S.S. FORMAZIONE PERMANENTE E RAPPORTI CON L'UNIVERSITA'

REGIONE PIEMONTE

Evento Formativo Residenziale

## PROGRAMMA REGIONALE DI SCREENING PER IL TUMORE DELLA MAMMELLA

## PREVENZIONE SERENA – WORKSHOP 2022

**ECM REGIONE PIEMONTE**
CODICE : 300 - 42069
Crediti: 4

**AREA DEL DOSSIER FORMATIVO**
Obiettivi formativi tecnico - professionali

**OBIETTIVO FORMATIVO DI INTERESSE NAZIONALE**
Contenuti tecnico-professionali

**AREA TEMATICA REGIONALE**
Prevenzione e promozione della salute

**FINALITA'/OBIETTIVO/DEL CORSO**

**DESTINATARI**
N° 130
**PROFESSIONI SANITARIE**
Medico
Biologo
Fisico
Assistente sanitario
Infermiere
Infermiere pediatrico
Ostetrica/o
Tecnico sanitario di lab. biomedico
Tecnico sanitario di radiologia
**PROFESSIONI NON SANITARIE**
Assistenti amministrativi
Coadiutori amministrativi
Collaboratori amministrativi
Infermieri generici
Operatori socio-sanitari

**MODALITA' DI ISCRIZIONE**
Invio di scheda di iscrizione alla segreteria organizzativa

Scheda scaricabile dal sito: www.cpo.it

**QUOTA DI ISCRIZIONE**
Corso gratuito

**SEGRETERIA ORGANIZZATIVA**
**Ceresa Matilde**
**Garena Francesca**
formazione@cpo.it
tel. 011- 6333874
fax 011 - 6333886

**DATA/E**
12 dicembre 2022

**SEDE**
AOU Citta della Salute e della Scienza di Torino
Aula Magna Rosmini – Via Rosmini, 4 TORINO

**PROGRAMMA**

Ore 8.30 Registrazione dei partecipanti
Ore 9.15 Saluti delle autorità e introduzione ai lavori
Assessorato alla Sanità della Regione Piemonte
Città della Salute e della Scienza di Torino

**1 sessione: Primo livello e dintorni**
**Moderatori: S. Patania/C. Senore**

Ore 09.30 Gli indicatori di copertura e di adesione (A. Monzeglio)
Ore 09.45 La situazione italiana ed internazionale: confronto e riflessioni (E Camussi)
Ore 10.00 Che impatto hanno le modalità di invito sulla partecipazione? (C. Piccinelli)
Ore 10.15 Screening e diseguaglianze (N. Zengarini)
Ore 10.30 Capaci di prendersi cura (L. Savarino)

**2 sessione: Secondo/terzo livello e dintorni**
**Moderatori: A. Frigerio/F. Pietribiasi**

Ore 10.50 Indicatori diagnostici (L.Milanesio)
Ore 11.05 Novità: dalla letteratura scientifica dell'ultimo anno (A. Tentori)
Ore 11.20 Indicatori di anatomia patologica (I. Castellano)
Ore 11.35 Novità: dalla letteratura scientifica dell'ultimo anno (J. Cumbo, G. Pozzi)
Ore 11.50 Gli indicatori terapeutici (M.G. Baù)
Ore 12.05 Novità: dalla letteratura scientifica dell'ultimo anno (G. Sciancalepore)
Ore 12.20 Lo studio Proteus: i primi risultati (P. Armaroli)
Ore 12.35 Discussione e commento sulla mattinata da parte dell'ospite (P. Panizza)

***Ore 13.00 Pausa pranzo***

**3 sessione : densità del seno e screening - dilemma o opportunità?**
**Moderatori: P. Fonio/A.Ponti**

Ore 14.00 Inquadramento nell'ambito di un approccio basato sul rischio (L. Giordano)
Ore 14.15 Densità mammografica e qualità tecnica (F. Artuso)
Ore 14.30 Strumenti diagnostici (V. Marra)
Ore 14.45 La comunicazione di un elemento di rischio (F. Di Stefano)

**4 sessione Torniamo ad occuparci del "dopo"**
**Moderatori: C. De Sanctis/ M. Airoldi**

Ore 15.00 Il rientro al lavoro dopo un tumore alla mammella: cosa dice la letteratura (M. Franco)
Ore 15.10 Il rientro al lavoro dopo un tumore della mammella: il progetto wave-trapezio (F. Ricceri)
Ore 15.20 Armonia tra mente e corpo: le esperienze della ASL TO4 (S. Bagnera, N. Di Giorgio)
Ore 15.30 Le esperienze delle associazioni di volontariato: Andos, Vita, Dragonesse, Abracadabra (interverranno F. Pedani e le rappresentanti delle Associazioni)
Ore 16.00 Discussione e commento sulle relazioni del pomeriggio da parte dell'ospite (P. Panizza)
Ore 16.30 Test di fine corso (L. Giordano)
Ore 16.45 Chiusura del corso

**RESPONSABILE/I SCIENTIFICO/I**
Franca Artuso
Livia Giordano
Vincenzo Marra

**PROGETTISTA o RESPONSABILE ACCREDITAMENTO**
Giordano Livia

**DOCENTI/FORMATORI**

- Armaroli Paola
- Artuso Franca
- Bagnera Silvia
- Baù Maria Grazia
- Camussi Elisa
- Castellano Isabella
- Cumbo Jacopo
- Di Giorgio Nadia
- Di Stefano Francesca
- Franco Matteo
- Giordano Livia
- Marra Vincenzo
- Milanesio Luisella
- Monzeglio Alessandra
- Panizza Pietro
- Pedani Fulvia
- Piccinelli Cristiano
- Pozzi Giada
- Ricceri Fulvio
- Savarino Luca
- Sciancalepore Grazia
- Tentori Augusta
- Zengarini Nicolas

# TORNIAMO AD OCCUPARCI DEL "DOPO"

A.S.L. TO4
Azienda Sanitaria Locale di Ciriè, Chivasso e Ivrea

# Progetto Ben-Essere
# ARMONIA MENTE-CORPO
# LE ESPERIENZE ASL TO4

***Dott.ssa S. Bagnera***
***Responsabile SSD Senologia ASL TO4***

***Dott.ssa N. Di Giorgio (TSRM)***
***Dott.ssa M. Gianotti (TSRM)***
***Dott.ssa B. Rendina (TSRM)***
***Dott.ssa S. Detragiache (TSRM)***
***Dott. ssa R. Ferraro (Coord. TSRM)***

# PROGETTO PREVENZIONE E BEN ESSERE: SCREENING E STILI DI VITA PER LA PROMOZIONE DELLA PREVENZIONE PRIMARIA IN AMBITO ONCOLOGICO

**Obiettivo: PROMUOVERE IL CAMBIAMENTO**

Incentivando la messa in atto della prevenzione primaria attraverso l'adozione di corretti stili di vita ed implementando l'adesione allo screening mammografico

Come? Sfruttando **il ruolo del TSRM dello screening mammografico** specificatamente formato da uno Psicologo con competenze di "counselling motivazionale" e l'uso di particolari "tecniche comunicative".

2018 FASE PRELIMINARE:

- Formazione TSRM + identificazione delle frasi potenti → adozione di una **comunicazione strutturata**
- **Ideazione depliant** da consegnare al termine del contatto con TSRM
- Costruzione studio (criteri di inclusione, data base registrazione)

2019: AVVIO DELLO STUDIO E INIZIO CONSEGNA DEPLIANT

# PROGETTO PREVENZIONE E BEN ESSERE

## Proteggi la TUA SALUTE

fai prevenzione primaria

movimento
alimentazione sana
meditazione

*lo puoi fare !*

fai prevenzione secondaria

aderisci allo screening mammografico,
tra i 45 ed i 75 anni,
secondo le indicazioni...
e non dimenticare
l'autopalpazione

A.D.O.D. DONNA

PREVENZIONE PIEMONTE

Polo Formativo Universitario OFFICINA H

CORSI DI LAUREA DELLE PROFESSIONI SANITARIE
CORSO DI LAUREA IN INFERMIERISTICA
SEDE DI IVREA

S.S.D. Senologia - Screening Mammografico di Strambino
S.S.D. Promozione della Salute
S.S. Psicologia della Salute Adulti
S.S. Sorveglianza e Prevenzione Nutrizionale
S.S. Dietetica e Nutrizione
Associazione donna oggi e domani ADOD
Polo Formativo Universitario Officina H
Corso di Laurea in Infermieristica

insieme per ricordarti di occuparti della TUA SALUTE

contatti ed info :

screeningmammografico@aslto4.piemonte.it
promozionesalute@aslto4.piemonte.it
nutrizione.ivrea@aslto4.piemonte.it
dietetica.ivrea@aslto4.piemonte.it
segreteria@adod.it
infermieristicaivrea@unito.it

http://www.aslto4.piemonte.it/catalogo.asp

A.S.L. TO4
Azienda Sanitaria Locale
di Ciriè, Chivasso e Ivrea

## Prevenzione e benessere: screening mammografico e stili di vita

*Cambia le TUE abitudini per vivere meglio e più a lungo*

# PROGETTO PREVENZIONE E BEN ESSERE

## Alimentati in modo sano!

**SI** al consumo quotidiano di cereali integrali, legumi, frutta e verdura...tanta verdura, aiutano il tuo corpo a restare in forma

**NO** ai cibi raffinati e ad elevato contenuto calorico, alla carne rossa, alle bevande zuccherate e all'alcool...

**Visita il sito**

http://sapermangiare.mobi/video_promo.htm

troverai ottimi suggerimenti per gestire al meglio la tua alimentazione.

## Non dimenticare i tuoi pensieri e le tue emozioni.

**Al mattino respira!**

Metti la sveglia 5 minuti prima, quando suona ritardala. Poni il tuo corpo in posizione supina, con le braccia lungo i fianchi, porta l'attenzione al tuo respiro così com'è per tre respiri. Ora porta l'attenzione all'addome e fai che si gonfi nell'inspiro e si sgonfi nell'espiro, dopo tre respiri immagina un raggio di luce che entri nell'inspiro e corra nel tuo corpo per purificarti, stai con questo pensiero... fino a quando non suona la sveglia... adesso è ora di alzarsi...

## Ami stare all'aria aperta?

**Prova i gruppi di Cammino**

già attivi in 24 località con oltre 37 opportunità tra orari e giorni della settimana, ma in continua crescita. I gruppi sono formati da persone che si incontrano regolarmente in un luogo predefinito per camminare insieme, gratuitamente, guidati da Walking Leader.

## Sei Molto sedentaria? Le articolazioni scricchiolano?

**Prova l'Attività Fisica Adattata (AFA)**

potrebbe essere perfetta per te! Un tipo di ginnastica, in grado di migliorare la mobilità. Si svolge in piccoli gruppi e ti consente di fare nuove conoscenze. Presente in oltre 30 comuni!

## MUOVERSI!!! come?

*dipende da come stai e da cosa ti piace.*

**Cerca l'attività che preferisci sul sito dell'ASLTO4, trova il comune e l'orario più comodo per te ..., chiama il numero indicato sul catalogo ... e prova!**

## Vuoi apprendere una pratica per mettere in moto e riattivare gran parte dei muscoli?

**Prova il Nordic Walking.**

Una disciplina da fare all'aria aperta che richiede un breve corso di addestramento per acquisire la tecnica base, necessaria per poter ottenere i benefici.

# PROGETTO PREVENZIONE E BEN ESSERE

Le domande potenti si sono rivelate tali

- Cosa pensa del fatto c
ammalate fanno di tu
quando sono sane fan
- Cosa potrebbe fare da
sana

PARTENZA NEL 2019

## PROMOZIONE ATTIVITA' FISICA

.....E intanto ....

.....le tecniche....

FANNO PARTIRE UN ALTRA ESPERIENZA CHE RISERVERA' MOLTE NUOVE SORPRESE

PREVENZIONE PIEMONTE

A.S.L. TO4

Gruppo di Cammino

SETTIMO ROTTARO

Adotta una buona abitudine...

Vieni a camminare con noi!

INCONTRO INFORMATIVO

**MERCOLEDI' 10 APRILE**
**ore 18:00**

Salone comunale di Settimo Rottaro
via Massino D'Azeglio 1

All'incontro informativo interverranno:
- Il Sindaco e l' amministrazione Locale
- La dott.sa Carla Francone (Promozione della Salute ASL TO4)
- Conduttori (Walking Leader) formati dall'ASL TO4 che accompagneranno il gruppo nelle uscite.

A PARTIRE DAL 8 MAGGIO 2019

**OGNI MERCOLEDÌ**
**dalle 18:00 alle 19:00**

Davanti al comune
di SETTIMO ROTTARO
Via Parrocchiale 2

ai partecipanti sarà richiesta sottoscrizione di consenso informato

# PROGETTO PREVENZIONE E BEN ESSERE

PROMOZIONE CORRETTA ALIMENTAZIONE

A.D.O.D. DONNA

L'Associazione Donna Oggi e Domani (A.D.O.

ORGANIZZA

con il patrocinio del Comune di Settimo Rottaro e dell' ASL TO4

**3 INCONTRI GRATUITI TEORICO-PRATICI CON DIETISTA**

**a cura della Dott.ssa Sara RICHEDA**

*SETTIMO ROTTARO (TO)*

*presso «SALONE PLURIUSO» Via Parrocchiale 4*

Edizione 2019

Essere e Benessere

GIOVEDI' 07 NOVEMBRE - dalle 18 - 21

"ESSERE E BENESSERE"

Alimentazione, salute ed attività fisica per la prevenzione

STAGIONALITA' E COLORI

SABATO 23 NOVEMBRE - dalle 16.50 -18.50

"COLORIAMO LA NOSTRA TAVOLA"

Stagionalità, qualità e conservazione degli alimenti

Spuntini

GIOVEDI' 28 NOVEMBRE - dalle 18 - 21

"SCEGLI CON GUSTO E GUSTA IN SALUTE"

I fuoripasto, un viaggio nel mondo degli spuntini

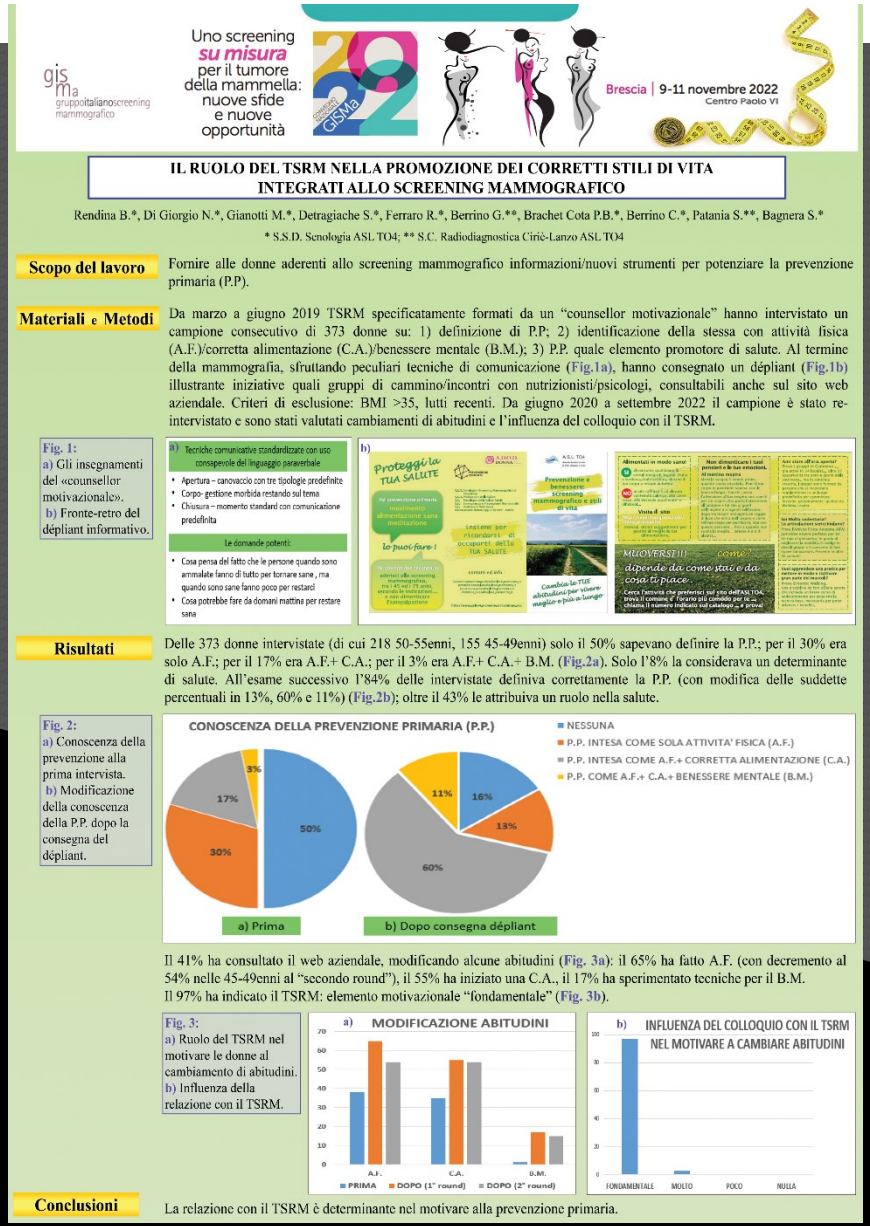
*PARTECIPAZIONE GRATUITA*

*PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA ENTRO IL 5 NOVEMBRE 2019* (fino ad esaurimento posti)

Inviare email : segreteria@adod.it oppure telefonare: 349 6968830

Le volontarie A.D.O.D. vi aspettano numerosi!

# PROGETTO PREVENZIONE E BEN ESSERE



gis ma gruppo italiano screening mammografico

Uno screening *su misura* per il tumore della mammella: nuove sfide e nuove opportunità

Brescia | 9-11 novembre 2022 Centro Paolo VI

**IL RUOLO DEL TSRM NELLA PROMOZIONE DEI CORRETTI STILI DI VITA INTEGRATI ALLO SCREENING MAMMOGRAFICO**

Rendina B.*, Di Giorgio N.*, Gianotti M.*, Detragiache S.*, Ferraro R.*, Berrino G.**, Brachet Cota P.B.*, Berrino C.*, Patania S.**, Bagnera S.*

* S.S.D. Senologia ASL TO4; ** S.C. Radiodiagnostica Ciriè-Lanzo ASL TO4

**Scopo del lavoro** Fornire alle donne aderenti allo screening mammografico informazioni/nuovi strumenti per potenziare la prevenzione primaria (P.P).

**Materiali e Metodi** Da marzo a giugno 2019 TSRM specificatamente formati da un "counsellor motivazionale" hanno intervistato un campione consecutivo di 373 donne su: 1) definizione di P.P; 2) identificazione della stessa con attività fisica (A.F.)/corretta alimentazione (C.A.)/benessere mentale (B.M.); 3) P.P. quale elemento promotore di salute. Al termine della mammografia, sfruttando peculiari tecniche di comunicazione (Fig.1a), hanno consegnato un dépliant (Fig.1b) illustrante iniziative quali gruppi di cammino/incontri con nutrizionisti/psicologi, consultabili anche sul sito web aziendale. Criteri di esclusione: BMI >35, lutti recenti. Da giugno 2020 a settembre 2022 il campione è stato re-intervistato e sono stati valutati cambiamenti di abitudini e l'influenza del colloquio con il TSRM.

Fig. 1: a) Gli insegnamenti del «counsellor motivazionale». b) Fronte-retro del dépliant informativo.

a) Tecniche comunicative standardizzate con uso consapevole del linguaggio paraverbale

- Apertura – canovaccio con tre tipologie predefinite
- Corpo- gestione morbida restando sul tema
- Chiusura – momento standard con comunicazione predefinita

Le domande potenti:

- Cosa pensa del fatto che le persone quando sono arrimidate fanno di tutto per tornare sane , ma quando sono sane fanno poco per restarci
- Cosa potrebbe fare da domani mattina per restare sana

b) Proteggi la TUA SALUTE — Prevenzione e benessere: screening mammografico e stili di vita — Cambia le TUE abitudini per vivere meglio e più a lungo — MUOVERSI!!! come? dipende da come stai e da cosa ti piace

**Risultati** Delle 373 donne intervistate (di cui 218 50-55enni, 155 45-49enni) solo il 50% sapevano definire la P.P.; per il 30% era solo A.F.; per il 17% era A.F.+ C.A.; per il 3% era A.F.+ C.A.+ B.M. (Fig.2a). Solo l'8% la considerava un determinante di salute. All'esame successivo l'84% delle intervistate definiva correttamente la P.P. (con modifica delle suddette percentuali in 13%, 60% e 11%) (Fig.2b); oltre il 43% le attribuiva un ruolo nella salute.

Fig. 2: a) Conoscenza della prevenzione alla prima intervista. b) Modificazione della conoscenza della P.P. dopo la consegna del dépliant.

CONOSCENZA DELLA PREVENZIONE PRIMARIA (P.P.)

- NESSUNA
- P.P. INTESA COME SOLA ATTIVITA' FISICA (A.F.)
- P.P. INTESA COME A.F.+ CORRETTA ALIMENTAZIONE (C.A.)
- P.P. COME A.F.+ C.A.+ BENESSERE MENTALE (B.M.)

a) Prima: 50%, 30%, 17%, 3%

b) Dopo consegna dépliant: 60%, 13%, 16%, 11%

Il 41% ha consultato il web aziendale, modificando alcune abitudini (Fig. 3a): il 65% ha fatto A.F. (con decremento al 54% nelle 45-49enni al "secondo round"), il 55% ha iniziato una C.A., il 17% ha sperimentato tecniche per il B.M.
Il 97% ha indicato il TSRM: elemento motivazionale "fondamentale" (Fig. 3b).

Fig. 3: a) Ruolo del TSRM nel motivare le donne al cambiamento di abitudini. b) Influenza della relazione con il TSRM.

a) MODIFICAZIONE ABITUDINI — A.F., C.A., B.M. — PRIMA, DOPO (1° round), DOPO (2° round)

b) INFLUENZA DEL COLLOQUIO CON IL TSRM NEL MOTIVARE A CAMBIARE ABITUDINI — FONDAMENTALE, MOLTO, POCO, NULLA

**Conclusioni** La relazione con il TSRM è determinante nel motivare alla prevenzione primaria.

FOLLOW UP DI 3 ANNI

PRIMO REPORT RISULTATI PUBBLICATO COME POSTER AL GISMA 2022

La relazione con il TSRM si è confermata determinante nell'indurre il cambiamento delle abitudini e nel promuovere la prevenzione primaria!

# PROGETTO PREVENZIONE E BEN ESSERE

PROMOZIONE BENESSERE MENTALE

LA NUOVA SFIDA 2023

## Alla ricerca di una ARMONIA MENTE-CORPO

**Metodo BIODANZA**

Progetto riabilitativo-educativo per il recupero delle risorse personali e delle motivazioni necessarie per adattarsi al cambiamento indotto dalle fasi di malattia/terapia.

Come: 8-12 incontri a cadenza settimanale a piccoli gruppi con proposta di esercizi fisici su base musicale (a tipo movimenti armonici collegati alla sfera emotiva) con effetto riequilibrante psico-fisico, in grado di produrre benessere.

**Progetto MEDITAZIONE**

con acquisizione di strumenti per il supporto emozionale quali il controllo volontario del respiro, lo yoga nidra

# GRAZIE DELL'ATTENZIONE

**CENTRO SCREENING MAMMOGRAFICO STRAMBINO**
**UNITA' SENOLOGIA DIAGNOSTICA**
**S.S. DIPARTIMENTALE SENOLOGIA ASL TO4**