



**REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA**

DELIBERAZIONE N. 44/34 DEL 22.9.2017

Oggetto: Adozione di indirizzi operativi sulla promozione/prescrizione dell'attività fisica e sulla prescrizione dell'esercizio fisico a persone con patologie croniche, in attuazione dell'Azione P-1.3.3 del Piano Regionale di Prevenzione (PRP) 2014-2018.

L'Assessore dell'Igiene e Sanità e dell'Assistenza Sociale rammenta che il Piano Regionale di Prevenzione (PRP) 2014-2018, adottato con la Deliberazione della Giunta regionale n. 30/21 del 16.6.2015, include un'Azione specifica (P-1-3-3) diretta a promuovere e diffondere a livello regionale la pratica dell'attività fisica e dell'esercizio fisico in persone con patologie croniche conclamate, anche mediante programmi di prescrizione.

Secondo la definizione dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), per attività fisica s'intende ogni movimento del corpo che comporti un dispendio energetico, incluse le attività effettuate lavorando, giocando, dedicandosi alle faccende domestiche, viaggiando e impegnandosi in attività ricreative. Per risultare benefica per la salute l'attività fisica deve essere praticata con regolarità e secondo determinati livelli di intensità. L'esercizio fisico è una sottocategoria dell'attività fisica, caratterizzata dal fatto di essere pianificata, strutturata, ripetitiva e volta a migliorare o a mantenere lo stato di forma e di benessere dell'individuo.

L'Assessore riferisce che esiste una vasta letteratura scientifica internazionale e ci sono molte evidenze scientifiche riguardo all'efficacia dell'attività fisica e dell'esercizio fisico nel trattamento di numerose condizioni patologiche, con benefici simili a quelli ottenuti con interventi farmacologici e ricadute positive, sia sui sintomi, sia sulla qualità complessiva di vita. Nonostante tali evidenze, la prescrizione dell'attività fisica e dell'esercizio fisico nella prevenzione secondaria e terziaria delle malattie croniche sensibili risulta ampiamente sotto-utilizzata rispetto agli interventi tradizionali di tipo farmacologico, ciò per diverse ragioni tra le quali:

- l'insufficiente consapevolezza sia da parte dei medici, che dei pazienti, dell'efficacia di tali interventi;
- la mancanza di un'adeguata formazione teorico-pratica dei medici, in particolare riguardo alla



prescrizione dell'esercizio fisico;

- l'insufficiente promozione di tali interventi da parte del Servizio Sanitario Nazionale e regionale, con conseguente mancata sensibilizzazione/formazione dei medici alla prescrizione dell'esercizio fisico e carenza di strutturazione di percorsi multiprofessionali integrati e personalizzati.

L'Assessore informa che, al fine di dare attuazione all'Azione P-1.3.3 del PRP 2014/2018 si è proceduto al coinvolgimento attivo dei professionisti del Servizio Sanitario Regionale più sensibili al tema, mediate la costituzione di un Gruppo di Lavoro multi-disciplinare al quale è stato assegnato il mandato generale di garantire il coordinamento dell'Azione a livello regionale e il compito specifico, tra l'altro, di contribuire alla redazione delle linee di indirizzo regionali per la sperimentazione di un modello di prescrizione dell'attività fisica e dell'esercizio fisico in persone con patologie croniche sensibili, sulla base delle evidenze scientifiche disponibili.

Il predetto Gruppo di Lavoro ha pertanto contribuito all'elaborazione del documento allegato alla presente deliberazione, per farne parte integrante e sostanziale, recante le linee di indirizzo regionali sulla promozione/prescrizione dell'attività fisica e sulla prescrizione dell'esercizio fisico a persone con patologie croniche.

Gli indirizzi regionali rappresentano lo strumento operativo che dovrà consentire al Servizio Sanitario Regionale, in partnership con i gruppi di interesse presenti nei territori (Enti locali, Associazioni dei Malati, CONI – tramite gli Enti di promozione sportiva) di promuovere e sviluppare i programmi di prescrizione dell'attività fisica e dell'esercizio fisico in persone con patologie croniche conclamate, secondo un modello organizzativo che prevede, tra l'altro, in via del tutto sperimentale e nei limiti delle risorse finanziarie assegnate all'Azione P-1.3.3, nell'ambito dei finanziamenti vincolati per la realizzazione degli obiettivi del PRP 2014-2018, anche la somministrazione tutorata dell'esercizio fisico da parte di Laureati in scienze motorie (Lsm) con specializzazione in attività preventiva e adattata (APA).

Tale documento programmatico prevede:

- la strutturazione di un percorso formativo/informativo diretto all'acquisizione e/o al perfezionamento delle competenze specifiche da parte dei medici, che effettuano la prescrizione, e da parte dei Laureati in scienze motorie (Lsm) con specializzazione in attività preventiva e adattata (APA);
- la definizione e sperimentazione di un modello organizzativo per la prescrizione dell'attività fisica autonoma (AFA) e per la prescrizione e somministrazione dell'esercizio fisico adattato



(EFA) a persone con patologie croniche conclamate, basato sull'integrazione multidisciplinare e multiprofessionale degli operatori sanitari (medici dello sport, medici di medicina generale, specialisti di riferimento per le diverse patologie "sensibili": cardiologi, diabetologi, neurologi, oncologi, geriatri, psichiatri, operanti sia nel contesto territoriale che ospedaliero) e sul coinvolgimento attivo del Dipartimento di prevenzione dell'Azienda sanitaria, con le sue articolazioni organizzative;

- la sperimentazione nel territorio di "situazioni organizzate" per la somministrazione tutorata dell'esercizio fisico adattato (EFA) a soggetti "valutati" a medio rischio clinico, da realizzare in ambiente extra-sanitario, in collaborazione con i gruppi di interesse del territorio, in particolare i Comuni e gli Enti di promozione sportiva;
- la sperimentazione di percorsi di prescrizione e somministrazione in modo controllato e tutorato dell'esercizio fisico adattato (EFA) a soggetti "valutati" ad alto rischio clinico, da realizzare in ambiente sanitario;
- la valutazione della sostenibilità organizzativa ed economica dei percorsi di prescrizione e somministrazione tutorata dell'esercizio fisico, al termine della sperimentazione.

L'Assessore propone quindi l'adozione del documento recante "Indirizzi operativi sulla promozione/prescrizione dell'attività fisica e sulla prescrizione dell'esercizio fisico nelle persone con patologie croniche" e dei relativi allegati tecnici: Allegato A "Patologie eleggibili e indicazioni cliniche per la prescrizione dell'attività fisica autonoma (AFA) e dell'esercizio fisico adattato (EFA)"; Allegato B "Protocolli operativi dei percorsi AFA ed EFA – Modulistica", in attuazione dell'Azione P-1.3.3 del PRP 2014-2018.

La Giunta regionale, condividendo quanto rappresentato e proposto dall'Assessore dell'Igiene e Sanità e dell'Assistenza Sociale, constatato che il Direttore generale della Sanità ha espresso il parere favorevole di legittimità sulla proposta in esame

DELIBERA

- di recepire il Documento allegato alla presente deliberazione per farne parte integrante, recante "Indirizzi operativi sulla promozione/prescrizione dell'attività fisica e sulla prescrizione dell'esercizio fisico nelle persone con patologie croniche", e dei relativi allegati tecnici:
 - a) Allegato A "Patologie eleggibili e indicazioni cliniche per la prescrizione dell'attività fisica autonoma (AFA) e dell'esercizio fisico adattato (EFA)",
 - b) Allegato B "Protocolli operativi dei percorsi AFA ed EFA. Modulistica", elaborato in



REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

DELIBERAZIONE N. 44/34

DEL 22.9.2017

attuazione dell'Azione P-1.3.3 del Piano Regionale di Prevenzione (PRP) 2014-2018.

- di dare mandato all'Assessorato dell'Igiene e Sanità e dell'Assistenza sociale per l'adozione degli atti applicativi conseguenti.

Il Direttore Generale

Alessandro De Martini

Il Vicepresidente

Raffaele Paci