and the Prevention
of Cancer:**
a Global Perspective

WCRF 2007:

- Mantenersi snelli per tutta la vita
- Praticare quotidianamente esercizio fisico
- Evitare bevande zuccherate
- Limitare le bevande alcoliche
- Limitare i cibi ad alta densità calorica
- Basare l'alimentazione quotidiana prevalentemente su un'ampia varietà di cereali non raffinati, legumi, verdure e frutta
- Limitare le carni rosse
- Limitare sale e cibi conservati sotto sale
- Evitare le carni conservate
- Ricavare i nutrienti dai cibi, non da integratori
- Allattare i figli
- *Le stesse raccomandazioni valgono anche, in assenza di specifiche controindicazioni, per le persone che hanno avuto un tumore*



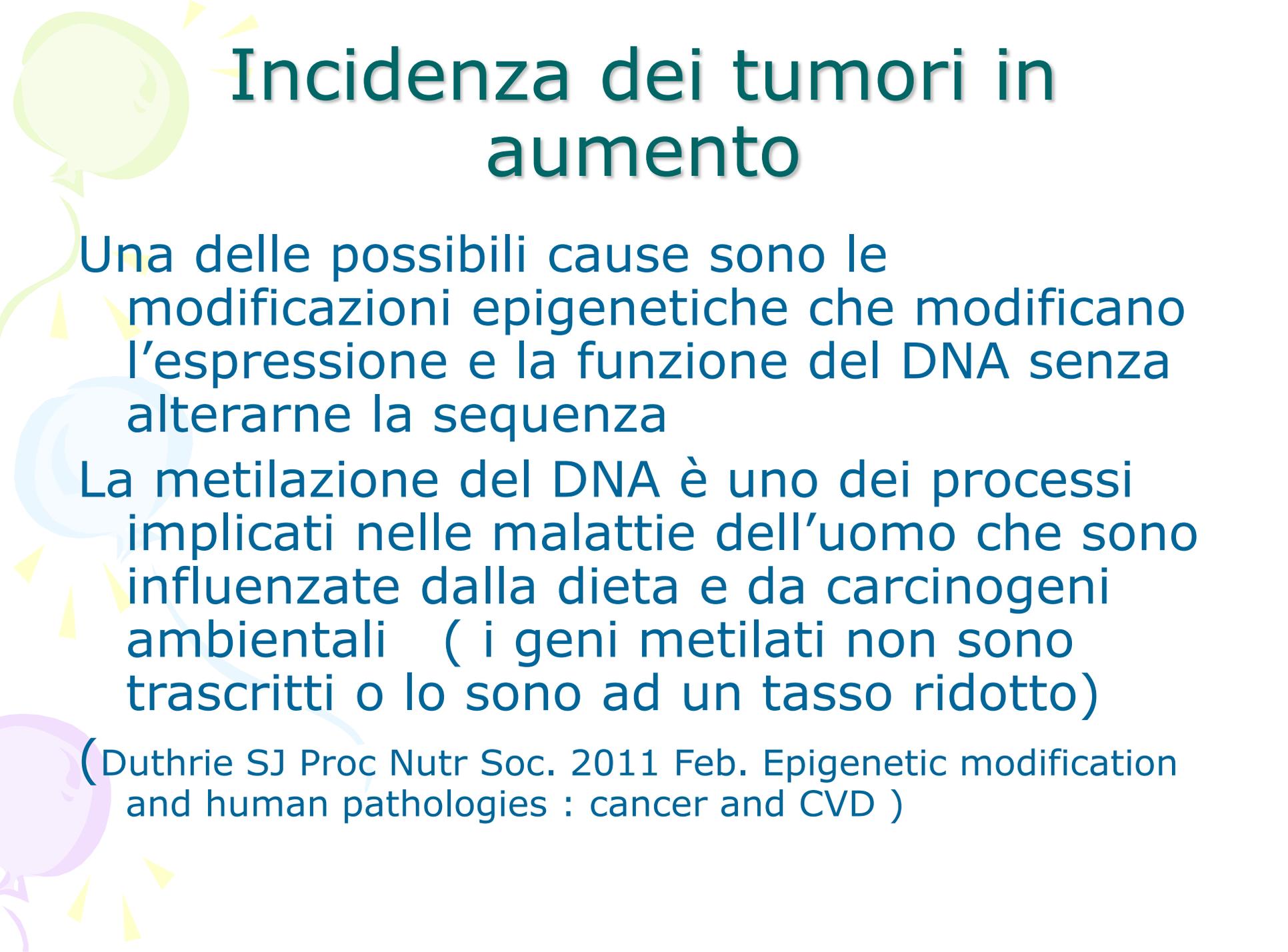
Alterazioni Epigenetiche come fattori eziologici

Le evidenze suffragano l'ipotesi che tutti i bersagli epigenetici riconosciuti (metilazione DNA , modifica di Istoni ed espressione dei micro-RNA)

sono influenzati da esposizioni ambientali (dieta, tabacco, alcool, attività fisica, stress, carcinogeni ambientali, agenti infettivi)

che associati a fattori genetici giocano un rilevante ruolo nell'eziologia del cancro .

(Methers JC –Adv.Genet. 2010 induction of epigenetic alteration by dietary and other environmental)



Incidenza dei tumori in aumento

Una delle possibili cause sono le modificazioni epigenetiche che modificano l'espressione e la funzione del DNA senza alterarne la sequenza

La metilazione del DNA è uno dei processi implicati nelle malattie dell'uomo che sono influenzate dalla dieta e da carcinogeni ambientali (i geni metilati non sono trascritti o lo sono ad un tasso ridotto)

(Duthrie SJ Proc Nutr Soc. 2011 Feb. Epigenetic modification and human pathologies : cancer and CVD)



Metilazione del DNA

Ipometilazione aumenta l'espressione dei protooncogeni (stimolo alla proliferazione e metastasi)

l'ipermetilazione riduce l'espressione dei geni soppressori ,DNA Gene Repair

Ne consegue aumento del rischio di cancro e di malattia cardiovascolare

Agenti chimici ambientali nuovo concetto

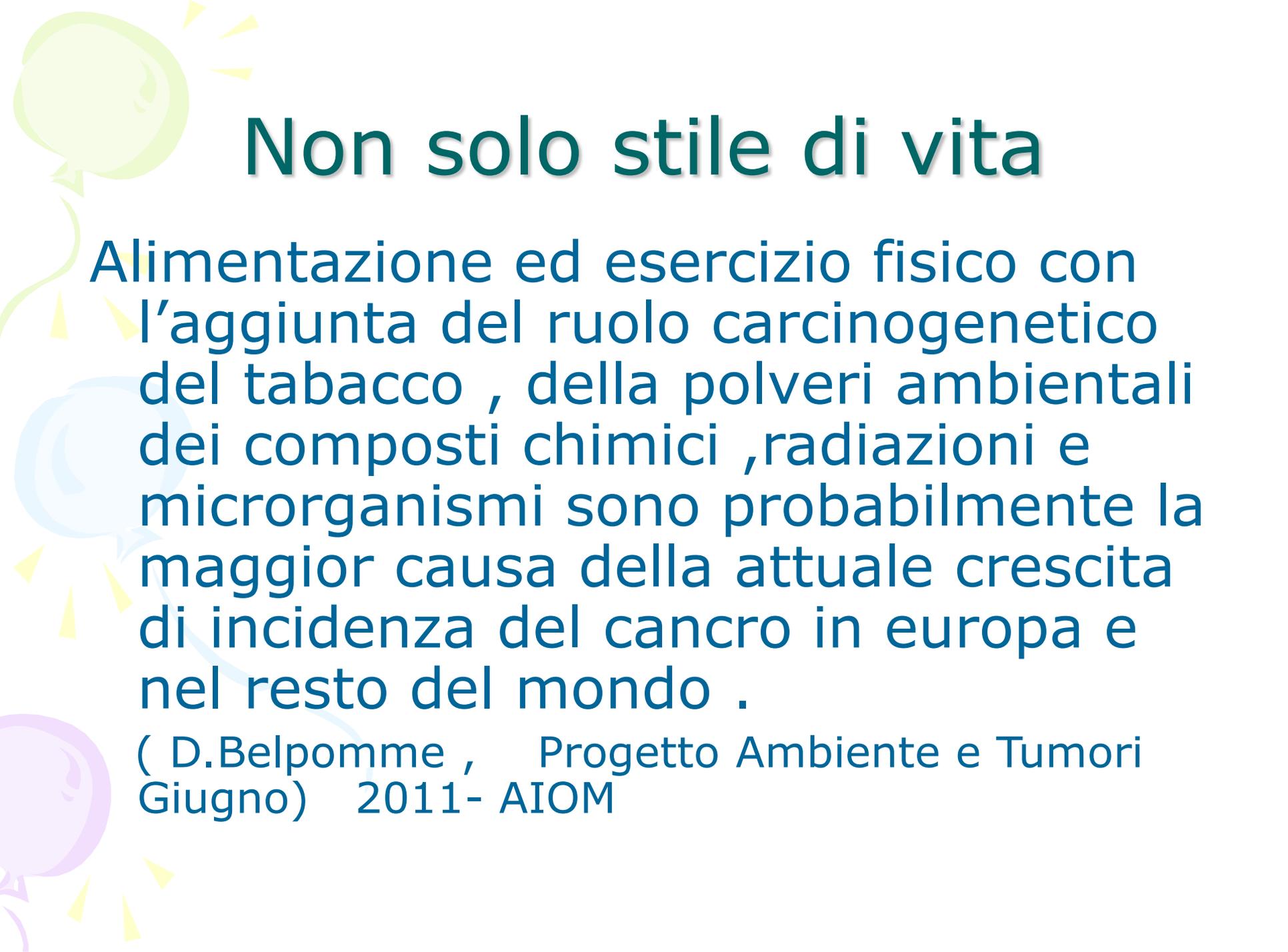
La crescente esposizione ad agenti chimici ambientali, che si comportano come disturbatori endocrini, possono alterare l'espressione genica attraverso alterazioni epigenetiche con modifiche funzionali in tessuti ed organi ;
non solo producendo cancro ma anche aumentando la sensibilità al cancro nelle generazioni successive, queste alterazioni epigenetiche non determinano modifiche del DNA ma potrebbero essere ereditabili dalle generazioni successive .

(Tomatis L. Prenatal exposure to chemical carcinogens and its effect on subsequent generations . Natl cancer Inst Monog. 1979 .)

Ipotesi : cancro malattia dello sviluppo / crescita

I tumori ormono-dipendenti potrebbero essere determinati da un'effetto carcinogenetico perinatale di agenti sregolatori endocrini .

Nelle fasi fetali ,infantili ed adolescenziali ,con crescita cellulare intensa ,gli organismi sono molto vulnerabili a qualsiasi agente esogeno ,fisico,chimico o biologico .



Non solo stile di vita

Alimentazione ed esercizio fisico con l'aggiunta del ruolo carcinogenetico del tabacco , della polveri ambientali dei composti chimici ,radiazioni e microrganismi sono probabilmente la maggior causa della attuale crescita di incidenza del cancro in europa e nel resto del mondo .

(D.Belpomme , Progetto Ambiente e Tumori Giugno) 2011- AIOM



Nuovo modello cancerogenetico

Le sollecitazioni provenienti dall'esterno e le trasformazioni molecolari a carico delle principali biomolecole sono riconosciute come strettamente interconnesse e interdipendenti .

Il genoma viene a configurarsi come un network molto sofisticato e complesso di molecole (DNA + epigenoma) in continua interazione dinamica tra loro e in continua trasformazione reattiva e adattativa (modifiche endogene) in risposta alle sollecitazioni-informazioni provenienti dall'esterno

- •(Burgio Ernesto Progetto Ambiente e Tumori 2011- AIOM)

