

66°

CONGRESSO FIMMG-METIS

“La medicina generale nel terzo millennio”

3/8 ottobre 2011 Villasimius (CA)



Percezione e comunicazione del rischio

Antonio Pio D'Ingianna

Daniela Livadiotti

Scuola Nazionale di Medicina degli Stili di Vita



Scuola Nazionale di Medicina degli stili di vita

www.fimmg.org/alimentazione

Comportamenti di salute (Health Behaviors)

Lo studio dei comportamenti di salute è basato su due assunti fondamentali:

- **Abitudini e stili di vita influenzano in modo determinante le cause principali di morbidità e di mortalità.**
- **I comportamenti sono modificabili**

Stroebe e Stroebe, 1995

Comportamenti di salute (Health Behaviors)

- Azioni consistenti nel “fare” (es. seguire una dieta salutare)
- Azioni consistenti nell’ “astenersi dal fare” (es. non fumare)
- Eventi mentali e sensazioni

Health behaviors. Emerging research persepectives.
New York, Plenum Press

Comportamenti di salute (Health Behaviors)

Molteplici determinanti:

- **Elementi cognitivi** (credenze, aspettative, motivazioni, valori, percezioni)
- **Caratteristiche di personalità** (inclusi stati emotivi ed affettivi)
- **Patterns comportamentali** (azioni ed abitudini relative al mantenimento ed al miglioramento dello stato di salute)

Comportamenti di salute (Health Behaviors)

Gli attributi personali ed individuali riflettono e sono influenzati da:

- **Struttura e processi familiari**
- **Influenze del gruppo**
- **Determinanti sociali, istituzionali, culturali**



Fattori che agiscono come determinanti della salute



Health psychology in context. Journal of Health Psychology, 1996

The Alameda Study



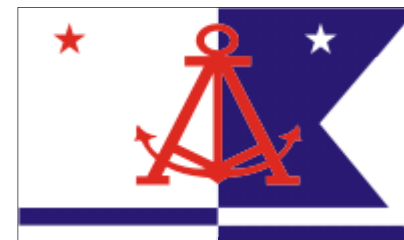
Studio longitudinale iniziato nel 1965 sullo stato di salute di tutta una comunità (6.928 abitanti della contea di Alameda, California)

Due indagini di follow-up: 1974 e 1983

Risultati:

- Esistono importanti differenze tra i sottogruppi di abitanti
- I comportamenti e le abitudini individuali influenzano lo stato di salute presente e futuro

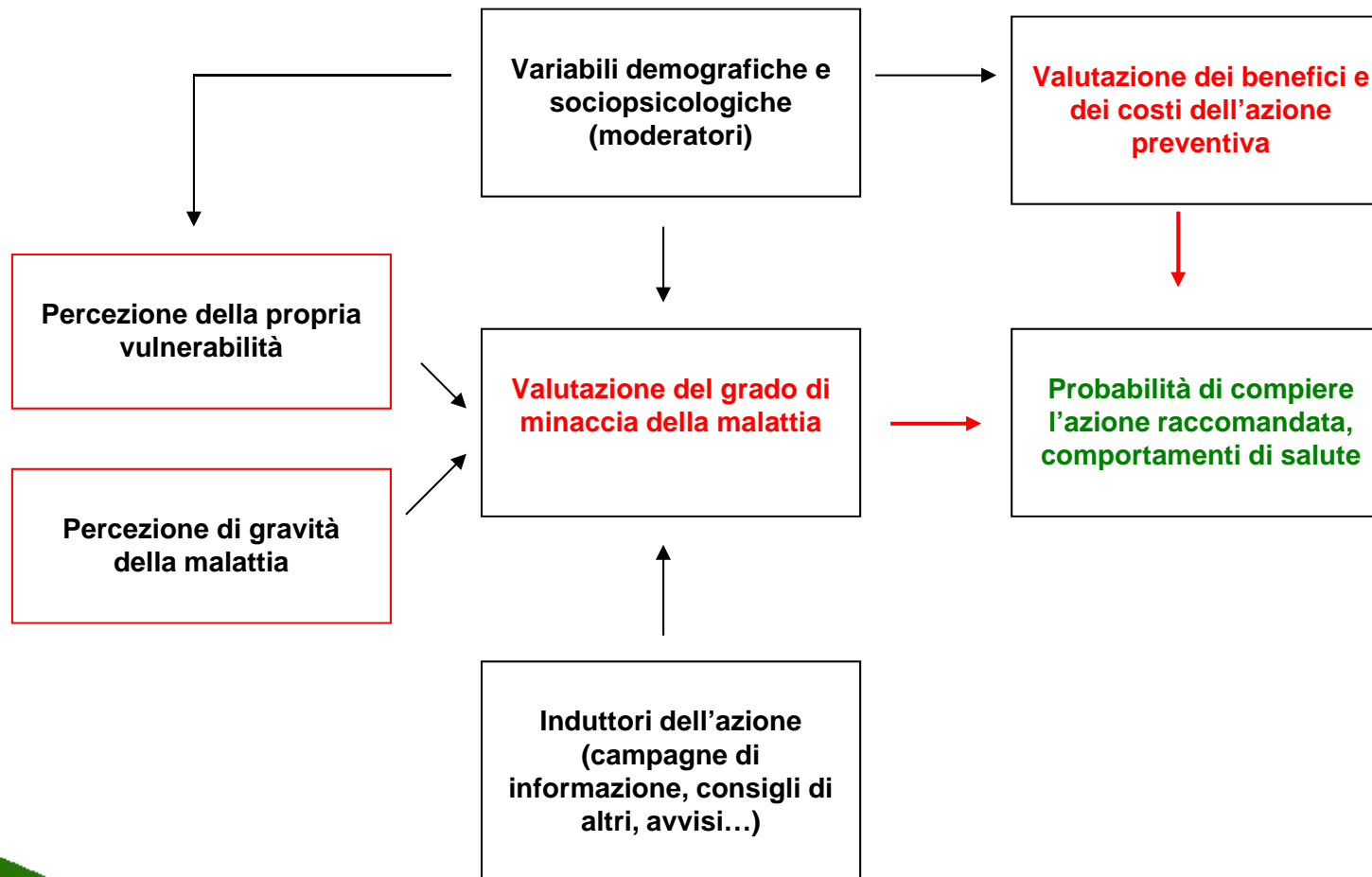
The Alameda Study



Importanza di alcune abitudini "sane":

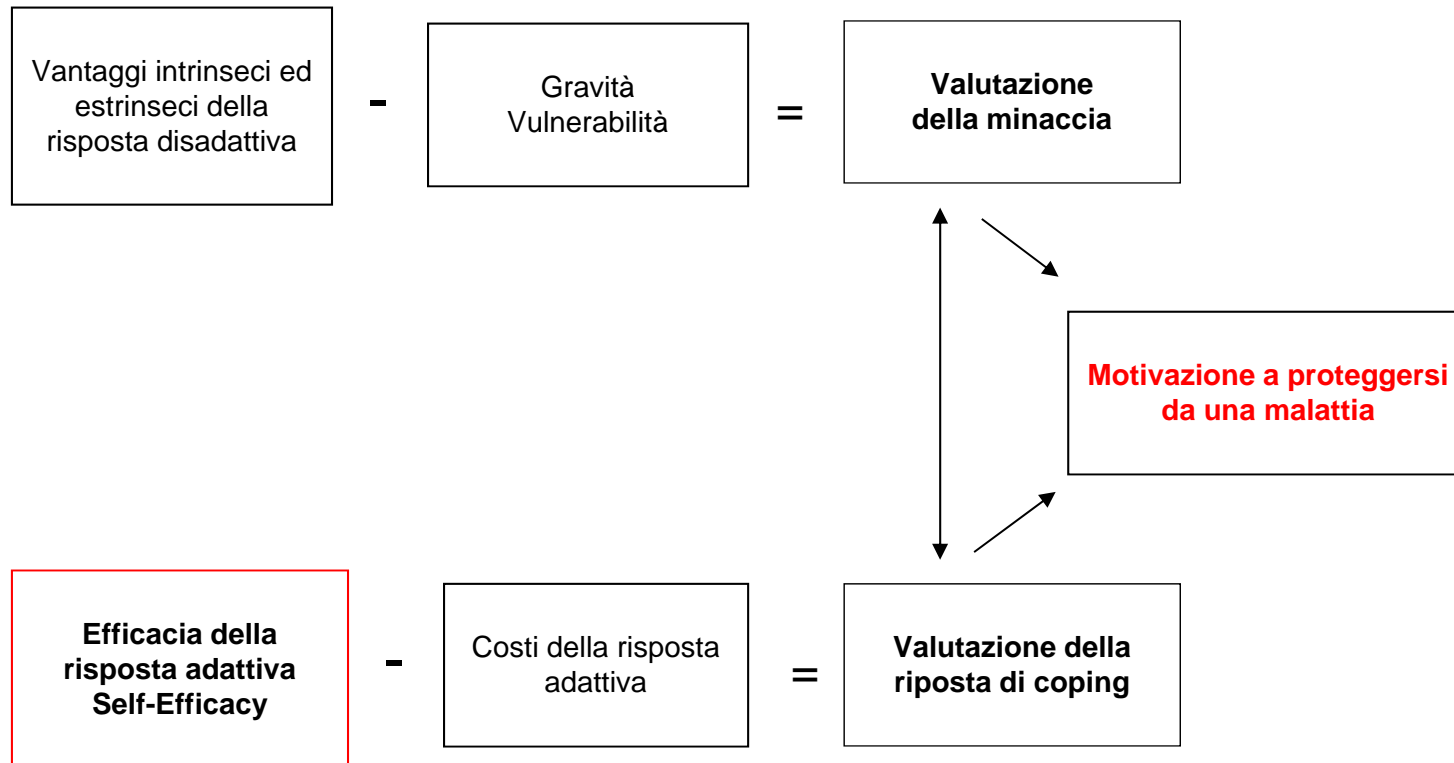
1. Riposo
2. Alimentazione
3. Attività fisica
4. Alcool
5. Fumo
6. Peso

Modello delle credenze sulla salute



(Rosenstock, Becker, Maiman, 1975)

Teoria della motivazione a proteggersi



(Rippetoe, Rogers, 1987)

Percezione del rischio

Risultati delle ricerche



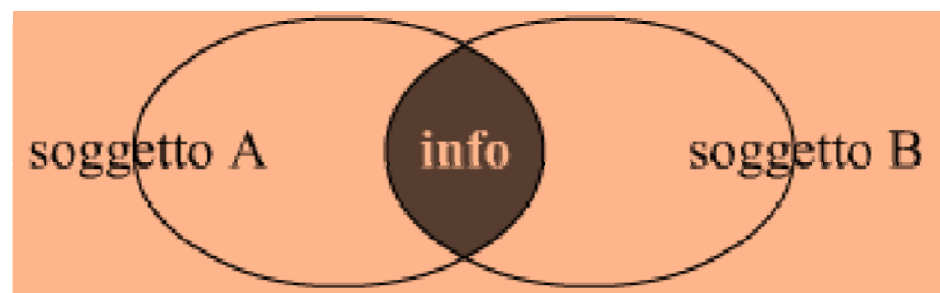
- La percezione del rischio varia enormemente tra le persone
- Scarsa corrispondenza con dati epidemiologici e statistiche ufficiali
- I giudizi sono soggetti a vari biases
- Anche quando riconoscono l'associazione tra comportamento e rischio le persone sono riluttanti a considerarsi personalmente a rischio

Comunicazione del rischio

Comunicazione come trasmissione, passaggio di informazioni



Comunicazione come relazione, mettere in comune, comprensione



Comunicazione del rischio

- *“La comunicazione del rischio è un processo interattivo di scambio di informazioni tra individui.*
- *Si tratta di un’attività costituita da numerosi scambi di messaggi, sia sulla natura del rischio che sulle opinioni e sulle reazioni al concetto stesso di rischio, nonché sulle azioni personali ed istituzionali da intraprendere per la minimizzazione del rischio”*

Center for Risk Communication – New York

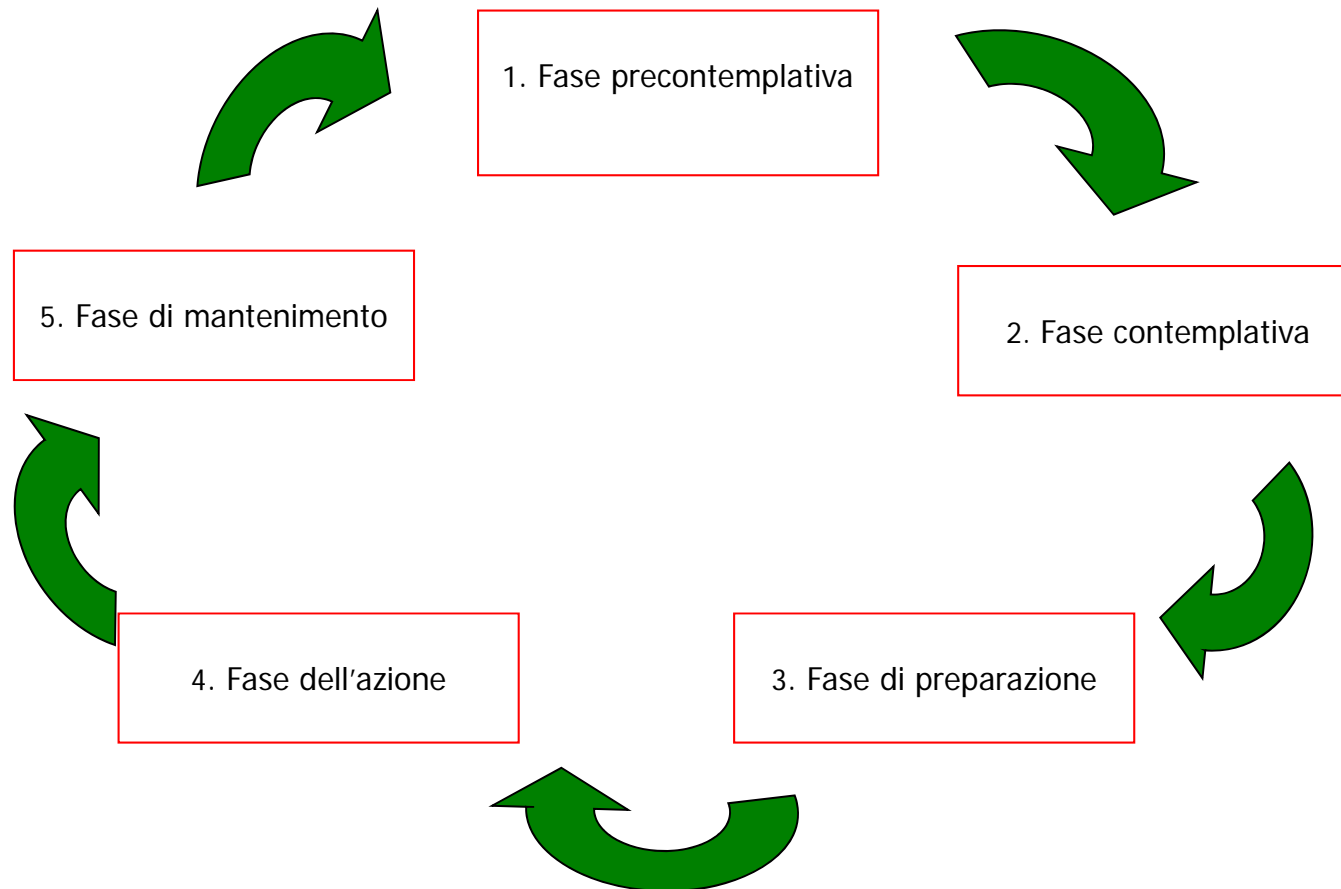
Comunicazione del rischio



La chiave per comunicare con successo è la capacità di stabilire, mantenere ed incrementare fiducia e credibilità.

Center for Risk Communication-New York

Modelli processuali del cambiamento dei comportamenti



1) Modello transteoretico Di Clemente e Prochaska, 1982

Bilancia decisionale nell'abitudine al fumo

Comportamento attuale (fumare)

Vantaggi	Costi
<ul style="list-style-type: none"> • Rilassarsi e scaricare lo stress • Aiuto in situazioni difficili ed emotivamente impegnative • Vincere la noia 	<ul style="list-style-type: none"> • Mancanza di fiato per correre e giocare con i figli • Rischio di tumore del polmone • Pelle spenta • Economicamente costoso • Tosse fastidiosa

Cambiamento (smettere di fumare)

Costi	Vantaggi
<ul style="list-style-type: none"> • Si fa fatica • Non avere un aiuto contro lo stress • Rinunciare alla "pausa sigaretta" 	<ul style="list-style-type: none"> • Sentirsi più in forma per giocare con i figli • Non avere più tosse • Minor rischio di tumore del polmone • Pelle più luminosa • Risparmio economico



Modalità comunicative

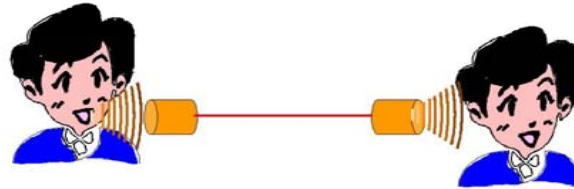
- **Comunicazione verbale:** utilizza le parole
- **Comunicazione non verbale:** espressione del volto, gesti, tono della voce, etc. E' meno facilmente sottoponibile a "censura", e quindi tradisce gli effettivi sentimenti, stati d'animo, opinioni.
- **Comunicazione simbolica:** il nostro modo di vestire, gli oggetti di cui ci circondiamo, etc, costituiscono una parte molto significativa della nostra comunicazione

Ostacoli alla comunicazione

- **Fretta**
- **Distrazione**
- **Linguaggio**
- **Interruzione**



Modalità comunicative



Occorre fare molta attenzione perché non tutto quello che viene comunicato arriva al ricevente

- il soggetto vuole dire **100**
- in realtà dice **80**
- il ricevente sente **50** (a causa dei disturbi dell'ambiente)
- capisce **30**
- ricorda **20**

Modalità comunicative

Tecnica di comunicazione	Canale di percezione	% di apprendimento
Verbale	Solo udito	20%
Gestuale, grafica	Solo vista	30%
Mista	Udito + Vista	50%
Mista	Udito+Vista + Discussione	70%

L'apprendimento varia al variare delle tecniche comunicative e dunque dei diversi canali di percezione

Corso di educazione artistica

**Fare una
campagna
pubblicitaria
creativa sugli
stili di vita**

*Un piccolo
morso al
tuo
peso...*



per un grande bacio alla vita.