



Nutrition and Life Style Academy (NLA), un progetto di intervento sullo stile di vita: il caso di Rugby Colorno

Relatore

Chiar.ssimmo Prof. Simone Fanelli

Candidata

Federica Ferraroni

Co-relatore

Dott. Federico Cioni

Master in "Management dei Servizi Sanitari e Socio-Sanitari" (2021)

Introduzione

- ▶ Per life style intervention si intende un intervento integrato di correzione dello stile di vita finalizzato a implementare scelte virtuose in particolare dal punto di vista motorio e nutrizionale.
- ▶ Il livello di adesione a questi comportamenti virtuosi (al netto di circostanze esterne, sociali o ambientali che oggettivamente ne impediscano l'adozione) si incardina sul possesso da parte della persona di una serie di capacità e competenze che l'OMS ha definito nella Carta di Ottawa del 1986, come Life Skills.
 - a) compiere tutti gli sforzi necessari per gestire le richieste esterne o interne specie se recepite come particolarmente gravose (coping),
 - b) affrontare e superare un cimento, un evento traumatico o un periodo di difficoltà (resilienza)
 - c) acquisire consapevolezza di sé e del controllo sulle proprie scelte, decisioni e azioni (empowerment)
- ▶ In questo contesto assume particolare importanza, specie in bambini e giovani, l'attività sportiva strutturata, che è generalmente considerata fra le aree di educazione non formale
- ▶ Su queste basi è stato costruito un progetto di formazione e comunicazione in ambito nutrizionale e di educazione ad uno stile di vita corretto, rivolto agli atleti specialmente under 15 in forza in una società sportiva attiva da anni nel territorio della Provincia di Parma come il Rugby Colorno, che presenta alcune caratteristiche particolarmente utili per realizzare lo scopo prefissato.

RUGBY COLORNO

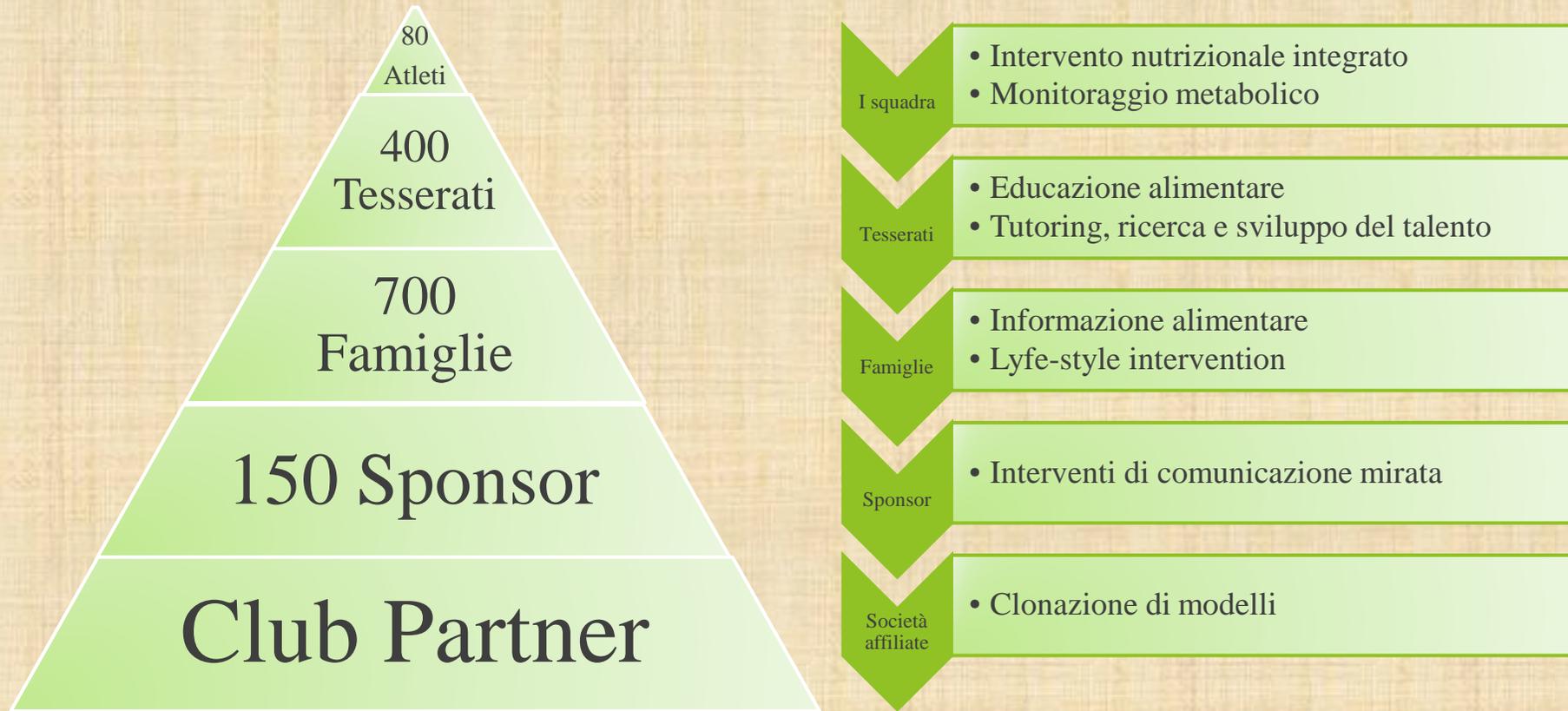
- ▶ Club italiano di rugby a 15 con sede a **Colorno**, fondato nel **1975** e militante oggi nel massimo campionato nazionale, il **Peroni Top 10**. La prima squadra femminile, vincitrice dello **scudetto** nel **2018**, milita stabilmente nel campionato di **Serie A**, massima divisione della categoria.
- ▶ L'organigramma societario comprende 3 società sportive (Rugby Colorno 1975 che gestisce le squadre maschili, Rugby Colorno FC che gestisce le squadre femminile, il Farnese Rugby club che gestisce il minirugby) e una società che gestisce l'assetto finanziario, il marketing, i campi, la club house e le attività sociali (Rugby Colorno società cooperativa SRL).
- ▶ Lo staff dirigenziale comprende i presidenti delle 4 società e 5 consiglieri, affiancati da 3 figure segretariali, un dipendente amministrativo, un responsabile per la comunicazione, uno per l'ufficio stampa e un responsabile marketing. Il team manager, infine, è la figura che fa da tramite tra dirigenza, personale amministrativo, segreteria da una parte e gli staff tecnici delle squadre con i relativi tesserati.
- ▶ L'organizzazione del Rugby Colorno comprende 5 ruoli dirigenziali medici (Medico Sociale, Medico di Campo, Medico Ortopedico, Medico Fisiatra e Medico nutrizionista). Allo staff dirigenziale medico si affiancano il personale sanitario/parasanitario (4 fisioterapisti e due preparatori atletici per squadra)
- ▶ Ad oggi il Rugby Colorno annovera oltre **400 Tesserati**, a partire dai piccoli del minirugby, passando per le Juniores, fino ad arrivare agli atleti delle prime squadre. A questi si aggiungono le categorie **Old** e i famosi **Bufali Rossi**, squadra di rugby integrato colornese.
- ▶ Sono circa **700** le **famiglie** del territorio e circa **150** gli **Sponsor** che ruotano attorno al Rugby Colorno
- ▶ A livello **nazionale** ed **internazionale** il Rugby Colorno si trova in contatto con numerosi club sportivi, coi quali periodicamente condivide **progetti** e **best practices**.

IL PROGETTO RUGBY COLORNO NLA

- ▶ Sulla base di quanto premesso si propone un **progetto pilota** promosso da Rugby Colorno, finalizzato alla realizzazione di una Accademia di studio, ricerca e formazione in ambito di nutrizione sportiva e di intervento sullo stile di vita (**NLA**)
- ▶ Il progetto NLA si propone di utilizzare per quanto possibile le **riscorse umane e tecniche** del Rugby Colorno (progetto **M|ETICA**), strutturandosi in un team operativo comprendente medici, nutrizionisti, psicologi, preparatori atletici ed esperti di comunicazione
- ▶ Il progetto NLA si pone i seguenti obiettivi:
 - **Consulenza nutrizionale e monitoraggio metabolico** (esami ematologici e valutazione clinica generale) dei tesserati (ragazzi e atleti delle prime squadre).
 - **Ricerca e sviluppo del talento** a partire dagli adolescenti.
 - Realizzazione di **progetti di formazione** (educational) sia in remoto che in presenza
 - Conduzione di **esperienze pilota** sui sottogruppi di atleti anche **in ottica sponsor**
 - Attivazione di **metodi controllati di somministrazione pasti** e spuntini presso la struttura (Club house e campi di allenamento)
- ▶ Sono previsti **output di progetto** (rendicontazione) in forma di report interni e, a seguire, di progetti di comunicazione rivolti all'esterno (serate a tema, meeting, pubblicazioni scientifiche ecc.).

Nel caso in cui i dati di output confermino la **BONTA' DEL PROGETTO** lo stesso modello potrebbe essere riproposto a livello nazionale.

IL PROGETTO RUGBY COLORNO NLA



OGNI STEP DI PROGETTO PUO' GENERARE CAMPAGNE DI COMUNICAZIONE/INFORMAZIONE A LIVELLO TERRITORIALE

STRUTTURA DELL'INTERVENTO

► DEFINIZIONE DEL PROGETTO

Definizione degli obiettivi di progetto

Monitoraggio delle conoscenze e delle esigenze formative in ambito nutrizionale

Definizione del gruppo di lavoro (formazione e informazione dei formatori)

Riunione di presentazione del progetto ai tesserati ed alle famiglie degli atleti minorenni + raccolta dei consensi

► CREAZIONE DI SOTTOGRUPPI DI LAVORO (MONITORAGGIO NUTRIZIONALE, FORMAZIONE E INFORMAZIONE, COORDINAMENTO DELLE ATTIVITA' SUL CAMPO)

Monitoraggio bio-antropometrico e metabolico degli atleti e dei ragazzi

Avvio degli interventi formativi sui tesserati

Contestuale organizzazione di riunioni formative di gruppo con le famiglie. Consegna di adeguate istruzioni alimentari di base ai ragazzi delle giovanili e di diete personalizzate agli atleti delle prime squadre

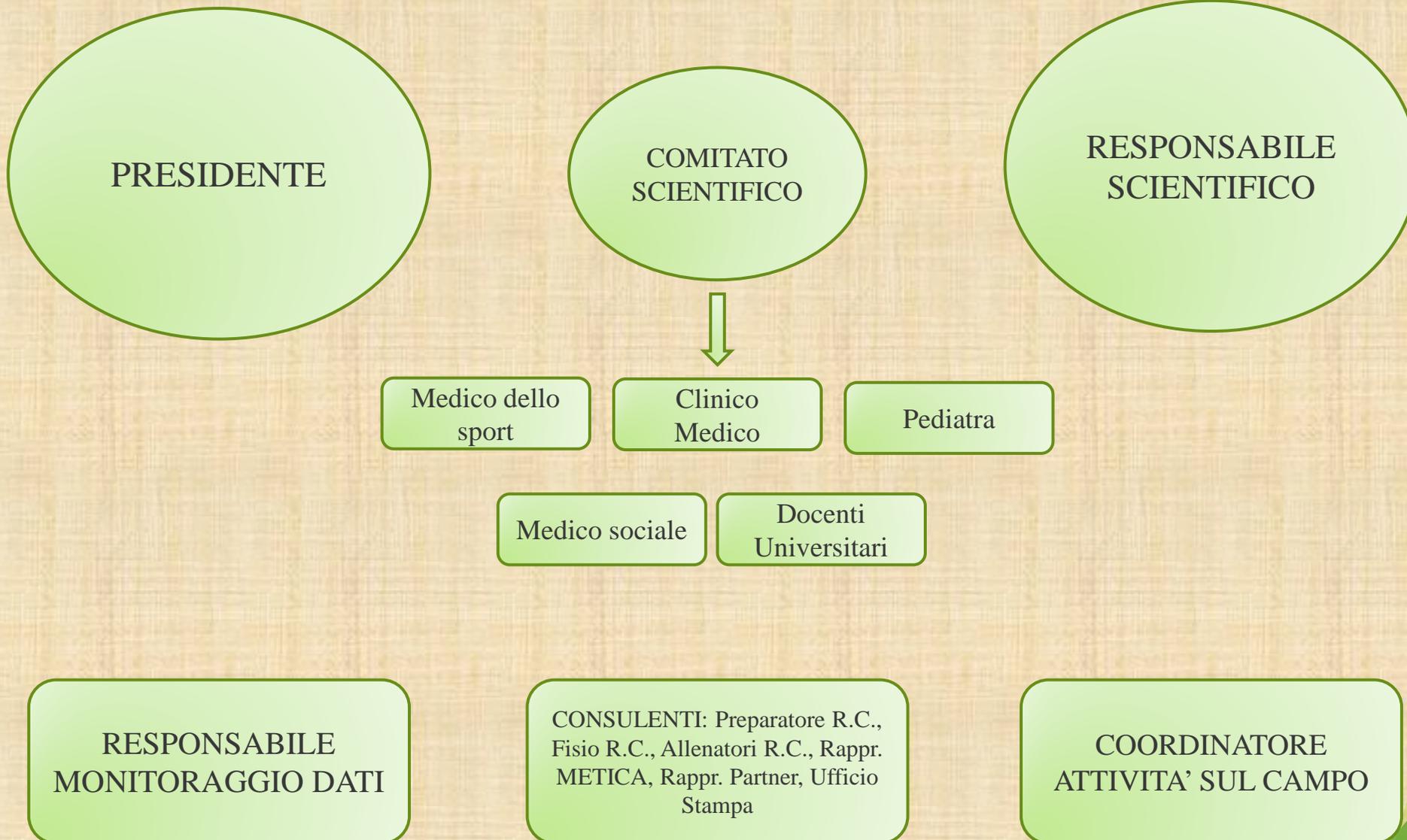
Eventuale valutazione psicologica dell'impatto e del gradimento dell'intervento

► STESURA DI REPORT DI PROGETTO, eventualmente pubblicabili in forma di articoli scientifici

► ELABORAZIONE DI PROTOCOLLI STRUTTURATI DI LIFE-STYLE INTERVENTION CLONABILI IN ALTRE REALTA'

Club Partner, Aziende

COMITATO OPERATIVO



ANALISI DEI COSTI

GRUPPO DI LAVORO MONITORAGGIO NUTRIZIONALE			COSTI
Coordinatore: Medico Specialista in Scienza dell'Alimentazione			7500 Euro Anno *
Sotto gruppo A	Biologo nutrizionista	Preparatore atletico	4000 euro anno a testa* (totale 8000 euro)
Sotto gruppo B	Biologo Nutrizionista	Preparatore atletico	4000 euro anno a testa (totale 8000 euro)
TOTALE COSTI			Euro 23500
COSTI GIA' A BUDGET			Euro 15500

STRUMENTAZIONI	COSTI
- Bioimpedenziometro vettoriale	Euro 4000 + IVA
- Plicometri (due)	Euro 750 + IVA cad
TOTALE COSTI	Euro 5500 + IVA

STRUMENTAZIONI	COSTI
- Piattaforma gestionale sanitaria	Euro 500/5000 + IVA
TOTALE COSTI	Euro 500/5000 + IVA

swot analysis



	Helpful to achieving the objective	Harmful to achieving the objective
Internal origin (attributes of the organization)	Procedure standardizzate di indicatori della performance esportabili in altre organizzazioni	Difficoltà nella comunicazione del progetto all'interno dell'organizzazione e all'esterno (ai stakeholders, alle altre organizzazioni di pari livello e di livello superiore)
External origin (attributes of the environment)	Progetto educativo ad un corretto stile di vita e prevenzione dell'obesità in una popolazione under 17	Resistenza al cambiamento di alcuni dirigenti Difficoltà nella comunicazione del progetto all'interno dell'organizzazione e all'esterno

CONCLUSIONI

- ▶ Questo progetto vuole applicare i principi del management all'interno di una organizzazione sportiva in cui si devono integrare ruoli amministrativi, sanitari, parasanitari e sportivi (staff tecnico, responsabili del training e atleti)
- ▶ L'obiettivo primario del progetto è quello educativo: educare ad un corretto stile di vita una popolazione under 15 all'interno di una realtà sportiva organizzata
- ▶ Siamo partiti da una organizzazione (il Rugby Colorno) esistente da diversi anni, profondamente radicato nel proprio territorio con i vari stakeholders già coinvolti e abbiamo cercato di inserire l'aspetto educativo, innovativo, esportabile in altre realtà rugbistiche e successivamente anche in altri sports
- ▶ Il risultato è stato l'elaborazione di un progetto che ha tenuto conto della realtà esistente, di come può essere applicato ideando delle procedure standardizzate (indicatori di performance) che potranno, una volta portato a termine il progetto stesso della durata complessiva di un anno, certificare il raggiungimento degli obiettivi che ci eravamo dati