

STRUMENTI DEL MESTIERE

La rubrica, dedicata alla comunicazione in ambito medico-scientifico, vuole offrire al lettore una serie di consigli e di strumenti utili a tale attività. In questo numero tratteremo la realizzazione del poster congressuale.

Il poster congressuale: come prepararlo, illustrarlo e renderlo efficace



Il poster scientifico è una presentazione statica che descrive ed illustra in sintesi un progetto di ricerca ed i suoi risultati. La differenza tra un poster ed una presentazione orale è che si lascia al poster il compito di “parlare”: il materiale presentato deve contenere l'essenza di ciò che si vuole comunicare. Infatti, sebbene sembri banale affermare che un poster non è un manoscritto, tra gli errori più comuni nel creare

un poster c'è quello di comunicare “troppo”, di dare troppe informazioni.

Un poster efficace è una buona combinazione di scienza ed arte, pertanto un layout accattivante può essere di enorme contributo nel comunicare dati scientifici.

Quali argomenti si prestano meglio ad essere riportati in un poster?

Un poster ben strutturato può presentare qualsiasi tipo di argomento, ma esprime meglio le sue potenzialità nell'espone:

- tecniche di ricerca o di laboratorio
- resoconti di casi clinici
- report di effetti indesiderati nella terapia
- metodologie e tecniche diagnostiche
- strategie e protocolli terapeutici
- studi che non richiedano un ampio background conoscitivo
- risultati che non presuppongano il riferire una mole di dati troppo estesa
- procedure o esperienze che possano essere schematizzate con diagrammi.

Qualunque sia l'argomento del poster, le parole devono essere in ogni caso ridotte al minimo, in quanto il cuore stesso del poster sta nella grafica.

Cosa chiedersi prima della realizzazione

Quale tipo di informazione si vuole comunicare?

- Indicare in sintesi i punti di partenza e i punti di arrivo.
- Scegliere l'idea trainante che si vuole sia compresa e assimilata.

Box

VANTAGGI E SVANTAGGI DEL POSTER CONGRESSUALE

■ I vantaggi del poster

PERMETTE...

- una lettura rapida
- di cogliere velocemente l'essenziale
- di favorire la discussione sugli argomenti considerati tra le persone che hanno svolto il lavoro ed altri colleghi potenzialmente interessati alla ricerca
- di sapere in poco tempo cosa c'è di nuovo: un poster offre più informazioni di un colloquio informale
- di valorizzare le immagini, quando di buona qualità.

■ I limiti del poster

UNA PRESENTAZIONE COSÌ SINTETICA PUÒ:

- non riportare fedelmente i risultati dello studio
- riferire i dati in modo incompleto a causa dello spazio limitato
- forzare il linguaggio, distorcendolo
- dare eccessiva enfasi a grafici mal eseguiti o ridondanti di dati
- risultare di scomoda lettura, se affisso in una posizione disagiata
- rivelarsi più costosa della realizzazione di diapositive.

Attenzione: riferire in maniera superficiale i contenuti ed effettuare delle scelte grafiche infelici o scorrette possono pregiudicare l'efficacia della comunicazione attraverso il poster.

Abstract

Molte segreterie scientifiche di eventi congressuali autorizzano la presentazione di un poster previa presentazione di un abstract. Per un'approvazione più rapida è bene attenersi alle regole che vengono fornite dagli organizzatori del convegno.

Di solito, il progetto di ricerca deve essere riassunto in 200-300 parole – con molta cautela nella presentazione dei risultati, soprattutto laddove analisi ed interpretazioni debbano ancora essere ultimate.

Alla base di un buon poster c'è un buon abstract. Se un abstract è destinato ad una presentazione su poster è bene che sin dalla sua redazione rispetti determinate regole e vi si individui all'interno un topic che si presti bene ad essere presentato graficamente nel poster.

Contenuti

Un abstract suddiviso in sezioni chiaramente delineate renderà la creazione del poster più semplice e più efficace, guadagnando in chiarezza e godibilità per il lettore.

I contenuti saranno diretti ed espressi in modo sintetico, secondo uno standard costituito di quattro passaggi:

- Introduzione
- Materiali e metodi
- Risultati
- Discussione

[*Introduction, Methods, Results and Discussion - IMRAD*].

Le prime due fasi descrivono lo scopo dello studio ed il metodo utilizzato per lo svolgimento. La successiva – concisa, esaustiva ed eventualmente supportata da grafici – descrive i risultati. L'ultima fornisce le conclusioni.

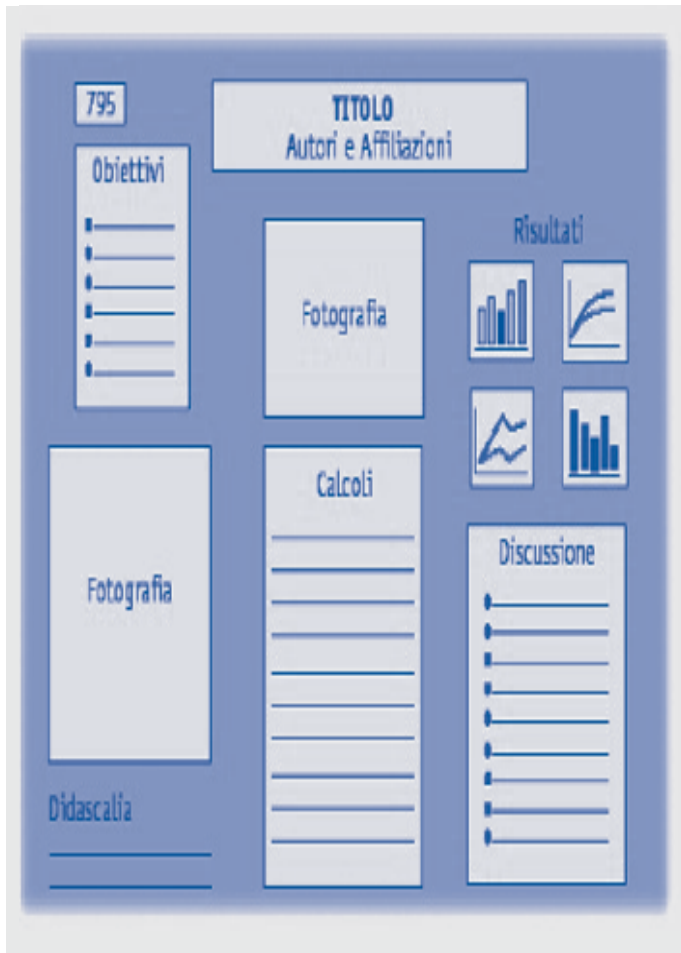
È stata proposta per la suddivisione in sezione dei contenuti di un abstract anche un'altra struttura*. Invece dell'IMRAD, il [B]OMRAC, ossia: *Background* (opzionale), *Objective, Methods, Results and Conclusions*.

Se si utilizza questa seconda struttura, è bene includere la sezione del *Background* solo se assolutamente necessario, nel qual caso è bene sfruttare questa sezione per contestualizzare i temi centrali del poster. Nel caso di poster scientifici, in particolare, è bene evitare di riportare ad esempio incidenza e prevalenza delle malattie. Ma ogni disciplina cui un poster appartiene ha, certamente, materiali e dati che non risultano essenziali ai fini della comprensione del lavoro: questi vanno esclusi dalla presentazione.

Introduzione

- È possibile sostituire l'introduzione con la descrizione degli obiettivi. Ricordate sempre che il pubblico sarà probabilmente costituito da esperti dell'argomento; quindi, i dettagli ridondanti risulterebbero una perdita di tempo.
- Se il poster è chiaro e ben strutturato, il messaggio arriva in modo diretto e veloce, senza

*Mitrany D. *Creating effective poster presentations: the editor's role.* *Science Editor* 2005; 28: 114-6.



bisogno di alcuna introduzione. Un titolo ben costruito può includere sia l'introduzione che l'abstract: mai indispensabile se non richiesto dagli organizzatori.

Materiali e metodi

In generale, i metodi devono essere succinti e descrivere, per brevi punti, come i dati sono stati prodotti, il protocollo di ricerca, i metodi di analisi dei dati.

- Questa sezione può essere sintetizzata in un grafico; molto utile può risultare una flow chart. Se una scelta di questo tipo non risultasse appropriata, meglio affidarsi ad una serie di frasi brevi piuttosto che ad ampi paragrafi.
- Se non riuscite a resistere alla tentazione del testo, siate brevi.
- Eccessivi approfondimenti non sono adatti ad un poster, ma possono essere destinati ad eventuali estratti da distribuire a mano.

Risultati

Gli autori vanno sempre incoraggiati ad eliminare il testo da questa sezione e a veicolare il contenuto dei risultati attraverso grafici e tabelle.

- I risultati sono la ragion d'essere del poster, quindi, devono attirare l'attenzione. Le frasi "proiettile" (brevi ed esaustive) sono facilmente comprensibili.
- I risultati si prestano bene ad una presentazione grafica a colori: diagrammi, illustrazioni di diverso tipo, ma non tabelle. Ricordare che se le tabelle contengono un numero sufficiente di dati da risultare utili non saranno mai visibili a distanza. Sono quindi comunque preferibili i grafici alle tabelle.
- Evitare di inserire troppi dettagli e dati negli estratti da distribuire, se è prevista una pubblicazione futura dello studio.
- Uno dei principali vantaggi delle sessioni poster è che non richiedono necessariamente una discussione post-presentazione: una conversazione a due è l'ideale per discuterne.

Conclusioni

La sezione delle conclusioni è una componente standard del poster, ed è bene evitare la semplice ripetizione dei risultati: presentare brevemente solo quelle conclusioni supportate dai dati contenuti nel poster.

Alcuni consigli a carattere generale

Se il titolo somiglia a quello che si utilizzerebbe per la pubblicazione di un articolo su una rivista, liberate la fantasia ed immaginate come sarebbe in caratteri giganteschi e molto marcati (come sono quelli di un poster): condensate e riducete all'essenziale!

Se il poster è tratto da un articolo scientifico già pubblicato o da un report riservato:

- cercare di semplificare i concetti e le frasi;
- sintetizzare i dati in grafici e diagrammi. Ricordate che affiggere in una bacheca un riassunto manoscritto, con i dati o le pagine di un articolo, non significa presentare un

poster. Se il poster è un lavoro originale va preparato rispettando alcuni passaggi obbligati;

- lasciare 10-15 cm all'estremità sinistra accanto al titolo: è lo spazio riservato al numero del poster che verrà assegnato dagli organizzatori della sessione;
- i nomi dei ricercatori, i titoli professionali e le affiliazioni vanno riportati nella parte alta del poster, sotto il titolo, in un carattere più piccolo;
- gli indirizzi possono essere forniti nell'estratto, oppure posti in calce al poster.

Impaginazione

Dipende dallo spazio (verticale ed orizzontale) a disposizione. È preferibile organizzare il poster in colonne verticali ed orizzontali in modo che i contenuti siano leggibili sia dall'alto verso il basso che da destra verso sinistra.

- La dimensione di un poster misura solitamente fino a 1,2 m di altezza, per una larghezza che varia tra 1,8 m e 2,4 m.
- Trattandosi della visualizzazione di un progetto di studio, lo spazio riservato agli elementi grafici dovrà essere sufficientemente ampio da risultare chiaro.
- È consigliabile utilizzare colori vivaci per attirare l'attenzione. Ricordare comunque di non utilizzare più di quattro colori all'interno del poster.
- Al testo sarà riservato uno spazio essenziale.
- Scegliete una grafica chiara, priva di fronzoli, che favorisca la comprensione anche da parte dei non esperti.
- Separate le parti del testo con spazi bianchi: un'impaginazione "a blocchetto" favorisce la lettura a distanza e la memorizzazione. Se il poster è di 1,3 m x 1,8 m si può dividere lo spazio in 3 colonne. Se di 1,2 m x 2,4 m è possibile inserire 4 colonne.

Carattere

- Utilizzare caratteri abbastanza grandi, tali da consentire di essere letti da lontano: il poster dovrà risultare leggibile anche da una distanza di 1-2 metri; quindi, tutti gli elementi dovranno essere di grandezza sufficiente. Considerare che il titolo dovrà essere letto anche da 5 metri di distanza.

TITOLO

Il titolo è preferibilmente maiuscolo, di almeno 72 punti e in grassetto.

Nomi degli Autori

I nomi degli autori e le affiliazioni sono miste (maiuscolo/minuscolo), di almeno 48-36 punti e in grassetto.

Sottotitoli

I sottotitoli (IMRAD) sono misti (maiuscolo/minuscolo), di almeno 28 punti e in grassetto.

Testo

Il testo è misto (maiuscolo/minuscolo), di almeno 24-26 punti e mai in grassetto.

I font *sans serif* sono i più indicati ed utilizzati nella realizzazione di un poster: i caratteri lineari sono i più facilmente distinguibili a distanza. La loro caratteristica principale è l'essere privi di fregi a chiudere le aste che risultano, in questo modo, lineari e piccole. Se il lavoro è impaginato da un grafico, avrà un'ampia scelta di font a disposizione. Se il testo è composto automaticamente è possibile scaricarli da Internet.

Tra i font delle famiglie *sans serif* vi sono:

- › Albertus
- › Arial
- › Lucida
- › Letter Gothic
- › Optima
- › Stone.

- Durante l'allestimento, lasciare dunque dello spazio vuoto tra le diverse sezioni del poster. Accertarsi che la grafica sia sufficientemente ariosa.
- Posizionare le varie sezioni in diversi modi per ottenere più layout di prova.
- Cimentarsi nelle prime indispensabili correzioni.

Già a questo punto sarà chiaro perché le frasi devono essere brevi incisi: i paragrafi lunghi sono poco accattivanti e non sarebbero mai letti per intero.

Un passo indietro: testo e grafici sono memo-

rizzati nel vostro PC? In alternativa, fare delle copie di tutto il materiale.

Quando sono disponibili diversi layout, correggeteli con eventuali collaboratori.

- Preparare una breve presentazione orale che descriva il poster ed i risultati dello studio.
- Visualizzare il testo su un background irregolare e colorato: attira l'attenzione e accresce l'interesse. L'uso di frecce colorate che indichino la sezione successiva, può facilitare il percorso di lettura. Il tutto, senza rendere troppo chiassosa la presentazione.

L'attenzione del lettore in genere scorre diagonalmente, procedendo da sinistra verso destra. Una buona strategia? Posizionare dei grafici interessanti al punto giusto, ad esempio di modo che, nel procedere verso destra, l'attenzione venga richiamata verso l'alto.

Come preparare le illustrazioni

Leggere le istruzioni inviate dagli organizzatori con molta cura e seguirle. Se mancano notizie sulle dimensioni, consultare la segreteria del congresso per informazioni sulle dimensioni previste per i supporti dei poster a disposizione: schermo, cavalletto, lavagna, supporto verticale, o séparé.

- Le lettere che indicano gli assi sui grafici possono essere a 24-26 punti. Gli altri segni (tratti, elementi nei campi dati) presenti nei grafici e nei diagrammi possono essere a 18 punti.
- Grafici e diagrammi devono essere grandi, ordinati e chiari, per evitare un effetto visivo di disordine. È molto importante che i dati vengano rappresentati correttamente attraverso le giuste scale e proporzioni.
- È preferibile creare più figure dove visualizzare in modo chiaro i risultati dello studio, piuttosto che includere tutti i dati in un'unica figura.
- Da evitare l'effetto 3D che può confondere.
- Nei diagrammi a colonne è preferibile usare diversi colori piuttosto che sovrapporre segni o linee monocromatiche.
- Se uno stesso dato compare in una serie di diagrammi a colonna, è bene differenziarlo in modo univoco con un colore.

- La presentazione di grafici, tabelle o diagrammi deve essere coerente: utilizzando sempre la stessa scala si avranno grandezze uniformi.
- Ciascun grafico deve essere contrassegnato da un numero, un titolo, una legenda ed una concisa descrizione che non duplichi il testo, ma aggiunga informazioni.
- Preparare una bozza grossolana di ogni grafico permette di valutarne in modo critico i vari elementi: spessore dei segni, lunghezza degli assi, numerazione, ecc.
- Evitare di utilizzare foto e disegni troppo piccoli che non siano distinguibili a distanza.

Alcune accortezze

- Portare con sé volantini o opuscoli da distribuire: fotocopie dell'abstract e sintesi del poster. Possono essere raccolte in buste di plastica (del tipo usato per i raccoglitori ad anelli) da appendere sotto il poster.
- Quando il poster anticipa e descrive i risultati di un articolo pubblicato, ricordarsi che alcune riviste considerano il materiale distribuito ricavato dal poster (estratti e opuscoli) come una "duplicate publication". Nell'estratto del poster, quindi, è opportuno limitarsi ad informazioni generali.
- Dichiarare tutti i finanziamenti ricevuti per lo studio ed eventuali conflitti di interesse. **bif**

Consigli di lettura

- De Castro P, Guida S, Sagone BM, eds. Diciamolo chiaramente. Testi, immagini, poster e powerpoint per una comunicazione medico-scientifica efficace. Roma: Il Pensiero Scientifico Editore, 2004.
- Davis M. Poster presentations. In: Scientific papers and presentations. San Diego: Academic Press, 1997: 107-21.
- Day RA. How to prepare a poster. In: How to write and publish a scientific paper. 5 ed. Phoenix: Oryx Press, 1998: 189-92.
- Mitrany D. Creating effective poster presentations: the editor's role. Science Editor 2005; 28: 114-6.
- Peterson SM, Eastwood S. Posters and poster sessions. Reston, Va: Council of Biology Editors, 1999.
- Tufte ER. The visual display of quantitative information. Cheshire, Conn: Graphics Press, 1983: 107-21.