

## **ARTICOLO DI PUNTOSICURO**

**Anno 7 - numero 1329 di mercoledì 28 settembre 2005**

# **ALIMENTARSI BENE PER LAVORARE MEGLIO**

*Secondo l'Ilo, una cattiva alimentazione sul luogo di lavoro nuoce alla salute e alla produttività dei lavoratori.*

Pubblicità

Secondo un nuovo Rapporto dell'Ufficio Internazionale del Lavoro, un regime alimentare troppo povero o un'alimentazione troppo ricca sul luogo di lavoro può provocare una perdita di produttività del 20 per cento. La malnutrizione colpisce circa un miliardo di persone nei paesi in via di sviluppo (PVS), mentre l'eccesso di peso e l'obesità coinvolge un numero analogo di persone per lo più nei paesi industrializzati.

Nel mondo del lavoro, programmi di alimentazione carenti e un'alimentazione povera sono la causa di numerosi problemi: morali, di sicurezza, produttivi e di salute a lungo termine per i lavoratori e per le nazioni.

Una migliore alimentazione sul lavoro accresce il tasso di produttività nazionale, prevenendo carenze, malattie croniche e obesità. Questo richiede modesti investimenti ammortizzati dalla riduzione dei giorni di malattia e di infortuni sul lavoro.

Il Rapporto afferma inoltre:

- Il mondo sta affrontando un «vuoto alimentare» di proporzioni gigantesche. Una persona su 6 soffre di malnutrizione e un numero uguale è colpito dall'obesità o è in sovrappeso.
- Una alimentazione inadeguata può ridurre la produttività del 20 per cento.
- Nel 2001, le malattie non trasmissibili legate al regime alimentare rappresentavano il 46 per cento di tutte le malattie nel mondo e il 60 per cento dei decessi, le malattie cardiovascolari da sole hanno causato il 30 per cento dei decessi.
- Nel 2020 il dato globale potrebbe salire al 57 per cento.
- Nel sud-est asiatico, la carenza di ferro è la causa di una perdita di produttività pari a 5 miliardi di dollari.
- In India, il costo generato dalla perdita di produttività, dalle malattie e dai decessi legati alla malnutrizione oscilla tra i 10 e i 28 miliardi di dollari o dal 3 al 9 per cento del Prodotto Interno Lordo (PIL)
- Nei paesi ricchi, l'obesità rappresenta dal 2 al 7 per cento delle spese sanitarie : negli Stati Uniti, il costo dell'obesità in termini di assicurazione, assenza per malattia e altre spese, è stimato intorno ai 12,7 miliardi di dollari.
- Negli Stati Uniti, dove più dei due terzi della popolazione è in sovrappeso, i costi sanitari diretti aumentano a circa 51,6 miliardi di dollari e la perdita di produttività a 3,9 miliardi ? che corrispondono a 39,2 milioni di giorni lavorativi perduti, 239 milioni di giornate ridotte, 89,5 milioni di giorni in ospedale e 62,6 milioni di visite mediche.
- Nei PVS, un aumento del 1 per cento di calorie genera una crescita della produttività sul lavoro del 2,27 per cento.

Troppo spesso l'alimentazione sul lavoro è percepita come una questione secondaria o un ostacolo da parte di alcuni datori di lavoro. Le mense, quando esistono, spesso offrono cibo mediocre e ripetitivo. I distributori automatici offrono generalmente alternative poco salubri. I ristoranti di quartiere possono rivelarsi cari o scarsi e gli alimenti acquistati da venditori ambulanti

sono più esposti a contaminazioni batteriche. I lavoratori stessi a volte non hanno né il tempo né il luogo dove mangiare oppure non hanno denaro per acquistarlo.

I PVS devono rompere il circolo vizioso alimentazione povera/bassa produttività/bassi salari. Alcuni lavoratori hanno difficoltà a sfamare i loro figli in queste regioni e quando i bambini sono malnutriti si mette a repentaglio la forza lavoro del futuro. È importante considerare l'impatto della carenza di ferro e la difficoltà di rimediare a questo problema. La carenza di ferro, che coinvolge circa la metà della popolazione mondiale, è associata a lentezza e diminuzione delle capacità cognitive che, di conseguenza, provocano incidenti e una ridotta produttività.

La soluzione migliore sarebbe quella di distribuire il cibo sul posto di lavoro per assicurare un pasto sano almeno una volta al giorno.

La fame e l'accesso sostenibile all'acqua potabile e a strutture sanitarie di base sono tra le principali sfide poste dagli Obiettivi di sviluppo del millennio volti a dimezzare la povertà nel mondo entro il 2015. Il luogo di lavoro costituisce il punto di partenza ideale per il raggiungimento degli obiettivi. L'accesso ad una alimentazione sana è tanto importante quanto la protezione da agenti chimici o da rumore eccessivo sul luogo di lavoro.

La questione dell'alimentazione sul lavoro è strettamente legata ai principi dell'Agenda sul lavoro dignitoso dell'ILO. Essa costituisce un fondamento essenziale per poter contare su una forza lavoro produttiva, un elemento chiave della protezione sociale dei lavoratori e un tema importante del dialogo sociale tra datori di lavoro e lavoratori, posto che l'accesso all'acqua potabile e non soffrire la fame sono dei diritti fondamentali dell'uomo. Nel 1956, la Conferenza Internazionale del Lavoro ha adottato una Raccomandazione sui servizi sociali (n. 102) che stabilisce delle norme per la realizzazione di mense, caffetterie, refettori e altre strutture. L'idea era quella di rendere il lavoro un luogo ideale per effettuare interventi di tipo sanitario, costituendo questo per molti lavoratori adulti il luogo in cui passano almeno un terzo della giornata o la metà del tempo in cui sono svegli.

I contenuti presenti sul sito PuntoSicuro non possono essere utilizzati al fine di addestrare sistemi di intelligenza artificiale.

---

**[www.puntosicuro.it](http://www.puntosicuro.it)**