

PRESENTAZIONE:

(motivazioni che hanno sostenuto la progettazione del corso)

Medici ed altri operatori sanitari hanno un ruolo di primo piano nel contrasto al Tabagismo ma anche nella sua diffusione: è stato osservato che medici ed infermieri fumatori tendono ad essere più restii ad affrontare la problematica del fumo dei loro pazienti.

In uno studio pubblicato giugno 2021 sui dati 2014-2018 del sistema di sorveglianza PASSI ha evidenziato un'alta prevalenza di fumatori tra gli operatori sanitari. Risulta pertanto particolarmente importante ed urgente, come sottolinea l'ISS "migliorare la competenza del personale sanitario sui danni del fumo di tabacco, i meccanismi della dipendenza, il ruolo dell'industria del tabacco, le politiche di controllo e sui metodi per smettere di fumare".



Docenti:

Dott. **ADELMO DI SALVATORE**

già Direttore UOC Ser.D.P. Avezzano (AQ) Area Marsica
Formatore nei Corsi "Respiro Aria Nuova" dal 2009

Durata ore per edizione:

16 ore (8 ore in due giornate consecutive)

Numero Partecipanti per edizione:

Massimo 24 partecipanti

Destinatari (professioni e discipline):

Tutte le professioni

Coordinatore del corso:

Dott. **MARCO BORGHESAN**

Dirigente Medico Ser.D.P. Nereto

Responsabile Scientifico

Dott.ssa **MICHELA MOSCONE**

Direttore U.O.C. Ser.D.P. - ASL Teramo

Crediti ECM: **23,8**

RESPIRO ARIA NUOVA

Per la realizzazione nella Comunità
di interventi efficaci nella prevenzione
al TABAGISMO

GIULIANOVA

5 - 6 dicembre 2022

Hotel Cristallo Lungomare Zara 73

PRIMA GIORNATA

8.00 - 8.30

Registrazione dei partecipanti

PRIMA SESSIONE

Introduzione e concetti fondamentali

8.30 - 9.00

Presentazione degli organizzatori
e del programma del corso di formazione

9.00 - 10.00

*Motivazioni, attese, intenzione e disponibilità al cambiamento.
Il legame con la sigaretta (attaccamento, "dipendenza", astinenza,
astensione). Problemi fumo correlati: multidimensionali, sistemici,
imprevedibili, dinamici*

10.00 - 10.45

*Impatto sociale e sanitario del fumo di tabacco:
epidemiologia, culture, modelli e costi del fumare*

10.45 - 11.30

Verso una ASL libera da fumo: il regolamento aziendale

11.30 - 11.45

Pausa

11.45 - 13.00

*Attività pratica: contratto di astensione
(libero, motivato, intenzionale), addio alle sigarette
Tecnica di respirazione profonda*

13.00 - 14.00

Pausa pranzo

SECONDA SESSIONE

A scuola di motivazione

14.00 - 15.00

*Attività pratica: compiti e suggerimenti
per chi respira aria nuova.*

Livelli di pensiero e credenze limitanti

15.00 - 15.45

I fattori della motivazione e il ciclo del cambiamento

15.45 - 16.00

Pausa

TERZA SESSIONE

La salute e i problemi fumocorrelati

16.00 - 17.30

La multidimensionalità della salute e concetto di continuum

Discussione plenaria

SECONDA GIORNATA

QUARTA SESSIONE

Attività di rinforzo della motivazione

9.00 - 10.00

*Condivisione in plenaria: come mi sento, cosa ho imparato,
come intendo metterlo in pratica*

10.00 - 10.30

*Attività pratica in plenaria: Cosa ci guadagno a smettere
di fumare e a respirare aria nuova*

Come gestire la sindrome da astinenza

10.30 - 11.15

Esperienza multisensoriale: Come stare subito bene

11.15 - 12.00

Tecnica di respirazione

12.00 - 12.30

Condivisione delle esperienze in piccoli gruppi

12.30 - 13.00

Condivisione in plenaria delle esperienze dei piccoli gruppi

13.00 - 14.00

Pausa pranzo

QUINTA SESSIONE

Mantenimento della sobrietà e diffusione di buone prassi

14.00 - 15.00

Prevenzione delle ricadute:

aiutare il rientro nel ciclo di cambiamento.

I gruppi di Automutuoaaiuto (AMA, CEF/CES)

15.00 - 16.00

Attività pratica individuale: Diario personale sui vantaggi e svantaggi

*Attività pratica: Condivisione a coppie
sui vantaggi e svantaggi*

SESTA SESSIONE

16.00 - 16.30

Conclusioni

Attività pratica (tecnica di autoipnosi):

Esperienza del miracolo

16.30 - 17.30

*Condivisione in plenaria: Come mi sento,
cosa ho imparato, come intendo metterlo in pratica*

17.30 - 18.00

*Conclusioni del corso, indicazioni
per l'organizzazione dei corsi rivolti a tutti
i dipendenti ASL e alla popolazione generale,
compilazione del questionario ECM*