



## **Best Practices in Action: come trasferire, implementare e sostenere interventi efficaci di promozione della salute per bambini e bambine (0-12 anni)**

Modulo 2 - Grünau Moves: una Buona Pratica per promuovere la salute e prevenire l'obesità infantile

Sessione 2.5 - Grünau Moves: Esempi di azioni locali

Unità 2.5.1 - Case A "Il coinvolgimento degli stakeholder e il rafforzamento delle capacità della comunità"

Relatore/Relatrici: Jaime Jiménez Pernet, Olga Leralta Piñán, Amparo Lupiañez Castillo, Silvia Toro Cárdenas - Andalusian School of Public Health (Spain)

### **Slide 1 & 2**

Ciao, sono lieto di presentarvi questa esposizione sul coinvolgimento degli stakeholder e lo sviluppo delle competenze della comunità. Nei prossimi minuti, il nostro team della Scuola Andalusia di Sanità Pubblica condividerà il nostro approccio, la nostra esperienza e alcune riflessioni nel contesto della sperimentazione pilota della buona pratica "Grünau Moves".

### **Slide 3 - Valutazione dei bisogni della comunità**

La nostra sperimentazione pilota è iniziata nel quartiere Polígono Sur, sostenuta dal solido quadro istituzionale fornito dall'Ufficio del Commissario per il Polígono Sur, che riunisce amministrazioni nazionali, regionali e locali. Attraverso il Consiglio per la Salute Comunitaria, questo ufficio è attivamente impegnato nella promozione di iniziative locali per la salute, in stretta collaborazione con i servizi pubblici di sanità, istruzione e assistenza sociale.

Per progettare attività efficaci di promozione della salute, abbiamo prima valutato i bisogni della comunità. Abbiamo analizzato le statistiche sanitarie locali e applicato lo strumento "Living Healthy Tool" con tre gruppi target: operatori sanitari, rappresentanti di associazioni comunitarie, famiglie.

Tutti i gruppi hanno identificato l'ambiente alimentare non salutare come un problema importante.

Le ricerche più recenti mostrano che formare le persone sulle scelte alimentari è una strategia promettente per aiutarle a orientarsi meglio in questi ambienti, soprattutto quando la formazione è ben progettata, ripetuta nel tempo e adattata ai bisogni della popolazione.

Di conseguenza, proponiamo un programma di formazione rivolto sia a professionisti che a membri chiave della comunità. L'obiettivo è fornire loro strumenti per promuovere pratiche alimentari sane tra le popolazioni vulnerabili, valorizzando le risorse già disponibili nel territorio. Le evidenze sono solide: i programmi educativi possono davvero portare a miglioramenti duraturi nelle abitudini alimentari. E sappiamo che, per sviluppare una formazione rilevante e concreta, è essenziale coinvolgere le famiglie e gli stakeholder locali.

#### **Slide 4 - Versione adattata del corso “Cesta della Spesa”**

Presso la Scuola Andalusia di Sanità Pubblica, avevamo sviluppato un corso chiamato “Cesta della Spesa”, focalizzato su competenze pratiche come leggere le etichette e scegliere alimenti più sani ed economici. Per servire meglio i gruppi vulnerabili, abbiamo adattato il corso originario con il supporto di Carmen Gutiérrez, un’infermiera in pensione che ha lavorato per molti anni nel quartiere e che ancora oggi vi risiede. È stata contattata dall’Ufficio del Commissario per il Polígono Sur.

Grazie alle sue raccomandazioni, abbiamo: creato materiali visivi, utilizzato un linguaggio più semplice, incluso attività pratiche.

Abbiamo anche dato enfasi ad alimenti stagionali ed economici, per rendere i consigli realistici e accessibili a tutti.

La nostra formazione segue un modello di apprendimento a cascata: formiamo facilitatori della comunità, che a loro volta formano altri all’interno delle proprie reti. Questo approccio aiuta a superare le barriere linguistiche e culturali, e amplia la portata del programma.

Sappiamo che la formazione è più efficace quando risponde ai bisogni reali e si adatta al contesto delle persone coinvolte. Coinvolgendo tutti e utilizzando risorse locali, possiamo creare ambienti alimentari più sani e favorire cambiamenti positivi duraturi nella comunità.

#### **Slide 5 – Programma di formazione**

L’obiettivo principale di questo corso è rafforzare le competenze degli operatori sociali e dei professionisti che lavorano nei servizi pubblici e nel terzo settore, affinché possano guidare interventi efficaci per promuovere una sana alimentazione. La formazione fornisce loro conoscenze e strumenti necessari per organizzare laboratori con le famiglie del quartiere, aiutandole a fare scelte alimentari sane e sostenibili durante la spesa.

Il nostro corso adotta un approccio formativo misto (blended learning), che combina l’apprendimento online con due laboratori pratici. Inizialmente, sono previsti tre moduli online.

Il primo modulo tratta il significato di una dieta equilibrata e il suo impatto sulla salute.

Il secondo modulo insegna come fare la spesa in modo sano e sostenibile, con consigli pratici su lettura delle etichette e gestione del budget.

Il terzo modulo è dedicato alla cucina sana, con strategie per preparare pasti nutrienti in casa.

Un quarto modulo, in presenza, spiega come condurre i laboratori e condividere le informazioni con le famiglie.

Per completare con successo il corso, ogni partecipante deve organizzare un laboratorio con le famiglie del quartiere. Questo approccio consente non solo di ampliare la portata del programma, ma anche di rafforzare la leadership locale e il senso di appartenenza alla comunità.

Formando i partecipanti affinché diventino a loro volta facilitatori, vogliamo garantire che l’intervento sia sostenibile e replicabile, promuovendo un cambiamento positivo e duraturo nella comunità.

#### **Slide 6 - Risultati preliminari del programma di formazione in Andalusia**

Il programma di formazione si è svolto nell’arco di 10 settimane, da aprile a giugno 2025. Finora hanno partecipato 21 persone, provenienti da 11 diverse organizzazioni e gruppi. Questi partecipanti hanno già organizzato sei laboratori nella comunità, ciascuno con tra 5 e 15 partecipanti. Questo ha contribuito ad ampliare la portata del programma, coinvolgendo famiglie del quartiere.

Le prime valutazioni sono molto incoraggianti. Molti partecipanti riferiscono che i laboratori hanno fornito informazioni utili e facili da comprendere su come fare acquisti più sani. Hanno manifestato l’intenzione di acquistare più frutta e verdura e meno cibi ultra-processati. Inoltre, diversi partecipanti hanno condiviso di essersi sentiti a proprio agio e accolti durante le sessioni.

Questi risultati iniziali dimostrano che i programmi guidati dalla comunità sono efficaci. Lavorando insieme e condividendo idee chiare e utili in un ambiente accogliente, possiamo

aiutare comunità e famiglie a realizzare cambiamenti positivi e duraturi nelle loro abitudini alimentari e a migliorare la salute.

### **Slide 7 - Lezioni apprese da un intervento comunitario con supporto istituzionale**

E ora concludiamo questa presentazione con alcune riflessioni sulla nostra esperienza pilota. Dal nostro punto di vista, presso la Scuola Andalusina di Sanità Pubblica, una forte leadership da parte degli altri membri del gruppo centrale — ovvero l'Ufficio del Commissario per il Polígono Sur, il Servizio Sanitario Andalusino e la Fondazione Progresso e Salute — è stata fondamentale per il successo del programma di formazione. Il loro sostegno ci ha aiutato a creare un modello replicabile in altre comunità con gruppi vulnerabili.

Altri fattori chiave per il successo sono stati: Il coinvolgimento diretto della comunità; La flessibilità del programma per rispondere a bisogni differenti; La costruzione di forti alleanze con altre organizzazioni.

Tuttavia, abbiamo anche affrontato alcune sfide. Le risorse istituzionali limitate — come tempo e personale insufficienti — possono rendere difficile il mantenimento del programma in alcune aree. Superare questi limiti è essenziale per garantire la continuità e l'espansione dell'intervento.

Infine, riteniamo che progetti basati sulla comunità, come Health4EUKids, siano fondamentali nella lotta contro l'obesità infantile. Formare le persone localmente sulle scelte alimentari sane è più efficace quando è accompagnato da politiche pubbliche più ampie. Lavorare insieme tra sanità, educazione e servizi sociali garantisce che queste iniziative abbiano una reale efficacia a lungo termine.

### **Slide 8 - Grazie a tutti per la partecipazione!**