

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

Modulo 3 - Smart Family: Una Buona Pratica per supportare e rafforzare le famiglie nella promozione del benessere e di uno stile di vita sano

Sessione 3.3 - Fase di implementazione di Smart Family

Unità 3.3.1 - “Implementazione delle azioni in Croazia”

Relatrice: Maja Lang Morović (Croatian Institute of Public Health)

### **Slide 1**

Ciao a tutti. Mi chiamo Maja Lang Morović. Provengo dalla Croazia e lavoro presso l'Istituto Croato di Sanità Pubblica, dove mi occupo della promozione della salute infantile.

### **Slide 2**

Vi ringrazio molto per avermi invitata a condividere la nostra esperienza nell'implementazione di Smart Family come parte dell'iniziativa congiunta “Health for EU Kids” in Croazia.

### **Slide 3 - Preparare il contesto**

Iniziamo preparando il contesto e spiegandovi come abbiamo deciso di procedere con l'implementazione in Croazia. Innanzitutto, abbiamo deciso di utilizzare il contesto educativo, poiché Smart Family può essere implementato sia in ambito sanitario che educativo. Al momento, abbiamo ritenuto che l'ambito educativo fosse il più appropriato per noi, poiché il settore sanitario è attualmente un po' sovraccarico. Inoltre, abbiamo una buona collaborazione con il sistema educativo, in particolare con gli asili e il loro personale. Gli asili dispongono di tutte le risorse umane necessarie per attuare progetti come Smart Family: insegnanti, infermieri/e, psicologi/e, pedagogisti/e e altri/e professionisti/e sono molto motivati a partecipare. Oltre al personale, va considerato che oltre l'80% dei/delle bambini/e in Croazia frequenta l'asilo, e le loro famiglie sono piuttosto motivate a partecipare ad attività diverse, oltre ad essere propense ad accettare consigli dal personale degli asili. Perciò, abbiamo deciso che l'asilo rappresenta il contesto ideale per implementare progetti o interventi come Smart Family. Abbiamo affrontato l'implementazione decidendo di organizzare due formazioni. La prima sarebbe una formazione generale per tutto il personale degli asili: chiunque sia interessato può parteciparvi. La seconda, invece, riguarda l'implementazione della Smart Card ed è destinata solo alle infermiere degli asili. Le infermiere rivestono un ruolo speciale all'interno degli asili, poiché si occupano della salute e della prevenzione delle malattie, formano il personale, educano i/le bambini/e e le famiglie. Ogni anno effettuano le misurazioni dei/delle bambini/e, quindi sanno come varia la loro massa corporea nel tempo, e, qualora riscontrassero sovrappeso o obesità, parlano con i genitori, con gli/le insegnanti e con il personale sanitario per attivare interventi mirati e consulenze individualizzate. La Smart Card fa parte dei materiali del settore sanitario previsti da Smart Family, ma abbiamo deciso di utilizzarla con il personale sanitario che opera negli asili.

Successivamente, abbiamo deciso di adattare i vari materiali. Esiste già un'ampia varietà di materiali nella banca dati di Smart Family proveniente dalla Finlandia, ma, poiché in Croazia abbiamo un programma nazionale di promozione della salute chiamato "Vivere sano", abbiamo deciso di combinare i materiali già conosciuti dagli asili con le nuove e innovative attività di Smart Family provenienti dalla Finlandia.

#### **Slide 4 - Prima formazione**

Una volta deciso l'approccio, abbiamo anche stabilito di realizzare le attività tra le due sessioni di formazione. Abbiamo quindi proposto delle attività agli asili e organizzato i "Mesi della salute nei nidi e nelle scuole dell'infanzia", durante i quali hanno avuto l'opportunità di mettere in pratica tutte le attività. La prima formazione, aperta a tutto il personale, si è tenuta a marzo 2024. È stata una formazione di un giorno, in modalità ibrida, con 128 partecipanti in presenza e 159 partecipanti online.

#### **Slide 5 - Prima formazione**

Le persone sono state molto contente di ciò che hanno ascoltato e si sono mostrate molto interessate. Il nostro obiettivo era presentare il metodo Smart Family e le sue possibilità di applicazione negli asili croati, sia con i bambini che con le famiglie. Durante questa formazione, volevamo anche illustrare il piano di implementazione del metodo Smart Family in Croazia.

#### **Slide 6 - Prima formazione**

I contenuti della formazione comprendevano innanzitutto un inquadramento generale: abbiamo parlato con gli asili dello stile di vita delle famiglie croate, del grande problema dell'obesità infantile, della mancanza di rilevazioni e misurazioni nelle fasce d'età più giovani. Abbiamo anche discusso delle politiche di promozione della salute negli asili, poiché la promozione della salute è parte integrante del curriculum degli asili croati. Questo ci ha permesso di spiegare che l'implementazione di Smart Family poteva avvenire senza entrare in conflitto con gli obiettivi didattici previsti. Infine, abbiamo presentato le basi teoriche del programma Smart Family, illustrato le diverse possibilità di implementazione, e proposto un piano concreto per l'attuazione.

#### **Slide 7 - Implementazione negli asili**

Dopo questa formazione, abbiamo avuto un'idea chiara di quanti asili fossero interessati a partecipare: oltre 100 asili hanno manifestato grande entusiasmo e il desiderio di saperne di più sul metodo Smart Family. Abbiamo quindi adattato vari materiali, li abbiamo classificati, pubblicati e condivisi con gli asili. Abbiamo creato cinque opuscoli diversi basati sui materiali del metodo Smart Family.

Il primo opuscolo contiene attività di gruppo per le sezioni dell'asilo, da svolgere quotidianamente. Queste attività possono essere utilizzate direttamente durante la giornata per promuovere stili di vita sani tra i/le bambini/e.

Il secondo opuscolo comprende materiali educativi che gli/le insegnanti possono consegnare ai/alle bambini/e. Possono essere fotocopiati o distribuiti direttamente: i/le bambini/e possono compilarli, disegnarci sopra, riflettere attivamente e creare il proprio materiale sul tema della salute.

Il terzo opuscolo è rivolto alle famiglie. Se un/una insegnante desidera dare un compito a casa, ad esempio, può utilizzare questi materiali. Potrebbe trattarsi di un piano per limitare il tempo davanti allo schermo, un diario della colazione, o altri strumenti utili per coinvolgere i genitori nell'adozione di uno stile di vita più sano o nell'inizio di un cambiamento comportamentale in casa. Abbiamo poi creato materiale di supporto per le famiglie, composto soprattutto da contenuti teorici sugli stili di vita salutari e sulle difficoltà più comuni che le famiglie affrontano nel cercare di adottarli. Questi materiali servono al personale degli asili per informarsi e formarsi, così da essere più preparati nel dialogo e nella consulenza con i genitori, aiutandoli a introdurre cambiamenti nella vita familiare.

Tutto questo è stato implementato negli asili ad aprile 2024. Abbiamo parlato con il personale e chiarito che, se avevano deciso di aderire al progetto, dovevano mettere in pratica il metodo per almeno un mese...

### **Slide 8 - Seconda Formazione – Smart Card & Manuale**

...e sono stati molto contenti. Hanno deciso di proseguire anche oltre il mese previsto, e alla fine abbiamo avuto 117 asili che hanno aderito. Abbiamo ricevuto il consenso dei genitori per le foto. Come potete vedere, l'atmosfera negli asili era molto gioiosa e positiva. I/Le bambini/e hanno adorato le attività, come accade spesso, perché quando si parla di argomenti che li fanno sentire bene, sono sempre felici e desiderosi di partecipare.

La maggior parte di questi asili ha deciso di prolungare l'implementazione delle attività per tutto l'anno scolastico, quindi stanno ancora svolgendo varie attività legate alla salute, che si sono perfettamente integrate nella routine e nel curriculum quotidiano.

Alcuni asili hanno anche utilizzato strumenti di valutazione, per mostrare ai genitori e al personale dove si trovava ogni bambino in relazione agli stili di vita, e dove invece era necessario un supporto. Hanno quindi ritenuto questi strumenti di valutazione molto utili per definire obiettivi educativi e di salute personalizzati per ogni bambino.

### **Slide 9 - Seconda Formazione – Smart Card & Manuale**

Dopo questa fase, abbiamo deciso di organizzare la seconda formazione, incentrata sulla Smart Card. Come già accennato, esiste una sezione sanitaria del programma Smart Family che abbiamo deciso di adattare per le infermiere degli asili. La Smart Card è un elenco di comportamenti legati a stili di vita sani che i genitori possono utilizzare per diventare più consapevoli della propria situazione attuale. Non è una checklist, ma una lista di comportamenti relativi ad alimentazione e attività fisica che può aiutare le infermiere degli asili a parlare con i genitori e fornire consulenza.

### **Slide 10 - Seconda Formazione – Smart Card & Manuale**

Abbiamo quindi adattato la Smart Card (nella versione croata), ma ci siamo anche resi conto che le infermiere avrebbero avuto bisogno di materiali di supporto da utilizzare insieme alla card, poiché a volte non si sentono completamente a loro agio nel fare consulenze alle famiglie. Per questo motivo, abbiamo deciso di realizzare un manuale di accompagnamento, che potesse supportarle nell'attuazione del metodo, nella conversazione con i genitori e nella consulenza relativa alla Smart Card. Abbiamo quindi creato un manuale e anche delle schede operative...

### **Slide 11 - Seconda Formazione**

... quindi, si presenta in questo modo: ogni affermazione contenuta nella Smart Card è accompagnata da un approfondimento di riferimento, che l'infermiera deve conoscere per comunicare correttamente con i genitori, sapere come consigliarli, e avere indicazioni pratiche su come affrontare la conversazione. Inoltre, sono previsti materiali di supporto sotto forma di schede che le famiglie possono portare a casa e utilizzare per favorire i cambiamenti comportamentali che hanno indicato di voler intraprendere. La Smart Card, infatti, si basa sul principio del colloquio motivazionale: non è una checklist né uno strumento per convincere o forzare qualcuno a cambiare, ma serve per sostenere la volontà della famiglia nel condurre uno stile di vita più sano. Non è stato facile per gli/le operatori/operatrici sanitari/e, come le infermiere, adattarsi a questo approccio. Sono abituate a lavorare con liste di controllo, a concentrarsi su ciò che non va o che è fuori norma. Nel metodo della Smart Card, invece, tutto ruota attorno al dialogo positivo, al valorizzare i comportamenti salutari già presenti, e a utilizzarli come leva per sostenere i cambiamenti che la famiglia ha scelto di voler affrontare. È stato quindi piuttosto impegnativo spiegare alle infermiere come trascurare o non insistere su quei comportamenti non salutari che la famiglia non intende cambiare. Questo cambiamento di prospettiva è stato davvero una sfida importante.

## **Slide 12 - Seconda Formazione**

Abbiamo realizzato questa formazione a dicembre 2024, con la partecipazione delle infermiere degli asili, ma anche — per garantire la sostenibilità del progetto — abbiamo invitato i/le rappresentanti degli Istituti di Sanità Pubblica Provinciali. Infatti, alcuni di questi istituti offrono servizi di consulenza sugli stili di vita sani, in particolare su alimentazione sana e attività fisica, quindi abbiamo ritenuto che questa formazione potesse essere utile anche a loro, essendo tutti operatori/operatrici sanitari/e. La formazione si è svolta in formato quattro sessioni da una giornata ciascuna. Abbiamo avuto dai 30 ai 40 partecipanti per ogni sessione, poiché volevamo offrire un'esperienza pratica nell'utilizzo dei materiali e prevedevamo esercitazioni con giochi di ruolo. Per questo motivo, non era possibile avere gruppi troppo numerosi. In totale abbiamo avuto 139 partecipanti in presenza. Questa formazione si è svolta esclusivamente in presenza. Purtroppo, avremmo avuto ancora più partecipanti, ma in quei giorni in Croazia il maltempo è stato particolarmente severo: forti venti hanno impedito ad alcune persone, soprattutto dalla costa, di raggiungere il luogo della formazione. Abbiamo quindi deciso di organizzare un'ulteriore sessione formativa per loro appena possibile, non appena sarà raggiunto un numero sufficiente di partecipanti. Il programma di formazione, dunque, continuerà.

## **Slide 13 - Seconda Formazione**

L'obiettivo di questa formazione era introdurre la Smart Card come strumento di consulenza familiare e mostrarne le possibilità di applicazione negli asili croati. Volevamo inoltre presentare il Manuale e fare in modo che i/le partecipanti acquisissero familiarità nell'utilizzo della Smart Card e si sentissero a proprio agio nel fornire consulenza alle famiglie.

## **Slide 14 - Seconda Formazione**

Il contenuto di questa formazione riguardava l'ideologia alla base del progetto Smart Family. Abbiamo parlato della consulenza motivazionale, del grave problema della stigmatizzazione dell'obesità, abbiamo presentato la Smart Card e il Manuale, illustrandone le possibilità di implementazione. Abbiamo anche svolto un esercizio pratico in cui ogni partecipante ha avuto l'opportunità di ricoprire sia il ruolo del consulente che quello della persona seguita, per comprendere quanto sia facile osservare qualcun altro fare consulenza, ma quanto sia in realtà complesso svolgere il ruolo del consulente in prima persona.

## **Slide 15 – Guardando al futuro**

Questo è quanto abbiamo fatto in Croazia. Ora dobbiamo fare il secondo passo, il passo della sostenibilità. Vogliamo supportare le famiglie nell'implementare il metodo Smart Family come parte della routine nei loro asili, nella consulenza ai genitori e nel lavoro con i/le bambini/e. Vorremmo anche stabilire nuove collaborazioni. In particolare, desideriamo coinvolgere le università che formano insegnanti di asilo e infermiere, presentando loro i materiali di Smart Family come strumento da utilizzare per realizzare i curricula sanitari degli asili. Per fare questo, è necessario costruire capacità, affinché le persone conoscano Smart Family, si sentano a loro agio nell'utilizzarlo e desiderino farne uso. Inoltre, abbiamo l'idea di raggiungere il settore sanitario e iniziare a lavorare con le infermiere di assistenza primaria che operano nei servizi di pediatria dei servizi sanitari di base. Così facendo, tutti/e i/le bambini/ei in Croazia avranno l'opportunità di ricevere il supporto previsto dal metodo Smart Family.

## **Slide 16 - Raccomandazioni generali**

Alcune raccomandazioni che possiamo dare come paese implementatore sono: prima, direi di scegliere con attenzione il contesto. È davvero difficile collaborare con un settore che è sovraccarico e ha già troppo da fare al momento, come è stato nel caso del settore sanitario in Croazia. Quindi, anche se volevamo fare un grande impatto e lavorare con tutti i servizi di assistenza sanitaria primaria, abbiamo deciso che sarebbe stato più saggio rivolgersi agli asili e utilizzare l'ambito educativo come il contesto migliore per Smart Family in Croazia.

La seconda raccomandazione che darei è: fornire supporto continuo e coordinamento durante l'implementazione. Se vuoi implementarlo a livello nazionale come abbiamo fatto noi, è impossibile farlo da soli. Tuttavia, è anche impossibile semplicemente fornire il materiale a qualcuno/a e aspettarsi che lo faccia da solo/a senza alcun supporto. Quindi, è fondamentale avere abbastanza tempo e risorse per essere presenti e dare supporto a chi sta implementando il metodo.

E la terza raccomandazione che darei è: assicurati che ciò che hai deciso di fare sia allineato con le politiche nazionali. Quindi, immergiti in queste politiche, vai a vedere cosa è pianificato, vai a vedere quali sono le priorità nazionali. È qualcosa che forse non faresti come primo passo. Tuttavia, se è qualcosa che aiuterebbe a raggiungere gli obiettivi per il periodo successivo, allora sarà qualcosa per cui otterrai il supporto dei/delle decisori. E questo aiuterebbe sia l'implementazione che la sostenibilità del metodo nel tuo paese.

### **Slide 17 – Grazie a tutti/e per la partecipazione!**

Bene, questo è tutto da parte mia. Se desiderate sapere qualcosa di più su ciò di cui ho parlato, non esitate a contattare me o uno dei/delle miei/mie colleghi/colleghe. Vi auguro buona fortuna nell'implementare Smart Family nel vostro paese.