

# Cicli di seminari con Carlo DiClemente

## - approfondimento -

“Accompagnare e sostenere una persona, un gruppo, una struttura, verso il cambiamento intenzionale di un comportamento orientato al “benessere”, di cui la salute è sicuramente una parte fondamentale”, è l’obiettivo applicativo del **Modello Transteorico del Cambiamento elaborato da Carlo DiClemente** (Università del Maryland, Laboratorio Habits Lab). Per esportarlo su ampia scala si rende anzitutto necessario intercettare i giusti interlocutori, risultato che può essere raggiunto, per esempio, in luoghi ad hoc come le Case di Comunità.

Quello dell’accompagnamento ad uno stato di benessere - e non solo di salute - è uno dei messaggi usciti dalle giornate di confronto sulla prevenzione organizzate da Luoghi di Prevenzione con il Settore regionale Prevenzione collettiva e Sanità pubblica della Regione Emilia - Romagna, la Ausl di Reggio Emilia e la LILT di Reggio Emilia. Relatore e supervisore scientifico dei contenuti delle giornate è stato Carlo DiClemente, Direttore scientifico della piattaforma di formazione a distanza di Luoghi di Prevenzione.

L’occasione è stata la pubblicazione del volume “Poetica e pratica del cambiamento intenzionale”, a cura di **Carlo DiClemente, Sandra Bosi, Giovanni Forza**, strumento di lavoro e approfondimento per l’applicazione del Modello Transteorico del Cambiamento nel Piano Nazionale della Prevenzione.

Come spiega il professor Di Clemente, “il cambiamento intenzionale assume un ruolo centrale per tutta la prevenzione e il trattamento nei percorsi di cura”.

Il Modello Transteorico del Cambiamento (TTM) utilizza un approccio evidence-based per descrivere il processo di cambiamento dal punto di vista della persona che cambia ed è proprio in questo che differisce dai cambiamenti evolutivi, come l’invecchiamento, e/o dai cambiamenti imposti, come quelli che l’individuo attua solo a causa di pressioni esterne.

È diventato presto chiaro nel corso del tempo - precisa DiClemente - come le dimensioni del processo nel modello fossero utili a tutti i livelli ovvero a tutti i tipi di cambiamento del comportamento sanitario, dalla dieta all’esercizio fisico, all’aderenza ai farmaci, all’uso di sostanze e così via. Più in generale, il modello è stato utilizzato per esplorare cambiamenti organizzativi e di sistema”.

L’obiettivo è un miglioramento dello stile di vita inteso come processo di accompagnamento a coloro che intendono intraprendere il percorso. “Il mezzo - spiegano Paola Angelini, Maria Teresa Cella, Giorgio Chiaranda, e Marina Fridel del Servizio Prevenzione collettiva e Sanità Pubblica della Regione Emilia-Romagna - è fare in modo che da qui al 2025 questo modello venga applicato in modo fruibile nelle Case della Comunità della Regione e in modo trasversale a tutti i programmi che fanno parte del Piano Regionale della Prevenzione, in particolare nella Scuola e nei Luoghi di Lavoro.

Ciò è in fase di attuazione a Reggio Emilia, come sostiene Emanuela Bedeschi, Direttore del Servizio di Sanità Pubblica dell’AUSL, per la forte sinergia e focalizzazione di risorse tecniche, organizzative e gestionali, veicolate da Luoghi di Prevenzione e estendibile in Emilia-Romagna e sul territorio nazionale attraverso due strade: la creazione di percorsi di Ricerca-Intervento facilitanti l’attuazione del Piano Nazionale della Prevenzione e la formazione dei professionisti, che riguarda potenzialmente e trasversalmente gli operatori del territorio, il personale amministrativo, l’interfaccia di accoglienza con l’utenza”.

Il volume presentato, Poetica e Pratica del Cambiamento Intenzionale, scaturito dal lavoro di cinque anni, frutto del confronto del gruppo di coordinamento scientifico inter-regionale di Luoghi di Prevenzione, riscrive le mappe concettuali trasversali “che formano la base delle competenze di cui si sono promosse la conoscenza e l’acquisizione anche attraverso un pratico eserciziaro che lo completa”. Come illustra Sandra Bosi, responsabile di Luoghi di Prevenzione, “le competenze motivazionali hanno l’obiettivo di suscitare, innescare e potenziare processi di cambiamento intenzionale di comportamenti individuali, di gruppo e di contesto, efficaci per rivedere i consueti stili di vita e influenzare la salute della singola persona e quella collettiva”.