



Institutul Național pentru Sănătatea
Mamei și Copilului
"Alessandrescu-Rusescu" București



Norwegian Institute
of Public Health



Helsedirektoratet



World Health
Organization

Iceland
Liechtenstein
Norway grants

PDP1 - A4.8

**Stilul de viață sănătos și alte intervenții preventive prioritare pentru boli
netransmisibile în ASISTENȚA MEDICALĂ COMUNITARĂ**

FACTORI DE RISC COMPORTAMENTALI

ALCOOLUL

ACTIVITATEA FIZICĂ

Dr. Camelia Claici
Expert intern INSP

FACTORI DE RISC COMPORTAMENTALI: scor ghiduri selectate

ALCOOLUL

	Titlul ghidului / documentului	SCOR ATRIBUIT FIECĂRUI CRITERIU								Total
		Relevanță – aplicabilitate în medicina primară	Relevanță – să conțină informații despre intervenții efectuate de către asistentele medicale	Să fie aplicabile în contextul nevoilor de sănătate identificate	Să fie aplicabile în contextul atribuțiilor reglementate pt asistenții medicali comunitari	Actualitate – să fie elaborat în ultimii 10 ani	Organizația care a dezvoltat ghidul	Ghidul să se bazeze pe evidențe	Sa existe un systematic review al recomandărilor în ultimii 3 ani	
1	Alcohol Screening and Brief Intervention: A Clinical Solution to a Vital Public Health Issue	3	3	3	1	3	3	3	0	19
2	Factors influencing the implementation of screening and brief interventions for alcohol use in primary care practices: a systematic review using the COM-B system and Theoretical Domains Framework	3	2	3	0	3	3	3	2	19
3	International Alliance for Responsible Drinking (IARD). (2019). Drinking guidelines: General population.	3	3	2	0	3	3	3	2	19
4	Australian Guidelines to Reduce Health Risks from Drinking Alcohol	3	3	3	1	3	3	3	1	20
5	Alcohol and the CORONA VIRUS PANDEMIC: individual, societal and policy perspectives ALCOHOL AND THE SOCIETY 2021	3	3	2	0	3	3	3	3	20
6	Stilul de viață sănătos și alte intervenții preventive prioritare pentru boli netransmisibile, în asistența medicală primară. Intervenții adresate stilului de viață sănătos, vol. 2	3	3	3	3	3	3	3	0	21

ACTIVITATEA FIZICĂ

	Titlul ghidului / documentului	SCOR ATRIBUIT FIECĂRUI CRITERIU								Total
		Relevanță – aplicabilitate în medicina primară	Relevanță – să conțină informații despre intervenții efectuate de către asistentele medicale	Să fie aplicabile în contextul nevoilor de sănătate identificate	Să fie aplicabile în contextul atribuțiilor reglementate pt asistenții medicali comunitari	Actualitate – să fie elaborat în ultimii 10 ani	Organizația care a dezvoltat ghidul	Ghidul să se bazeze pe evidențe	Sa existe un systematic review al recomandărilor în ultimii 3 ani	
1	PROMOTING PHYSICAL ACTIVITY IN THE HEALTH SECTOR, OMS Europa	3	2	3	1	3	3	3	1	19
2	FRECVENȚA ȘI NIVELUL DE IMPLICARE ÎN ACTIVITĂȚI SPORTIVE ȘI ÎN ALTE ACTIVITĂȚI FIZICE, CNEPSS	3	2	3	0	3	3	3	2	19
3	A European Physical Activity on prescription model proiectul "Un model european de activitate fizică la prescripție" în România	3	3	2	0	3	3	3	2	19
4	WHO GUIDELINES ON PHYSICAL ACTIVITY AND SEDENTARY BEHAVIOUR	3	2	3	0	3	3	3	3	20
5	Ghid de prevenție: Stilul de viață sănătos și alte intervenții preventive prioritare pentru boli netransmisibile, în asistența medicală primară, vol. 1	3	3	3	3	3	3	3	0	21



SUMAR RECOMANDĂRI:

ALCOOLUL

Recomandări de practică		Nivel de evidență
1. Analiza	Recomandarea 1 Utilizarea <i>screening</i>ului de rutina pentru evaluarea nivelului de consum de alcool și inițierea intervențiilor scurte. Toate ghidurile recomandă utilizarea testului AUDIT ca test de screening	Ia, Ib
2. Planificare	Recomandarea 2 Elaborare plan de intervenție centrat pe om un număr de studii au raportat că AM care furnizează intervenții scurte de screening (ISS) au rezultate excelente	V
3. Implementare	Recomandarea 3 Trimitere spre servicii specializate.	Ia, V
4. Monitorizare	Recomandarea 4 Monitorizarea intervenției de reducere a consumului de alcool, până la finalizarea planului	V

ACTIVITATEA FIZICĂ

Recomandări de practică		Nivel de evidență
1. Analiza	Recomandare 1 Interventii scurte de screening pentru toate formele de activitate fizica Se recomandă utilizarea indexului activității fizice Chestionarul GPPAQ	Ia, Ib
2. Planificare	Recomandare 2 Elaborare plan de intervenție centrat pe om	V
3. Implementare	Recomandare 3 Trimitere spre servicii specializate	Ia, V
4. Monitorizare	Recomandare 4 Monitorizarea intervenției de creștere a nivelului de activitate fizică, până la finalizarea planului.	V

Adaptare după RNAO_Integrating_Tobacco_Interventions_into_Daily_Practice_2017_Third_Edition



INTERVENȚIE PROPUȘĂ:

❖ ALCOOLUL

Studiile au raportat că asistentele medicale care furnizează intervenții scurte de screening (ISS) au rezultate excelente. Intervențiile scurte sunt reprezentate de o discuție care are scopul de a crește nivelul de conștientizare asupra unui comportament riscant și a motiva persoana în cauză să opereze o schimbare pozitivă.

Exemplu: - se recomandă ca femeile gravide sau care intenționează să rămână gravide să fie sfătuite să se abțină de la consumul de alcool.

❖ ACTIVITATEA FIZICĂ

Cu excepția persoanelor clasificate “active”, celorlalți pacienți trebuie să li se ofere o intervenție scurtă de modificare a comportamentului pentru creșterea nivelului de activitate fizică.

Exemplu: - Gravidele și lehuzele sănătoase care nu sunt active sau nu obișnuiesc să facă activități fizice intense, ar trebui să facă, pe perioada sarcinii și lăuziei, cel puțin 150 minute (2,5 ore) de activitate fizică aerobică de intensitate moderată pe săptămână;



INSTRUMENTE DE LUCRU:

❖ ALCOOLUL

Toate ghidurile recomandă utilizarea Testului AUDIT ca test de screening.

AUDIT-C conține primele 3 întrebări din AUDIT și este cea mai recomandată variantă de pre-screening, având o sensibilitate și specificitate apropiate de AUDIT, dar este mai scurt și mai ușor de administrat.

Screening-ul complet poate fi precedat de utilizarea AUDIT-C (primele 3 întrebări din AUDIT) sau de

Testul de o singură întrebare: "Cât de des beți 6 sau mai multe băuturi alcoolice la o singură ocazie?".

❖ ACTIVITATEA FIZICĂ

România folosește nivelurile de activitate fizică recomandate de Organizația Mondială a Sănătății

Chestionarul privind activitatea fizică în Medicina Generală – "General Practice Physical Activity

Questionnaire **GPPAQ**"

Exemplu de chestionar scurt:

Faceti efort fizic in prezent?

Da O Nu O

Cat de des faceți activitate fizica?

zile / săptămână _____

Cât timp? _____ min /

In ce constă activitatea fizică? _____





Institutul Național pentru Sănătatea
Mamei și Copilului
"Alessandrescu-Rusescu" București



Norwegian Institute
of Public Health



Helsedirektoratet



World Health
Organization

Iceland
Liechtenstein
Norway grants 

camelia.claici@insp.gov.ro

