REGIONE AUTONOMA FRIULI VENEZIA GIULIA

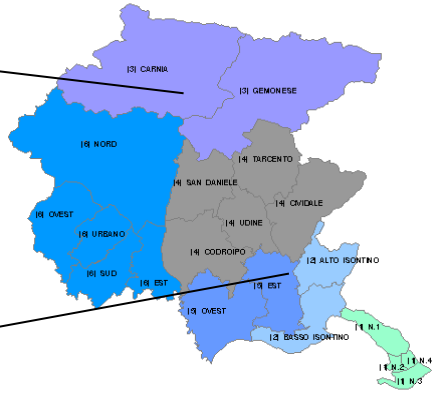
Ministero della Salute

PROGETTO

di Ricerca Ministeriale Finalizzata

FREE

Friuli-VG**;** **R**icerca; **E**fficacia; **E**mpowerment



dr Pierluigi Struzzo
Centro di Formazione Cure Primarie, Monfalcone (GO)
Università degli Studi di Trieste
pierluigi.struzzo@phd.units.it
pstruzzo@gmail.com

EXPO MILANO 2015

Il problema

- Aspettativa di vita
- Disabilità
- Malattie croniche non trasmissibili
- Aggravio di costi per le famiglie e per lo Stato
- Gli stili di vita a rischio sono i determinanti principali
- Difficili da gestire dalle persone e dai medici

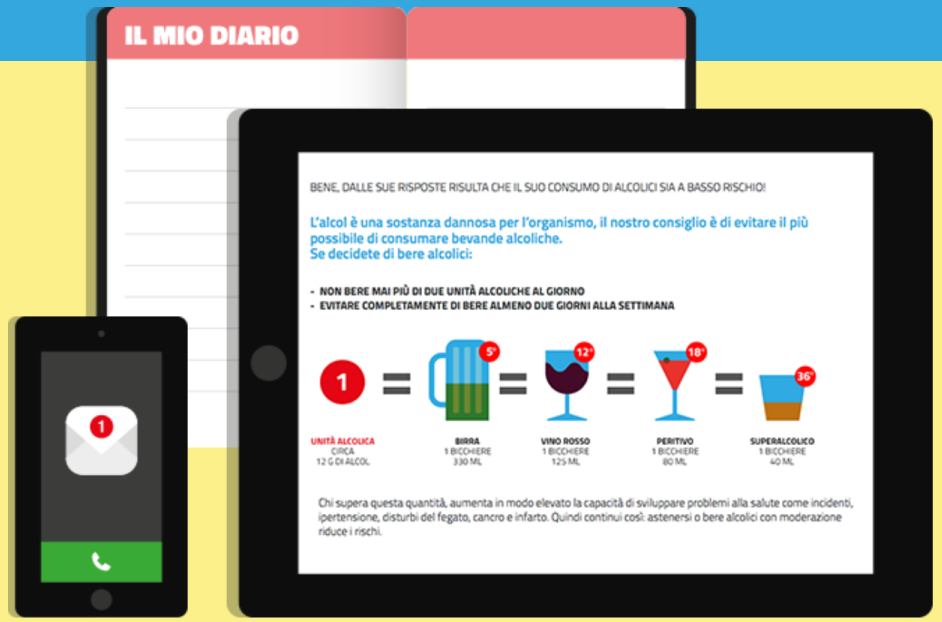
La scommessa

- Usare l'Intervista Motivazionale Breve per ridurre i rischi
- Verificare se si può usare un sito web per proporre la riduzione dei rischi da stili di vita
- Se sì, coinvolgere i Medici e gli Amministratori locali per la sua diffusione

Istantanea File Composizione Scatto Finestra Aiuto 93% Ven 16:00

vivere sani vivere meglio

Home | Test | Diario | Contatta il tuo medico | Il tuo account | ESCI



VALUTA
il tuo stile di vita e il suo impatto sulla sua salute

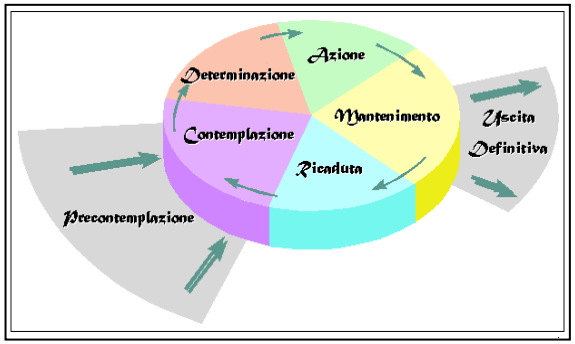
OSSERVA
le indicazioni date per migliorarlo

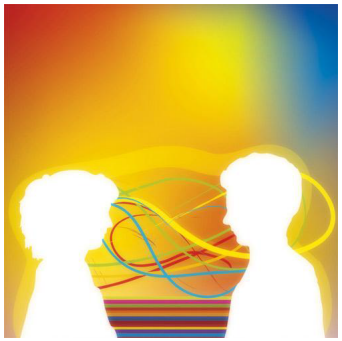
SCRIVI
un diario con i tuoi comportamenti abituali

MIGLIORA
il dialogo con il tuo medico

ACCEDI E VERIFICA IL TUO STILE DI VITA

Un percorso testato scientificamente (sull'alcol) e basato sull'Intervista Motivazionale Breve



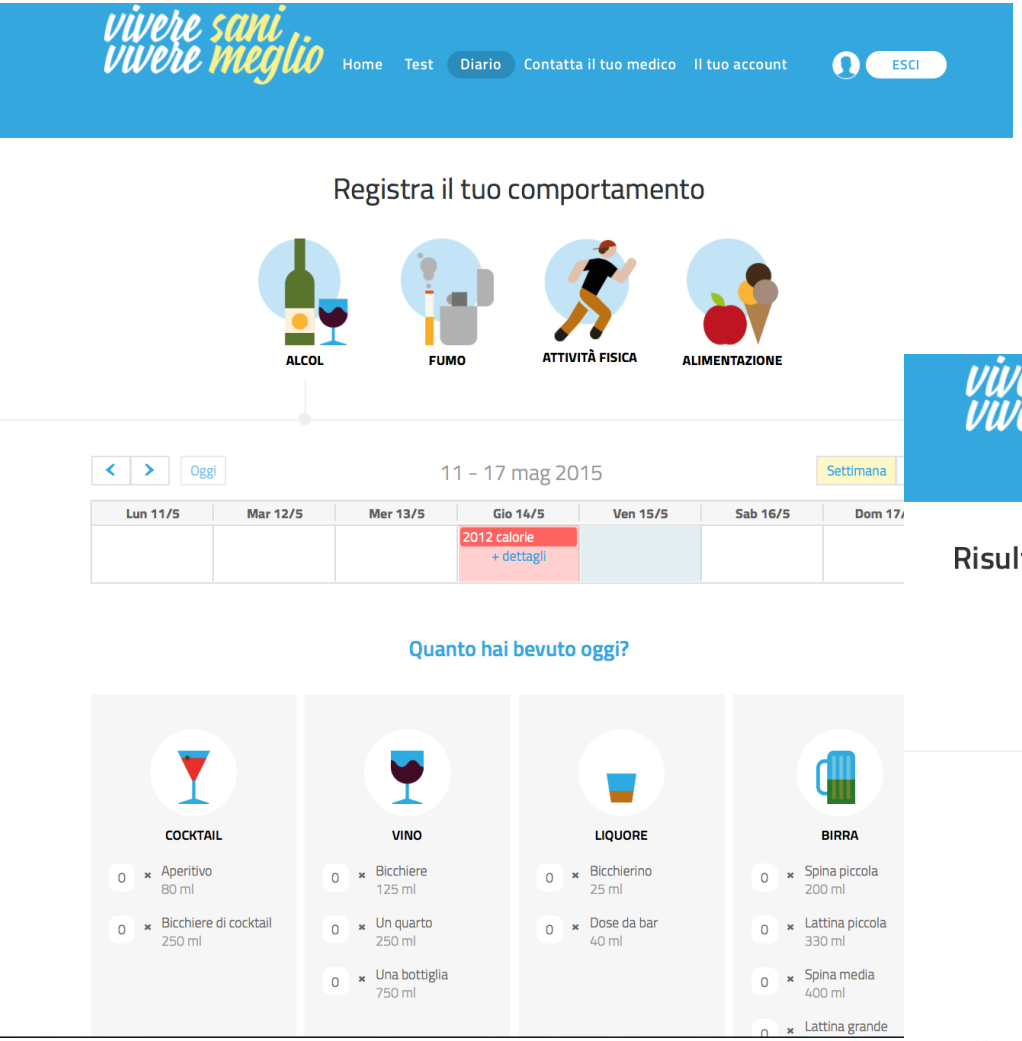


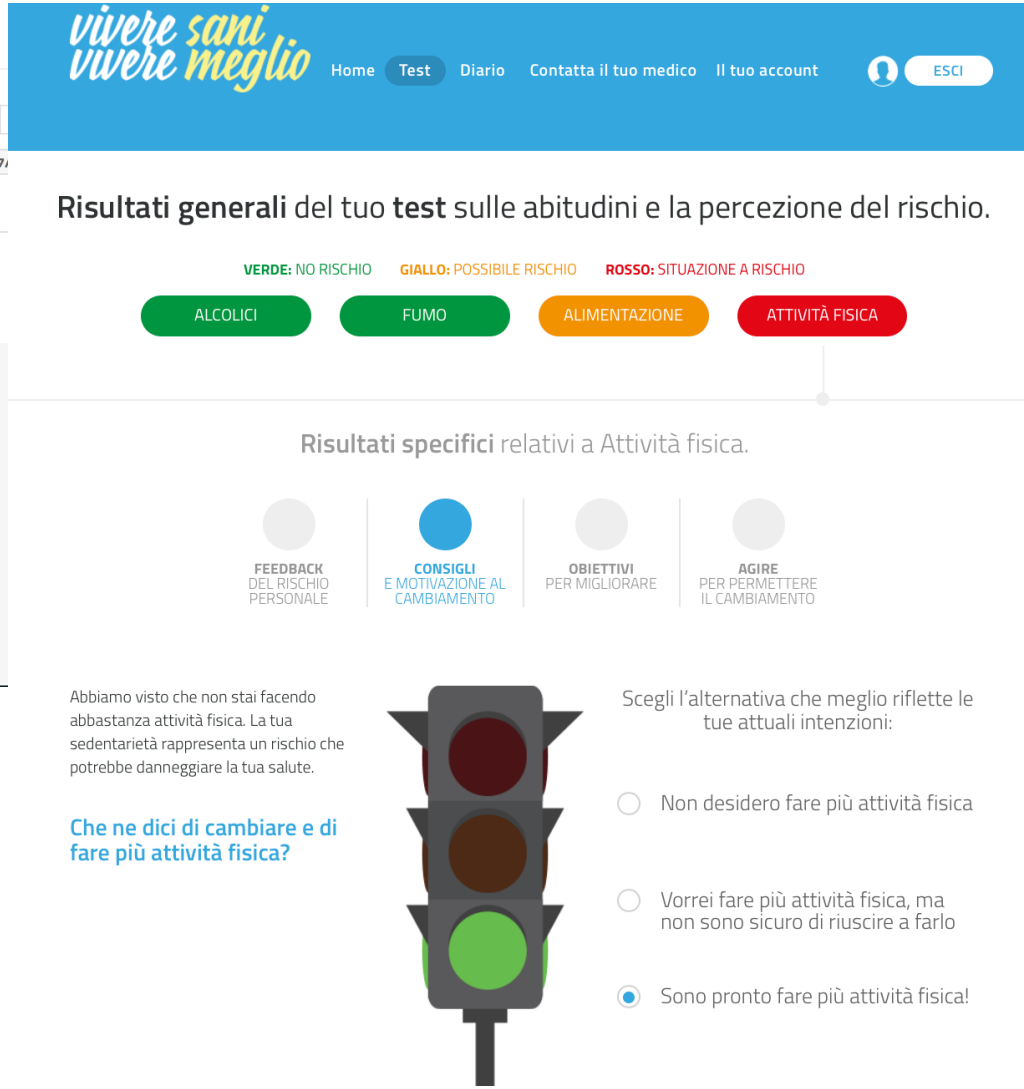
ISTITVTO SVPERIORE DI SANITÀ

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI TRIESTE

UCL

ESEMPI


vivere sani vivere meglio
Home
Test
Diario
Contatta il tuo medico
Il tuo account
ESCI
Registra il tuo comportamento
ALCOL
FUMO
ATTIVITÀ FISICA
ALIMENTAZIONE
Oggi
11 - 17 mag 2015
Settimana
Lun 11/5
Mar 12/5
Mer 13/5
Gio 14/5
Ven 15/5
Sab 16/5
Dom 17/
2012 calorie
+ dettagli
Quanto hai bevuto oggi?
COCKTAIL
0 × Aperitivo 80 ml
0 × Bicchiere di cocktail 250 ml
VINO
0 × Bicchiere 125 ml
0 × Un quarto 250 ml
0 × Una bottiglia 750 ml
LIQUORE
0 × Bicchierino 25 ml
0 × Dose da bar 40 ml
BIRRA
0 × Spina piccola 200 ml
0 × Lattina piccola 330 ml
0 × Spina media 400 ml
0 × Lattina grande


vivere sani vivere meglio
Home
Test
Diario
Contatta il tuo medico
Il tuo account
ESCI
Risultati generali del tuo test sulle abitudini e la percezione del rischio.
VERDE: NO RISCHIO
GIALLO: POSSIBILE RISCHIO
ROSSO: SITUAZIONE A RISCHIO
ALCOLICI
FUMO
ALIMENTAZIONE
ATTIVITÀ FISICA
Risultati specifici relativi a Attività fisica.
FEEDBACK DEL RISCHIO PERSONALE
CONSIGLI E MOTIVAZIONE AL CAMBIAMENTO
OBIETTIVI PER MIGLIORARE
AGIRE PER PERMETTERE IL CAMBIAMENTO
Abbiamo visto che non stai facendo abbastanza attività fisica. La tua sedentarietà rappresenta un rischio che potrebbe danneggiare la tua salute.
Che ne dici di cambiare e di fare più attività fisica?
Scegli l'alternativa che meglio riflette le tue attuali intenzioni:
Non desidero fare più attività fisica
Vorrei fare più attività fisica, ma non sono sicuro di riuscire a farlo
Sono pronto fare più attività fisica!

Istantanea File Composizione Scatto Finestra Aiuto 92% Ven 16:29

SEI UN MEDICO?

VUOI UTILIZZARE QUESTO SISTEMA CON I TUOI PAZIENTI?

REGISTRATI

Istituto Superiore di Sanità

Ministero della Salute

Federsanità anci

UCL

Università degli Studi di Trieste

Dipartimento di Scienze della Vita

Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia

Premio eHealth4all Finalista

EXPO Milano 2015

Maggiori servizi al cittadino

Informazione sulla Salute
↓
Educazione alla Salute
↓
Empowerment del cittadino
↓
Evidence Based Medicine - Ricerca

MMG → Esperto in Intervista Motivazionale Breve

ISS – Regioni - Aziende per i servizi Sanitari - Comuni

FEDER SANITÀ anci

REGIONE AUTONOMA FRIULI VENEZIA GIULIA

SITO WEB PROVVISORIO

stilidivita.infofactory.it

dr Pierluigi Struzzo
Centro di Formazione Cure Primarie, Monfalcone (GO)
Università degli Studi di Trieste
pierluigi.struzzo@phd.units.it
pstruzzo@gmail.com