

PROMOZIONE ALLA SALUTE



Nel 1986 viene codificato il concetto di Promozione alla Salute, con la sottoscrizione della Carta di Ottawa da parte degli stati appartenenti all'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), che in questo documento viene definito come *“il processo che mette in grado le persone di aumentare il controllo sulla propria salute e di migliorarla”*. A tutt'oggi, rimane l'atto di riferimento per le politiche orientate e centrate sui temi della salute.

Un individuo od un gruppo, per raggiungere uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale, deve essere capace di identificare e realizzare le proprie aspirazioni, di soddisfare i propri bisogni, di cambiare l'ambiente circostante o di farvi fronte.

La SALUTE è, quindi, vista *“COME UNA RISORSA PER LA VITA QUOTIDIANA, NON E' L'OBIETTIVO DEL VIVERE”*. L'OMS, inoltre, la considera un diritto fondamentale dell'uomo e, di conseguenza, tutte le persone dovrebbero poter usufruire delle risorse e delle cure basilari.

La promozione alla salute non è un compito ed una responsabilità solo della sanità pubblica, ma va al di là degli stili di vita, dei comportamenti e punta al benessere individuale e collettivo, tramite strategie, azioni prioritarie e modalità di prevenzione e promozione, come evidenziato nella Carta di Ottawa, quali:

- sostenere la causa della salute,
- pari opportunità e risorse,
- coinvolgere tutti i settori della società,
- adattare ai bisogni e alle possibilità,
- costruire una politica pubblica per la salute,
- creare ambienti favorevoli,
- dare forza all'azione della comunità,
- dare competenze e risorse agli individui,
- riorientare i servizi sanitari.

STILI DI VITA



Negli ultimi decenni, con il progressivo invecchiamento della popolazione e l'aumento della vita media, le malattie cronic-degenerative (cardiovascolari, neoplastiche, respiratorie croniche, muscolo-scheletriche, il diabete, le problematiche connesse alla condizione mentale, ecc.) sono emerse come priorità sanitaria e saranno la vera e propria minaccia per la salute e la durata di vita dell'uomo. Se si riferiscono ad età elevate sono difficili da reprimere e contenere,

mentre in età giovanile devono essere assolutamente contrastate. Per controllare le malattie infettive è necessario rintracciare le fonti di contagio, per controllare le malattie croniche bisogna, invece, intervenire sui fattori di rischio modificabili, che sono a monte dell'insorgenza della patologia. Molti di questi, come identificati anche dall'OMS, sono spesso legati allo stile di vita da noi abitualmente adottato ed alle cattive abitudini comportamentali che possono essere trasformate dall'individuo stesso. Restano, ciononostante, atteggiamenti dannosi ancora molto diffusi ed usuali nella popolazione e risulta fondamentale, quindi, la promozione di **corretti stili di vita**.

Dal 2004 e, poi, nel 2006 l'Italia e gli altri Stati membri dell'Unione Europea con l'approvazione del rapporto *"Gaining health: the European Strategy for the Prevention and Control of Noncommunicable Diseases"* hanno adottato una strategia di contrasto a questo tipo di problematiche emergenti, individuando, così, il tabagismo, l'obesità, il consumo di alcol, l'ipercolesterolemia, l'ipertensione arteriosa, l'alimentazione scorretta ricca di grassi e povera di vegetali e l'inattività fisica, alcuni tra i rischi su cui poter intervenire ed agire.

Il DPCM del 4 maggio 2007, documento programmatico di **"Guadagnare Salute - Rendere facili le scelte salutari"** ([link](#)), predisposto dal Ministero della Salute, nasce per la promozione di stili di vita in grado di diminuire, nel lungo periodo, il peso delle affezioni croniche e far guadagnare anni in salute ai cittadini, promuovendo atteggiamenti più sani e mirati al benessere fisico, attraverso accordi ed iniziative integrate intersettoriali.



guadagnare salute
rendere facili le scelte salutari

Lo strumento essenziale di questo programma è la sorveglianza sanitaria, che permette di fornire ed elaborare dati, non altrimenti raggiungibili, attraverso il monitoraggio continuo di campioni di popolazione di diverse fasce d'età e tessuto sociale.

Da parte della sanità pubblica, pertanto, risulta fondamentale intervenire, anche, negli ambienti che circondano l'individuo, per far sì che scelta più salutare e rispettosa sia quella più facile ed immediata, come suggerito dal programma ministeriale Guadagnare Salute.

La sorveglianza mirata alla prevenzione deve, quindi, concentrarsi sugli stili di vita e sulle condizioni a rischio.

