

Il Modello TransTeorico

I percorsi di prevenzione sul TTM a Luoghi di prevenzione

Giovanni Forza & Federica Tognazzo



Quanti operatori della salute ci vogliono per cambiare una lampadina?



La via migliore per avere una buona salute è prendersi cura di sè



Il suo stile di vita la sta distruggendo



Lei dovrebbe cambiare le sue abitudini alimentari, e smettere di bere e fumare



Iniziare un programma di attività fisica, riposare di più ed imparare a gestire lo stress



Ha ragione, dottore. Grazie!



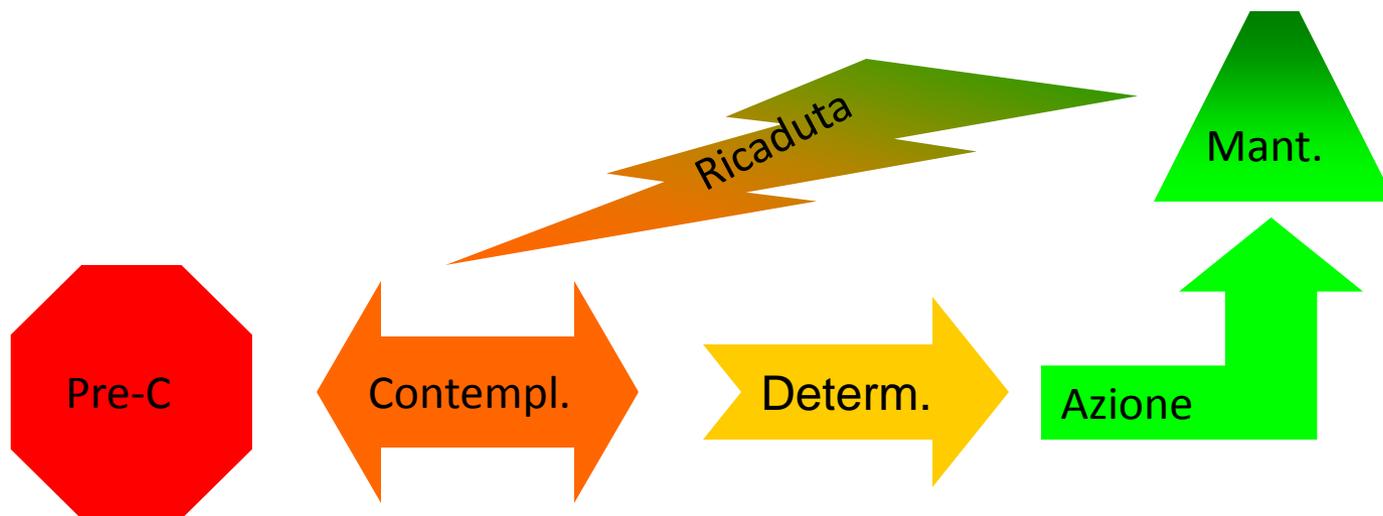
Ragazzi! Devo proprio trovare un altro medico



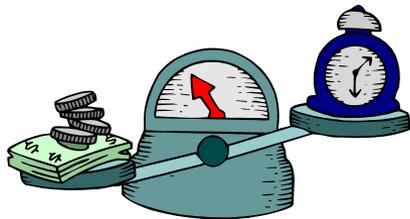
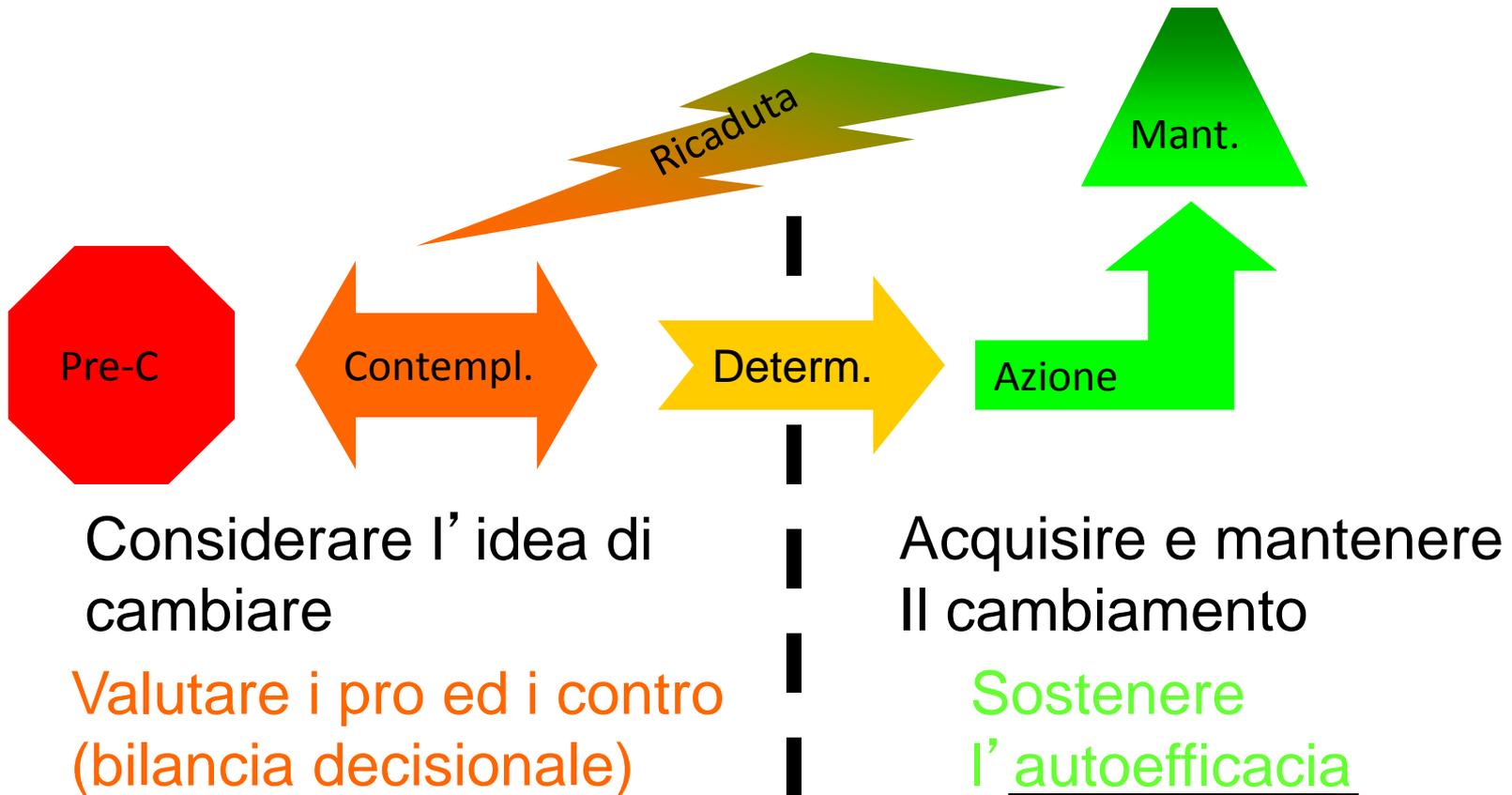
© 1983 by NEA, Inc.
Bill Berner

esperienze
attività fisica
e alimentazione
Luoghi di
Prevenzione
emozioni
conoscenza

La motivazione, un cammino della persona...



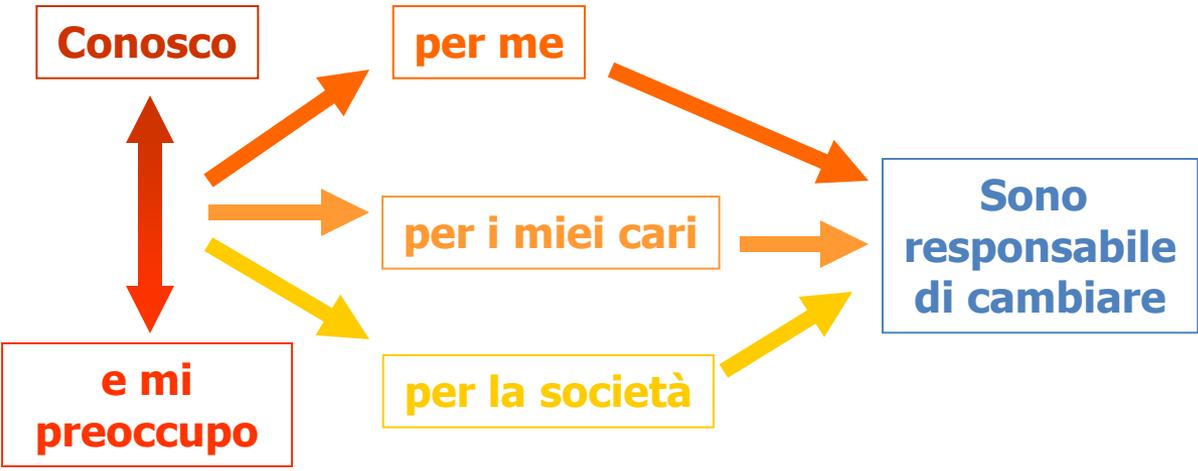
... a cui possiamo stare accanto



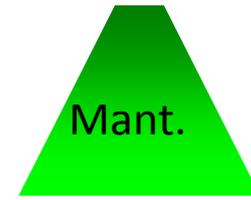
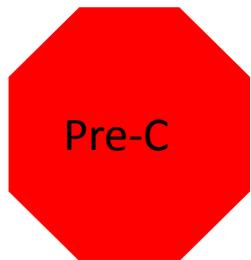
esperienze
sensazioni
attività pratica
e riflessione

Luoghi di
Prevenzione

prevenzione
della salute
emozioni
conoscenze







Conosco

per me

per i miei cari

per la società

Sono responsabile di cambiare

evito le tentazioni

faccio cose diverse

e ne sono soddisfatto

e mi preoccupa

e cerco l'aiuto degli altri

esperienze
sensazioni
attività
e abitudini
Luoghi di
Prevenzione
emozioni
conoscenze

... assomiglia più ad un paesaggio





Pre-C



Informazioni ed emozioni

E' meglio una macchinetta aseptica...



esperienze
sensazioni
attività pratica
e dibattimento
Luoghi di
Prevenzione
emozioni
conoscenze

Informazioni ed emozioni

... o uno strumento colorato?



Informare ed emozionare...

- ... non sono in contrasto fra loro. Una corretta informazione deve suscitare una reazione emotiva utile al cambiamento:

– Non troppo fredda (indifferenza)

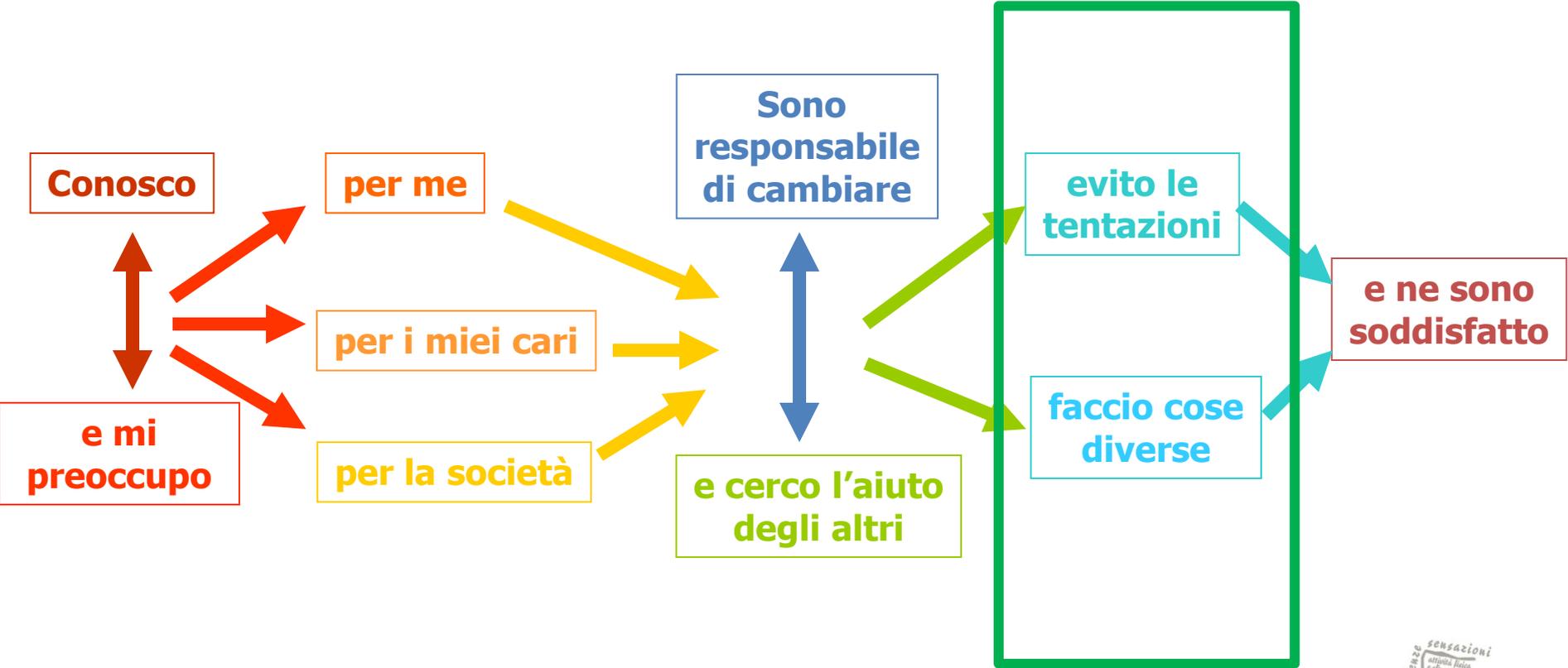
– Non troppo calda (**TERRORE**)

→ Puntiamo a sollecitare una **preoccupazione**





Azione



Punti di vista diversi...

		Centro specialistico
PC		
C		
D		
A		
M		

Punti di vista diversi...

		Centro specialistico
PC	<p>La maggior parte dei pazienti è determinata a smettere, molti di loro passano effettivamente in azione ed una certa parte resta a lungo non fumatore!</p>	
C		
D		
A		
M		

Punti di vista diversi...

	MMG, Ambulatori, Reparti di ricovero (come popolazione generale)	Centro specialistico
PC		
C		
D		
A		
M		

Punti di vista diversi...

	MMG, Ambulatori, Reparti di ricovero (come popolazione generale)	Centro specialistico
PC		
C		
D		
A	?	
M	?	

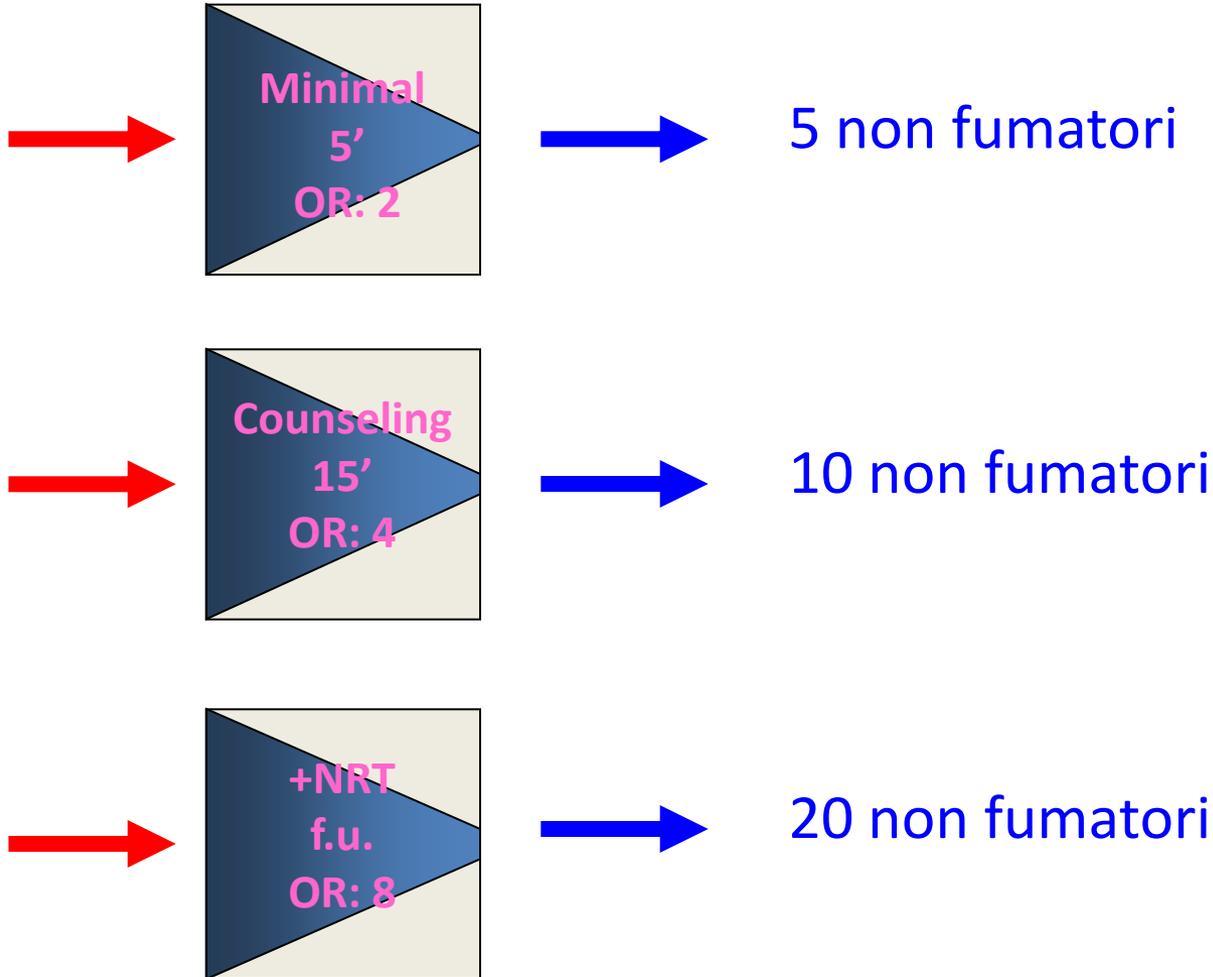
La maggior parte dei pazienti non è interessata a smettere, molti di loro sono ambivalenti. Quasi nessuno smette di fumare finchè non è troppo tardi e forse neanche allora!

Il modello motivazionale...

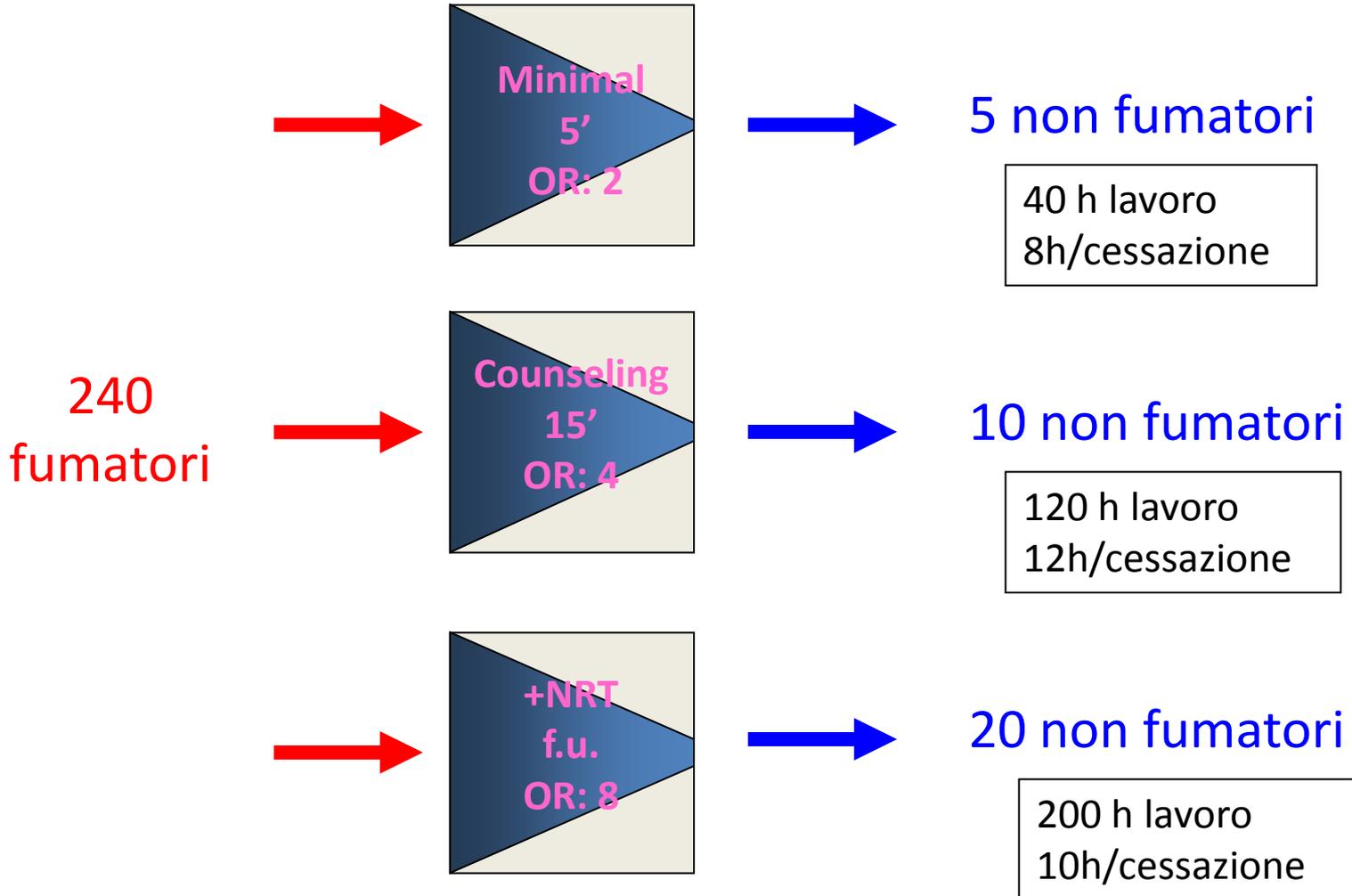
- ... può aiutarci in due modi:
 - a livello del singolo operatore, sequenziando gli interventi in modo da ottimizzare i costi/benefici
 - a livello di rete, “ingranando” fra loro le azioni di diversi operatori.

Efficacia interventi del MdF

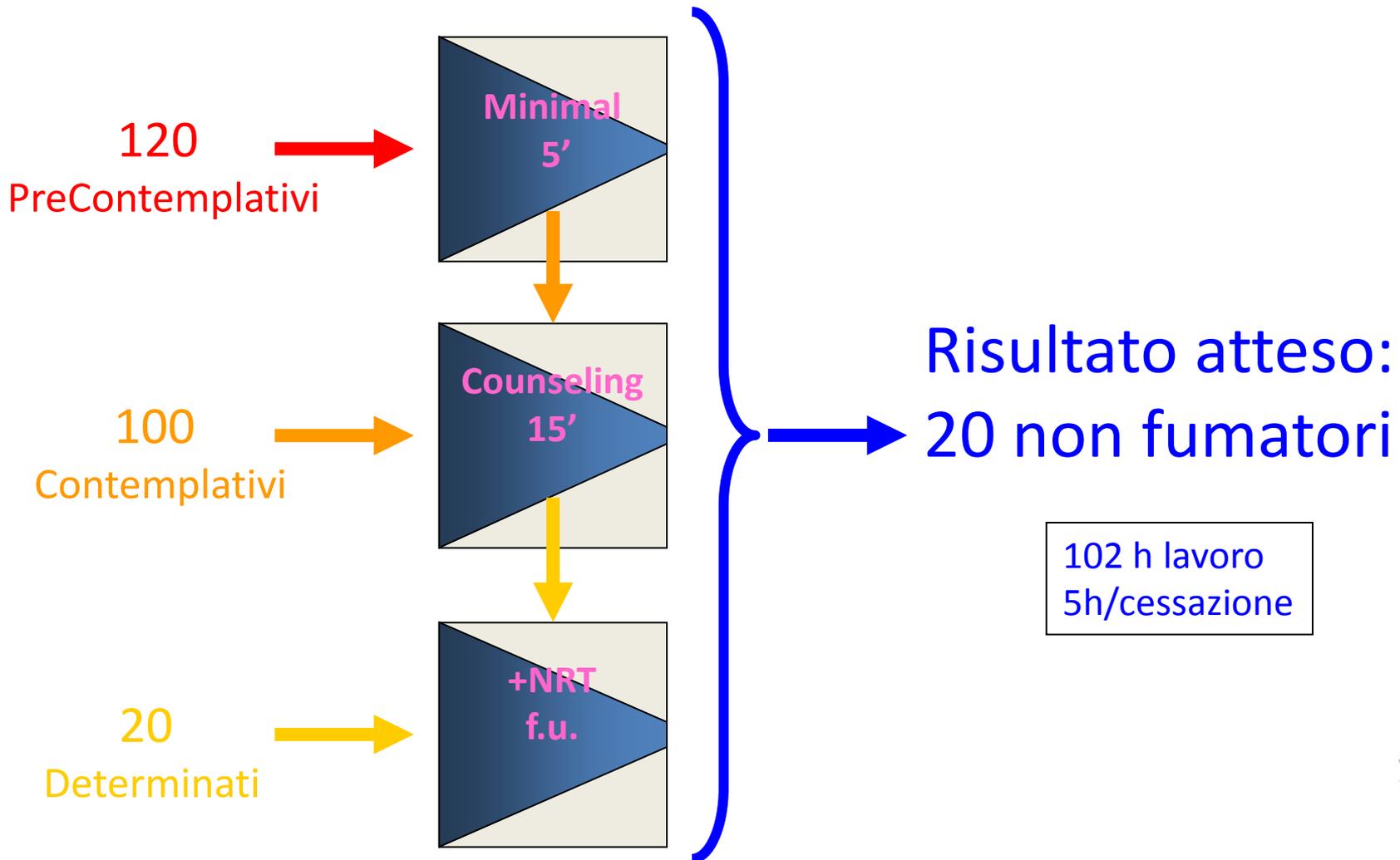
240
fumatori



Costo/benefici interventi del MdF



Potenziamento sequenziale



Ingranamenti di sistema

- Possiamo ora ipotizzare diversi percorsi in cui gli operatori del sistema sanitario nazionale possono interagire, integrarsi e potenziare gli effetti dei loro interventi.
- La ricchezza dei percorsi rende possibile
 - ad ogni operatore di contribuire alla cessazione dal fumo,
 - ad ogni paziente di tracciare una propria via in questo senso.

Percorso "netto"

	Medico di Famiglia	Centro specialistico
PC		
C		
D		
A		
M		



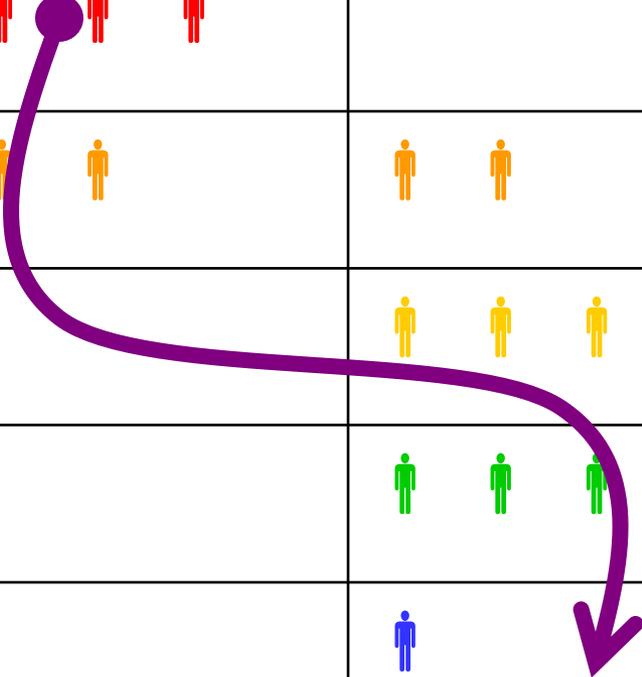
Percorso "netto"

	Medico di Famiglia	Centro specialistico
PC		
C		
D		
A		
M		

Ho accompagnato questo paziente in un percorso complessivo, dapprima motivandolo e poi assistendolo nella cessazione. Con il periodico follow-up lo aiuto anche a mantenersi astinente.

Invio "ottimale"

	Medico di Famiglia	Centro specialistico
PC		
C		
D		
A		
M	?	



Invio "ottimale"

	Medico di Famiglia	Centro specialistico
PC		
		
		
		
M	?	

Ho aiutato questa persona a motivarsi alla cessazione. Quando era pronta l'ho inviata ad un centro specialistico ed ha ottenuto un aiuto più intensivo.

Invio "ottimale"

	Medico di Famiglia	Centro specialistico
PC		
C		
D		
A		
M	?	

Questa persona ci è stata inviata con un livello di motivazione ottimale che ha facilitato il nostro lavoro.

Individuazione di gravi PFC

	Medico di Famiglia	Centro specialistico
PC		
C		
D		
A		
M	?	

Individuazione di gravi PFC

	Medico di Famiglia	Centro specialistico
PC		
C		
D		
A		
M	?	

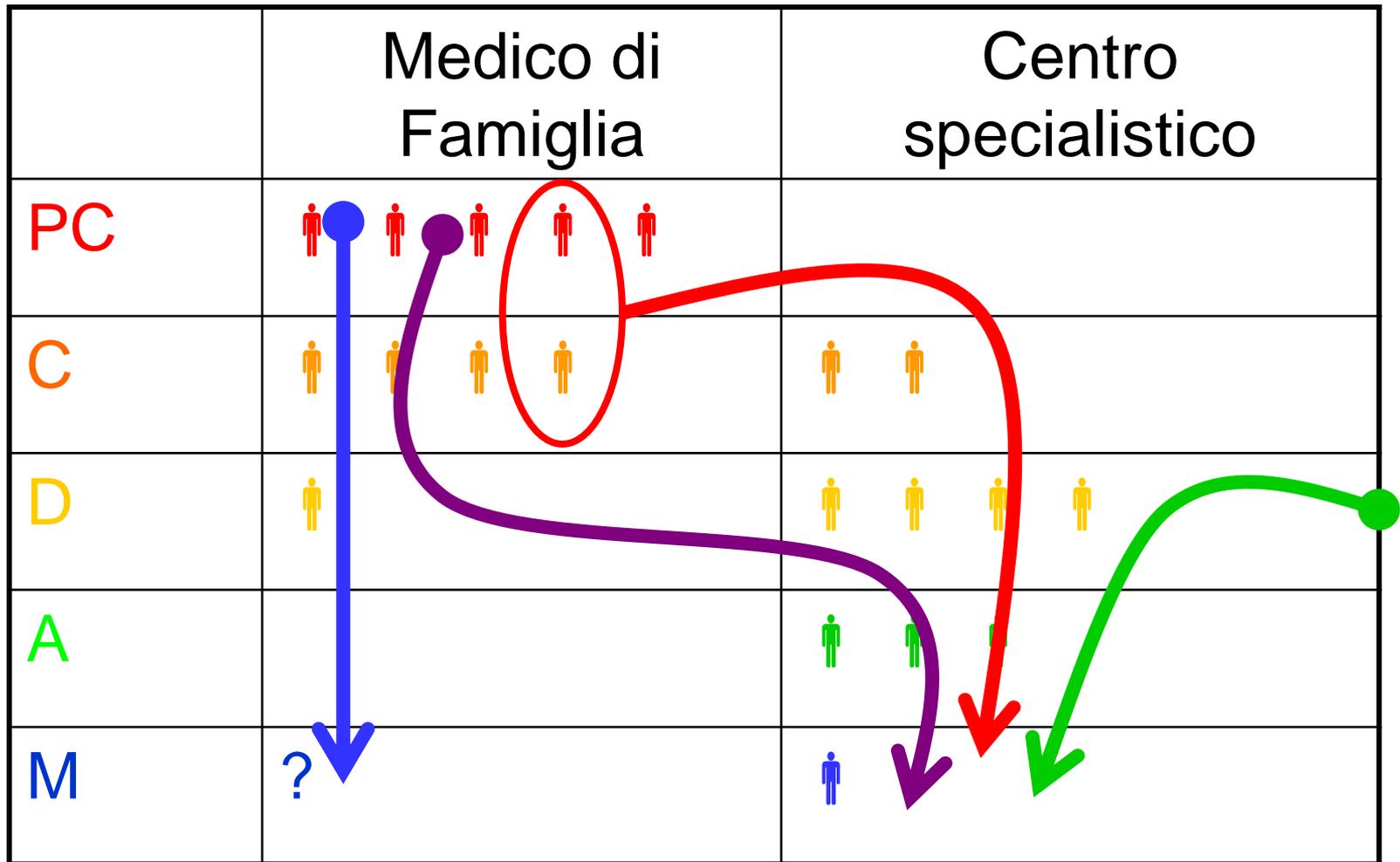
Ho individuato questa persona come ad alto rischio, e l'ho inviata per un aiuto intensivo ad un centro specialistico; non era molto convinta ma si è fidata di me ed è andata.

Individuazione di gravi PFC

	Medico di Famiglia	Centro specialistico
PC		
C		
D		
A		
M		

E' sicuramente un caso difficile e poco motivato, ma è proprio su questi soggetti a rischio che dovremmo lavorare di più come ambulatorio di secondo livello.

Storie differenti...



Motivazione e interventi

	Medico di Famiglia	Centro specialistico	
PC	Minimal advice	Counselling	Ricovero
C	Counselling	Counselling, Tr. intensivi	
D	NRT - invio	Tr. intensivi	
A	NRT - invio	Tr. intensivi	
M	Follow up	Follow up	

Il modello transteorico...

... ci stimola a valutare l'appropriatezza dell'intervento proposto sulla base dello stato motivazionale:

- **Minimal advice** con informazioni attivanti ripetute nel tempo per i precontemplativi
- **Counselling** e bilancia motivazionale che valuti i pro ed i contro per i contemplativi
- **Proposte terapeutiche** per i determinati

Il modello transteorico...

- ... ci spinge a valutare la diversità del ruolo che ricopriamo e del nostro contesto di azione
- I livelli di base dovrebbero privilegiare il lavoro sulla **motivazione** al trattamento
 - I livelli specialistici dovrebbero “agganciarsi” a questa base di lavoro con **interventi più intensivi**



www.luoghidiprevenzione.it

esperienze
sensazioni
attività pratica
e dibattimento
Luoghi di
Prevenzione
incontri
conferenze
Articolazioni
della salute
prevenzione
multidisciplinare