

Rete WHP Workplace Health Promotion

Luoghi di lavoro
che promuovono salute

Rete WHP Lombardia

FUMO E COMPORTAMENTI ADDITIVI NEI LUOGHI DI LAVORO

Contrasto e trattamento del tabagismo in ASST Mantova

Sistema Socio Sanitario
 Regione
Lombardia
ASST Mantova

 Carlo Poma

Dott.ssa Raffaella Di Pasquale
Dipartimento funzionale di
Prevenzione

 Tutti per la salute

Programma

Luoghi di lavoro che Promuovono Salute

 Promozione salute
ASST Mantova

AMBULATORIO DI SECONDO LIVELLO PRESSO SERD MANTOVA

Via Hrovatin 2

- Prenotazione al numero: 0376 435516;
- Intervento a gruppi di 10-12 utenti per volta;
- Prima visita di inquadramento e consegna prescrizione terapia farmacologica;
- Successivi incontri a gruppi per un ciclo di 9 incontri + 2 follow up a breve termine;
- Orario: **14:30-16:30;**
- Equipe: psichiatra, psicologo, educatore.

COME SI SVILUPPA IL PERCORSO

Presentazione individuale

Esame delle motivazioni

Spiegazione dei principali strumenti

Delucidazione sulla compartecipazione tra
parte educativa e terapia farmacologica

AMBULATORIO DI PRIMO LIVELLO PRESSO LE SEDI TERRITORIALI DI MANTOVA

Primo livello: cosa significa?

Gestione infermieristica con contributo medico

Attivazione progressiva:

Distretto Casalasco-Viadanese (Viadana, Bozzolo, Campitello) e
Mantovano

Accesso:

Mail: ambulatorio.respironuovo@asst-mantova.it

Orari:

Flessibili nel turno lfeC 8-19

Appuntamenti e numero di utenti:

Ciclo da circa 5 incontri + f-up telefonici, **max 2 utenti per volta**

Presenza medica:

Entra in campo nella prescrizione del farmaco

Il Toolkit Diagnostico: Misurare Corpo e Mente

Assessment Duality Matrix



La Dipendenza Fisica

Test di Fagerström

Tempo dal risveglio	☐ <5 min 0	☐ 6-30 min 1 2 3	☐ >30 min 4 5	
Numero sigarette	☐ 10 or less	☐ 11-20	☐ 21-30	☐ 31 or more
Difficoltà nei luoghi con divieto	☐ Yes	☐ No		



- Focus: Necessità biologica di nicotina.
- Metriche: Tempo dal risveglio, numero sigarette, difficoltà nei luoghi con divieto.
- Output: Guida l'intensità del supporto farmacologico.



La Pronta Psicologica

Test di Mondor

Disponibilità al cambiamento	☒ ☐ ☐	Motivazione 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Fattori di stress attuali	☒ ☐ ☐	Motivazione 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Motivazioni personali (salute, famiglia)	☒ ☐ ☐	Autoefficacia 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Autoefficacia percepita	☒ ☐ ☐	Autoefficacia 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

- Focus: Disponibilità e motivazione al cambiamento.
- Metriche: Fattori di stress, motivazioni personali (salute, famiglia), autoefficacia.
- Output: Modula la tipologia di counselling e l'approccio empatico.

Carlo Poma

Come si usa il "calendarietto" (Diario comportamentale)

- 1) Non tenere scorte di sigarette e accendini in casa.
- 2) Separare l'accendino dalle sigarette (non tenerlo dentro il pacchetto)
- 3) Riporre l'accendino in un posto diverso rispetto alle sigarette
- 4) Impacchettare le sigarette.
- 5) Quando decidi di fumare devi:
 - SPACCHETTARE IL PACCHETTO
 - COMPILARE IL CALENDARIO
 - RICHIUDERE IL PACCHETTO
 - FUMARE LA SIGARETTA

Per compilare la colonna "ragioni per smettere" utilizzare il foglio: MOTIVAZIONI PER SMETTERE

CALENDARIETTO

DATA	SIGARETTA	ORE	ATTIVITÀ/UMORE	GRADO DI BISOGNO	RAGIONI PER SMETTERE	FUMATA	
						SI	NO
	1ª			1 2 3 4 5			
	2ª			1 2 3 4 5			
	3ª			1 2 3 4 5			
	4ª			1 2 3 4 5			
	5ª			1 2 3 4 5			
	6ª			1 2 3 4 5			
	7ª			1 2 3 4 5			
	8ª			1 2 3 4 5			
	9ª			1 2 3 4 5			
	10ª			1 2 3 4 5			
	11ª			1 2 3 4 5			
	12ª			1 2 3 4 5			
	13ª			1 2 3 4 5			
	14ª			1 2 3 4 5			
	15ª			1 2 3 4 5			
	16ª			1 2 3 4 5			
	17ª			1 2 3 4 5			
	18ª			1 2 3 4 5			
	19ª			1 2 3 4 5			
	20ª			1 2 3 4 5			

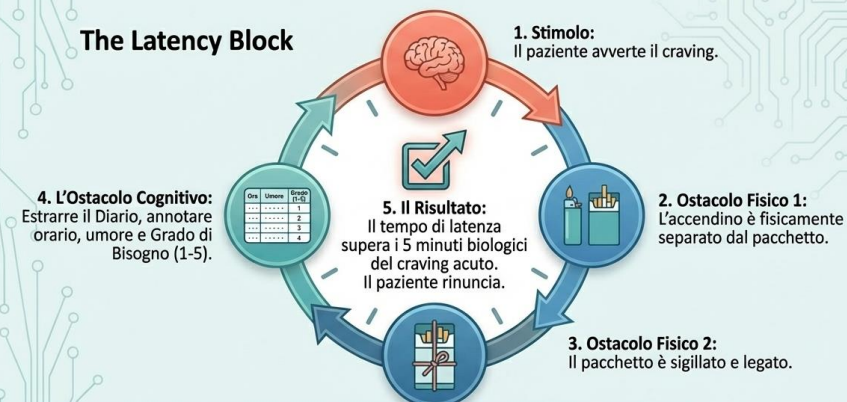
GRADO DI BISOGNO: quanto è importante quella sigaretta in quel momento

1. Importantissima (mi sarebbe mancata molto)
2. Più della media
3. Mediamente
4. Sotto la media
5. Pochissimo

Calendarietto del fumo: come funziona?

Come introdurre una latenza critica di 3-5 minuti per disinnescare l'automatismo.

The Latency Block



La sola adozione di questo sistema induce una riduzione automatica del 20-50% delle sigarette fumate prima del farmaco.

Carlo Poma

Sistema Socio Sanitario
Regione Lombardia
ASST Mantova

Il Percorso Clinico: Verso la "Quit Date"

Visita 1 (Valutazione)

Anamnesi, CO espirato,
Test Fagerström/Mondor
Consegna del Calendarietto.
Avvio del distanziamento
cognitivo.

Visita 2 (Riduzione, Giorno 7-10)

Revisione calendario.
Taglio sigarette a "basso bisogno" (3-5).
Introduzione azioni sostitutive.
Prescrizione Citisina.

Visita 3 (Pianificazione)

Target <5 sigarette/giorno.
Nuovo test CO.
Avvio posologia Citisina.
Determinazione Quit Date.

Follow-up 24h

Supporto acuto.
Gestione del "lutto della sigaretta".
Rinforzo emotivo.
Consegna fisica del pacchetto residuo.

QUIT DATE



Espansione Strategica: La Rete si Allarga



Core: Il Pilota Interno

Dipendenti ASST (Distretto casalasco-viadanese). Validazione del modello.

Ring 1: Espansione Distrettuale

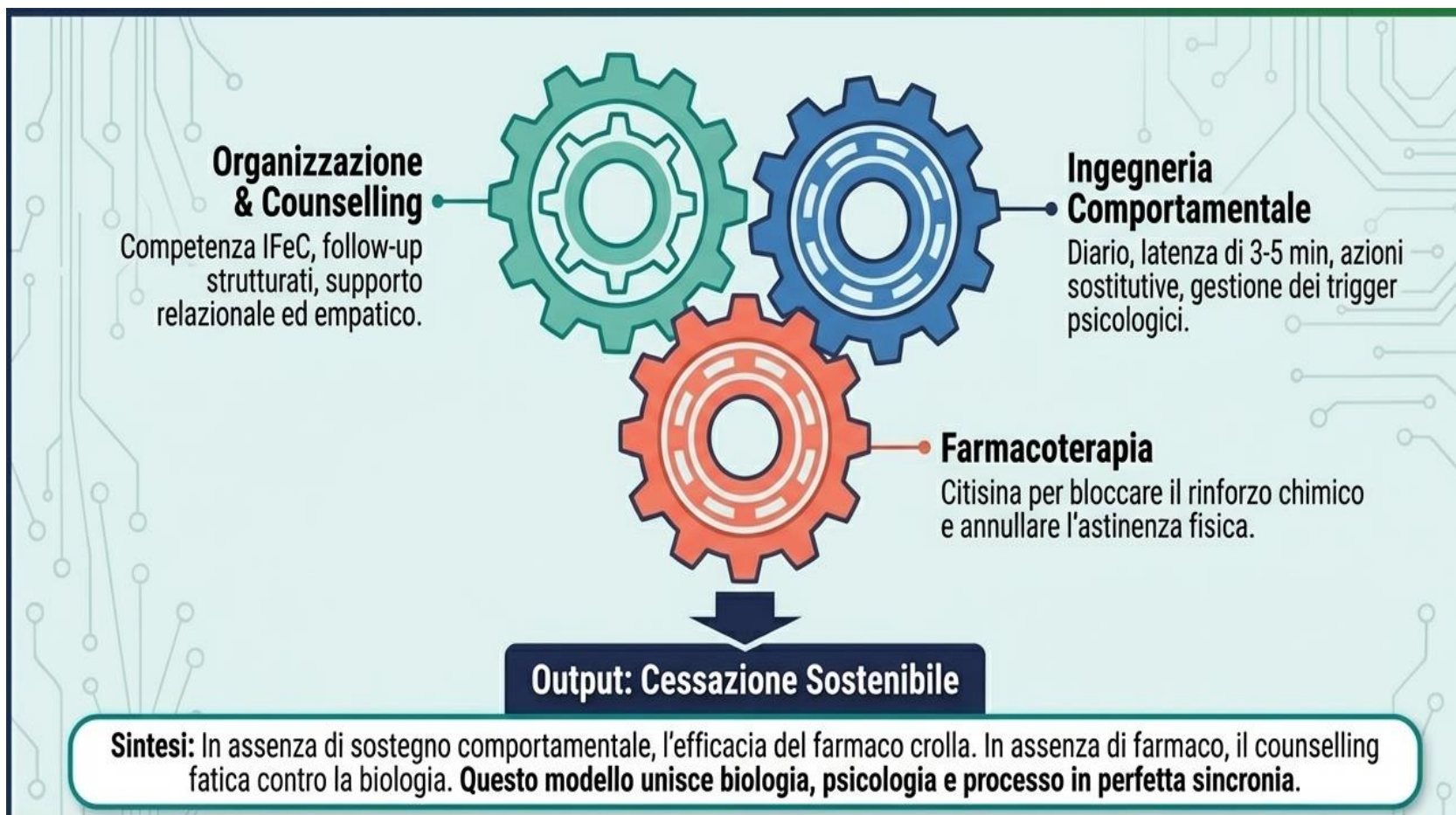
Estensione ai distretti Mantovano, Alto e Basso Mantovano con casella email centralizzata.

Ring 2: La Rete Esterna

Coinvolgimento aziende partner Workplace Health Promotion (WHP) tramite ATS Val Padana, e accesso dai Consultori.

Ring 3: Il Territorio Futuro

Integrazione diretta con i Medici di Medicina Generale (MMG) per intercettazione primaria e anamnesi pre-compilata.



Rete WHP Workplace Health Promotion

Luoghi di lavoro che promuovono salute - Rete WHP Lombardia



Tutti per la salute

