

## Piano Regionale della Prevenzione 2020-2025

# Progettazione del percorso formativo pluriennale per la prevenzione degli incidenti domestici negli anziani

(Realizzazione, da parte dei SISP, di almeno un intervento formativo annuale negli anni 2022-2025)

Obiettivi principali:	Destinatari:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rinforzare la consapevolezza dei rischi presenti in ambiente domestico e degli accorgimenti da adottare per ridurre tali rischi;</li> <li>• promuovere l'aumento dell'autonomia personale nell'anziano mediante la promozione dell'attività motoria e il corretto utilizzo dei farmaci;</li> <li>• affinare le tecniche di comunicazione per anziani, familiari e care-giver</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- operatori sanitari (inclusi MMG e Geriatri),</li> <li>- operatori sociosanitari</li> <li>- assistenti sociali dei Comuni</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>per trasferire i contenuti dei corsi agli anziani, ai familiari e ai care giver</b></p>

Principali argomenti da affrontare nell'intervento formativo annuale
<p>Introduzione a tutti i corsi: Presentazione del Programma Predefinito PP5 "Sicurezza negli ambienti di vita" nell'ambito del Piano Nazionale della Prevenzione e del Piano Regionale della Prevenzione 2020-2025</p>
<p><b>Anno 2022 - Cadute degli anziani: criticità legate all'ambiente domestico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Epidemiologia degli incidenti domestici nella popolazione anziana in Sardegna con particolare riferimento alle cadute delle donne di età maggiore di 64 anni</li> <li>- Fattori di rischio personali e comportamentali</li> <li>- Fattori ambientali (criticità dell'ambiente domestico)</li> <li>- Accorgimenti per la sicurezza nelle abitazioni/modifiche dell'ambiente domestico: rimozione degli ostacoli, tappetini di sicurezza, miglioramento dell'illuminazione, installazione del corrimano, maniglioni di sicurezza per docce e vasche da bagno, strisce adesive antiscivolo, etc.</li> <li>- <i>Come trasferire questi accorgimenti agli anziani, ai familiari e ai care giver</i></li> </ul>
<p><b>Anno 2023 - Cadute degli anziani: criticità legate alla perdita della capacità motoria</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fattori comportamentali (sedentarietà): promuovere il mantenimento di abilità residue di funzionalità motoria</li> <li>- Facilitare la cultura di un invecchiamento attivo: promuovere attività di contrasto all'isolamento</li> <li>- Programmi di esercizio fisico strutturato e di attività fisica adattata volti a mantenere buone capacità motorie, tono e forza muscolare ed equilibrio negli anziani e, quindi, a prevenire le cadute, con particolare attenzione alle donne sopra i 64 anni di età</li> <li>- <i>Come trasferire le indicazioni sull'attività fisica agli anziani, ai familiari e ai care giver</i></li> </ul>
<p><b>Anno 2024 - Cadute degli anziani: criticità legate alle terapie farmacologiche</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Analisi, da parte del personale sanitario, delle terapie farmacologiche somministrate, in particolare quelle che possono causare l'alterazione sensoriale e dell'equilibrio, da mettere in relazione con fattori personali dell'anziano (precedenti cadute) per suggerire accorgimenti da adottare per evitare nuove cadute</li> <li>- Monitoraggio delle terapie farmacologiche somministrate</li> <li>- <i>Come trasferire le raccomandazioni sul corretto uso dei farmaci agli anziani, ai familiari e ai care giver</i></li> </ul>
<p><b>Anno 2025 - La comunicazione per la promozione della cultura della prevenzione</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Promozione di una cultura della sicurezza fondata su una appropriata percezione del rischio, che possa indirizzare all'adozione di comportamenti e accorgimenti finalizzati a prevenire gli incidenti domestici e la gravità dei loro esiti.</li> <li>- Promozione delle attività di comunicazione rivolte alle donne di età superiore ai 64 anni in quanto particolarmente esposte al rischio cadute.</li> </ul>

- *Promozione della comunicazione ad anziani, familiari e caregiver per la prevenzione delle cadute e degli incidenti domestici (come parlare agli anziani, informazione e counselling, supporto sociale)*
- *Studio delle opportunità per la promozione della cultura della prevenzione: colloqui dedicati ai pazienti e ai familiari, opuscoli informativi presso gli ambulatori di MMG, le farmacie, gli uffici degli assistenti sociali dei Comuni, i Sindacati dei pensionati, i centri di aggregazione sociale per anziani, etc.*