



REGOLAMENTO PER LA PRESCRIZIONE E L'ACCESSO ALL'ATTIVITÀ FISICA ED ESERCIZIO FISICO ADATTATI PER L'UTENZA DI ASST DI CREMONA

Art.1

Oggetto

Il presente regolamento disciplina la prescrizione dell'Attività Fisica Adattata (AFA) e/o dell'Esercizio Fisico Adattato (EFA) a cura dei Medici specialisti e/o dei Medici di Medicina Generale (MMG) ai pazienti assistiti dell'ASST di Cremona.

Art.2

Soggetti del servizio

Il servizio è indirizzato a pazienti adulti di età superiore a 18 anni affetti da patologia cronica, assistiti da Medici specialistici e/o Medici di Medicina Generale dell'ASST di Cremona che, al termine del percorso sanitario terapeutico o riabilitativo, possono beneficiare dell'Attività Fisica e/o dell'Esercizio fisico adattati, per il consolidamento dei risultati conseguiti.

I soggetti "promotori" sono i medici specialisti della ASST di Cremona ed i MMG del territorio cremonese che intendono prescrivere AFA/EFA ai loro assistiti. I soggetti "attuatori" sono enti, strutture pubbliche o private, che hanno dato la disponibilità formale all'attuazione di AFA/EFA secondo quanto disposto nel presente documento. La funzione di coordinamento è garantita dal gruppo di lavoro costituito presso la ASST di Cremona, composto da:

- Direttore Dipartimento Funzionale di Prevenzione o suo delegato
- Responsabile Funzione Prevenzione e Promozione della Salute, ASST Cremona con compiti di coordinamento del Tavolo
- Direttore Distretto Cremonese o suo delegato
- Direttore Distretto Casalasco-Viadanese o suo delegato
- Referenti Casa di Comunità Cremona e Casalmaggiore o loro delegati
- Responsabile Medicina dello Sport o suo delegato
- Coordinatore Fisioterapisti o suo delegato
- Rappresentante MMG
- Rappresentante specialisti ospedalieri

Art.3

Definizioni dei programmi

Si definisce Attività Fisica Adattata (AFA) un programma di attività motoria svolto prevalentemente in gruppi omogenei per le specifiche condizioni dello stato di salute, finalizzato alla prevenzione terziaria della disabilità. L'AFA si rivolge, in particolare, a persone affette da patologie muscolo-scheletriche e neuro-muscolari, spesso al termine di un percorso riabilitativo, ed è finalizzata al mantenimento delle funzionalità recuperate. Si rivolge a persone in condizioni di relativa stabilità, che possono beneficiare degli effetti di una ginnastica preventiva e di mantenimento. I protocolli relativi a Lombalgia, Artrosi, Fibromialgia, Malattia di Parkinson ricadono in questa fattispecie.



Per Esercizio Fisico Adattato (EFA) si intende un programma di esercizio fisico svolto su prescrizione medica per modo, intensità, frequenza e durata delle sedute, effettuato in modo individualizzato sulla base di una valutazione preliminare delle condizioni di salute della persona interessata. L'EFA è rivolta a persone con patologie cardiovascolari e dismetaboliche (esiti stabilizzati post sindrome coronarica acuta con o senza infarto miocardico, con o senza rivascolarizzazione meccanica o chirurgica, diagnosi di diabete mellito di tipo 2, obesità e sindrome metabolica). Tale programma si configura come attività di mantenimento e pertanto deve esserne il più possibile garantita la continuità nel tempo.

Per Ente erogatore, o attuatore, si intende il soggetto aderente al progetto per la prescrizione e l'accesso ad attività AFA o EFA. Essi rappresentano strutture, pubbliche o private, che hanno dato la disponibilità formale all'attuazione dell'AFA/EFA secondo quanto disposto dal presente Regolamento.

I Prescrittori sono i Medici specialisti ed i Medici di Medicina Generale (MMG) dell'ASST di Cremona che intendono prescrivere AFA/EFA ai propri pazienti assistiti.

Art.4

Compiti dei componenti del gruppo di lavoro

La funzione di coordinamento è garantita dal gruppo di lavoro costituito presso la ASST di Cremona, con decreto N° 1065 del 28/12/2023 e composto da:

- Direttore Dipartimento Funzionale di Prevenzione o suo delegato
- Responsabile Funzione Prevenzione e Promozione della Salute, ASST Cremona con compiti di coordinamento del Tavolo
- Direttore Distretto Cremonese o suo delegato
- Direttore Distretto Casalasco-Viadanese o suo delegato
- Referenti CDC Cremona e Casalmaggiore o loro delegati
- Responsabile Medicina dello Sport o suo delegato
- Coordinatore Fisioterapisti o suo delegato
- Rappresentante MMG
- Rappresentante specialisti ospedalieri

Il Gruppo di lavoro ha compiti tecnico-scientifici ed organizzativi, quali la divulgazione del progetto, la redazione di protocolli operativi, la supervisione dell'osservanza dei compiti dei soggetti promotori e dei soggetti attuatori, la tenuta degli elenchi dei soggetti attuatori, la raccolta ed il monitoraggio degli indicatori di efficienza/efficacia (ogni 6 mesi). La gestione operativa del gruppo è affidata al Responsabile Funzione Prevenzione e Promozione della Salute, ASST Cremona che convoca il Tavolo con cadenza almeno mensile nelle prime fasi progettuali.

Art 5

Compiti del prescrittore

I prescrittori hanno il compito di:



- individuare i pazienti che possono beneficiare di AFA/EFA;
- valutare il paziente da inviare ad AFA e individuare la tipologia di AFA/EFA appropriata per la persona;
- illustrare le AFA/EFA e il progetto di ASST, avvalendosi anche di un'apposita scheda informativa;
- compilare la prescrizione all'AFA/EFA;
- consegnare l'elenco degli erogatori ai pazienti.

Non è richiesta certificazione medica di idoneità allo svolgimento di attività ludico-motoria né sportiva.

Art.6

Compiti e caratteristiche dei soggetti attuatori

I soggetti attuatori hanno il compito di:

- mediante la partecipazione a manifestazione di interesse, esplicitare la volontà di aderire al progetto di ASST e di rispettare le regole di attuazione dello stesso, secondo le modalità ed i termini che saranno indicati dall'ASST di Cremona;
- autocertificare l'effettuazione di AFA/EFA in locali autorizzati dall'autorità sanitaria di vigilanza secondo la LR 1° ottobre 2014, n. 26 (Norme per la promozione e lo sviluppo delle attività motorie e sportive, dell'impiantistica sportiva e per l'esercizio delle professioni sportive inerenti alla montagna);
- autocertificare che la struttura sia dotata di un direttore tecnico, responsabile dell'attività (deve essere in possesso di un diploma ISEF o di una laurea in scienze motorie); per le strutture che erogano EFA è invece necessaria la figura di un responsabile sanitario, con laurea in medicina e chirurgia;
- autocertificare che la somministrazione di AFA/EFA avvenga a cura di istruttori abilitati e qualificati in possesso dei requisiti professionali previsti dalla L.R. n.26 del 01/10/2014 art.9;
- comunicare la tipologia di AFA/EFA che intendono erogare;
- avere disponibilità di materiali ed attrezzature appropriate allo svolgimento dei programmi di AFA/EFA proposti;
- svolgere le attività coerentemente ai principi etici generali e di buona prassi;
- consegnare agli utenti, per la compilazione, i questionari di monitoraggio identificati come "Questionario sullo stato di salute", "Questionario di percezione del dolore" e il "Questionario sulla soddisfazione del cliente";
- restituire, con cadenza semestrale, al Dipartimento Funzionale di Prevenzione, tramite la mail dipartimento.prevenzione@asst-cremona.it, i suddetti questionari compilati dall'utente; i questionari saranno poi sottoposti al Laboratorio di Promozione dell'Attività Fisica e Movimento di ASST Cremona;
- compilare una scheda di segnalazione di eventuali eventi avversi occorsi agli utenti durante i



programmi di AFA/EFA.

L'elenco dei soggetti attuatori che aderiranno al progetto verrà ripubblicato nel portale aziendale dell'ASST di Cremona e periodicamente aggiornato. Il soggetto attuatore può in qualsiasi momento fare richiesta di essere depennato dall'elenco inviando una comunicazione al Protocollo dell'ASST di Cremona (protocollogenerale@pec.asst-cremona.it).

Il Dipartimento Funzionale di Prevenzione, per tramite del Laboratorio di Promozione dell'Attività Fisica e Movimento, si riserva la possibilità di depennare dall'elenco il soggetto attuatore dandone comunicazione allo stesso ed esplicitandone le motivazioni.

Art.7

Compiti dell'ASST Cremona:

L'ASST di Cremona:

- implementa, mediante manifestazione di interesse, elenco dei soggetti attuatori;
- rendiconta le attività con frequenza annuale e si impegna a darne significativo riscontro ad ATS Val Padana.

RIFERIMENTI SCIENTIFICI E NORMATIVI

1. Presa d'atto del progetto di governo clinico "Invecchiamento attivo e in buona salute in ATS Brianza: prevenzione delle cronicità" e approvazione della manifestazione di interesse a far parte, in via sperimentale, dell'elenco delle palestre che promuovono la salute attive nel territorio della ATS – deliberazione 15 maggio 2018 Regione Lombardia;
2. Presa d'atto del progetto dell'ASST di Mantova con relativo regolamento per la prescrizione e l'accesso all'attività fisica ed esercizio fisico adattati da parte dei pazienti/assistiti della ASST di Mantova.
3. Progetto sperimentale sulla prescrizione dell'esercizio fisico come strumento di prevenzione e terapia in Lombardia in attuazione dell'accordo tra Ministero della Salute e Regione Lombardia del 23 dicembre 2010 - Deliberazione n° IX/ 2056 seduta del 28/07/2011 Regione Lombardia;
4. Approvazione di "Indirizzi regionali per la promozione dell'attività fisica e della prescrizione dell'esercizio fisico nelle persone con patologie croniche" e del "codice etico delle palestre e delle associazioni sportive che promuovono salute" – Deliberazione 05 dicembre 2016 Regione Emilia-Romagna
5. XVII Legislatura – Camera dei Deputati n. 3528 “Proposta di legge disposizioni per la promozione e la diffusione dell'attività fisica delle persone anziane quale strumento di miglior salute e di invecchiamento attivo” del 12 gennaio 2016
6. Global action plan on physical activity 2018-2030: more active people for a healthier world- World Health Organization 2018
7. Physical activity strategy for the WHO European Region 2016–2025



8. Documento programmatico "Guadagnare salute". Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri 4 maggio 2007 - Ministero della Salute
http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_normativa_1435_allegato.pdf
9. Piano Nazionale della Prevenzione 2020-2025 - Ministero della Salute
http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_2285_allegato.pdf
10. Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri (DPCM) del 12 gennaio 2017 Nuovi Livelli essenziali di assistenza - LEA (Gazzetta Ufficiale n. 65 del 18 marzo 2017 Supplemento ordinario n.15)
11. Legge Regionale 1° ottobre 2014, n. 26 - Norme per la promozione e lo sviluppo delle attività motorie e sportive, dell'impiantistica sportiva e per l'esercizio delle professioni sportive inerenti alla montagna
12. Decreto legislativo n°36 del 28/02/2021 – attuazione dell'articolo 5 della legge 8 agosto 2019, n° 86, recante riordino e riforma delle disposizioni in materia di enti sportivi professionistici e dilettantistici, nonché di lavoro sportivo.