

## ***Il ruolo del Medico competente nei percorsi di gestione del rischio dei lavoratori: strumenti per favorire il cambiamento degli stili di vita a partire dal contrasto all'abitudine al fumo***

*Corso di aggiornamento*

*Luoghi di Prevenzione*

Centro Regionale di Didattica Multimediale per la Promozione della Salute  
*Padiglione Villa Rossi – Campus San Lazzaro  
Via Amendola, 2 - Reggio Emilia*

*18 e 22 settembre 2015*

Obiettivo del corso:

promuovere e potenziare competenze professionali del Medico competente a supporto del cambiamento degli stili di vita dei lavoratori (dal tabagismo agli altri comportamenti a rischio) attraverso l'applicazione del Modello Transteorico del cambiamento.

Introduzione:

Il corso è inserito nel "Progetto di promozione della salute nei luoghi di lavoro" presente nel Piano Regionale della Prevenzione dell'Emilia-Romagna, recentemente approvato. Tale progetto ha preso l'avvio nel territorio modenese con un seminario sul tema il 24 maggio 2013 e, in coerenza con il D. Lgs. 81/08, intende valorizzare un sistema di promozione della salute e sicurezza dei lavoratori che veda il concorso e la collaborazione di soggetti istituzionali, privati e delle parti sociali.

In particolare si rivolge al Medico competente, figura con ruolo strategico in tale ambito, al quale con il presente corso intende offrire competenze professionalizzanti sulla applicazione del Modello Transteorico del cambiamento. L'ambiente di lavoro rappresenta infatti un contesto favorevole per influenzare in modo positivo le abitudini di vita dei lavoratori, offrendo la possibilità di coinvolgere un largo numero di persone difficilmente raggiungibili per altri canali e di monitorarle nel tempo. Il corso è indirizzato, inoltre, ai referenti dei SPSAL che costituiscono i gruppi di coordinamento regionali sui temi del fumo e dell'alcol nei luoghi di lavoro che fino ad ora hanno affiancato i medici competenti sull'applicazione della normativa specifica e hanno condotto direttamente interventi di informazione e formazione nelle aziende del territorio regionale. Anche per questi professionisti che collaboreranno con altri esperti dei restanti fattori di rischio, nell'ottica del lavoro di rete, è utile apprendere nuove tecniche finalizzate alla promozione di sani stili di vita.

Il corso è costituito da 2 moduli di base di 4 ore ciascuno e 1 modulo di approfondimento. Si svolge quasi esclusivamente con modalità interattive e laboratoriali articolate.

Il primo modulo di 4 ore ha l'obiettivo di dare al Medico competente un quadro delle modalità di applicazione del Modello Transteorico del cambiamento nell'approccio motivazionale ai lavoratori e degli strumenti a sua disposizione.

Il secondo modulo di 4 ore costituisce l'esercitazione pratica sul training di regolazione del comportamento per la contrattazione di un obiettivo di salute.

Il terzo modulo di 8 ore è di approfondimento teorico/pratico al modulo 1: con modalità laboratoriali focalizza difficoltà, errori, criticità nelle applicazioni pratiche del Modello Transteorico del cambiamento.

I laboratori teorici/pratici sono tenuti dal gruppo di lavoro di Luoghi di Prevenzione, Centro di eccellenza nazionale per la formazione sul Modello Transteorico del Cambiamento.

Direttore del Corso: Mara Bernardini

### **Programma 18 settembre 2015**

**ore 9.00 – 18.00**

ore 9.00      Saluti e presentazione dell'iniziativa:  
Davide Ferrari, Direttore Dipartimento di Sanità Pubblica, AUSL Modena

#### **Primo modulo (9.00 – 13.00)**

Approccio motivazionale al cambiamento degli stili di vita a rischio: introduzione teorica e strumenti operativi.

1. Stili di comunicazione nell'approccio motivazionale. Esercitazioni individuali
2. La diagnosi motivazionale nell'approccio motivazionale al sostegno al cambiamento dei lavoratori. Attività interattiva individuale.
3. La contrattazione di obiettivi di salute in alcune situazioni problematiche: la pausa, le situazioni di dipendenza patologica, gli spazi esterni, la relazione con i colleghi. Attività di problem solving a piccolo gruppo
4. Discussione plenaria e correzione degli esercizi
5. Ruoli del Medico competente nella gestione dei comportamenti a rischio

*Pausa pranzo*

#### **Secondo modulo (14.00 – 18.00)**

Training di regolazione del comportamento

1. Analisi del setting e modalità di uso di strumenti, test e questionari a disposizione
2. Grafico di disponibilità al cambiamento dei comportamenti
3. Modalità di contrattazione dell'obiettivo di salute
4. Bilancia decisionale nel cambiamento dei comportamenti
5. Attivazione emozionale nel rinforzo del cambiamento
6. Contrattazione dell'obiettivo di cambiamento finale e programmazione dei feedback

### **Programma 22 settembre 2015**

**ore 9.00 – 18.00**

#### **Terzo modulo:**

Esercitazioni di rinforzo sulle competenze professionali del medico competente

1. Come gestire le resistenze del lavoratore nei confronti del cambiamento di uno stile di vita a rischio
2. Analisi degli errori del Medico competente nella gestione della relazione motivazionale al cambiamento delle abitudini del lavoratore

3. Monitoraggio e scelta di indicatori di output negli interventi di cambiamento dei comportamenti
4. Focus group su strumenti e indicatori di output degli interventi

## COME RAGGIUNGERCI

**IN AUTOBUS:** dal centro di Reggio Emilia (vicino alla stazione ferroviaria) con la linea 2 ACT (direzione Rubiera) fermata Via Doberdò.

Percorrere Via Doberdò e girare alla prima a destra. Luoghi di Prevenzione è il secondo edificio sulla sinistra.

**IN AUTO:** dal casello Autostrada A1 imboccare la tangenziale per Modena sino alla via Emilia, uscire a destra rientrando verso Reggio per 1,5 chilometri incontrando il Campus S. Lazzaro sulla destra, proseguire dritto e girare a destra al primo semaforo su Via Doberdò. Seguire le indicazioni per il parcheggio A1 di fianco alla ferrovia. Da qui seguire le indicazioni per il percorso pedonale. In Via Doberdò sulla destra ci sono alcuni parcheggi per autobus.

**IN TRENO:** Reggio Emilia si trova sulla linea Milano-Bologna ed è raggiunta da Bologna e Parma con treni a cadenza oraria e da Milano a cadenza bioraria.

Dalla stazione FFSS il Campus S. Lazzaro è raggiungibile in taxi in 5 minuti, con l'autobus linea 2, con la linea ferroviaria locale FER Reggio Emilia-Guastalla - fermata Reggio Emilia S.Lazzaro all'interno del Campus o a piedi in 25-30 minuti percorrendo la via Emilia verso Modena;

a Reggio Emilia c'è inoltre la stazione Reggio Emilia AV Mediopadana a 4 chilometri dal centro. Per info [www.municipio.re.it/mediopadana](http://www.municipio.re.it/mediopadana).

**IN AEREO:** gli aeroporti più vicini alla città di Reggio Emilia sono quelli di Parma, Bologna e Milano.

Per il corso sono stati richiesti i Crediti ECM per 30 partecipanti

La partecipazione al corso è gratuita.

E' previsto il pranzo di lavoro per entrambe le giornate.

Segreteria scientifica:

*Mara Bernardini* ([m.bernardini@ausl.mo.it](mailto:m.bernardini@ausl.mo.it))

*Sandra Bosi* ([sandrabosi@libero.it](mailto:sandrabosi@libero.it))

*Davide Ferrari* ([da.ferrari@ausl.mo.it](mailto:da.ferrari@ausl.mo.it))

Segreteria organizzativa:

*Mara Bernardini* ([m.bernardini@ausl.mo.it](mailto:m.bernardini@ausl.mo.it))

*Francesca Zironi* ([segreteria@luoghidiprevenzione.it](mailto:segreteria@luoghidiprevenzione.it))

Per l'iscrizione al Corso usare l'apposito modulo nella Sezione "Convegni e Seminari" del Sito di Luoghi di Prevenzione: <http://www.luoghidiprevenzione.it/Home/ConvegniSeminari.aspx>