PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 28 - numero 6108 di Giovedì 25 giugno 2026

L'importanza e utilità della promozione della salute nel contesto lavorativo

Un eBook si sofferma sulla promozione della salute in azienda. Focus sulle principali evidenze di efficacia dei programmi Workplace Health Promotion, sul modello teorico del cambiamento e sull'esperienza lombarda.

Milano, 25 Giu ? La **promozione della salute nei luoghi di lavoro**, come segnalato anche dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), si può intendere come una delle strategie efficaci nell'ambito, più generale, delle politiche di promozione della salute della popolazione. Ed è anche risultato evidente "che i datori di lavoro che investono in programmi di promozione della salute nelle loro aziende possono ottenere **benefici** sia in termini di aumento della salute sia di diminuzione delle assenze dal lavoro".

Insomma, l'ambiente di lavoro può rappresentare un "**setting privilegiato** per l'attuazione di interventi volti a favorire la salute nella popolazione adulta poiché consente di raggiungere, contemporaneamente, una grossa fetta di popolazione adulta 'sana' che raramente si rivolge al medico di medicina generale o ad altri servizi sanitari". Senza dimenticare che il contesto lavorativo rappresenta anche una "**sorta di comunità**: oltre a trascorrervi una parte rilevante della propria vita, i lavoratori vivono quotidianamente a stretto contatto tra loro, condividendo una cultura fatta di abitudini e regole 'non scritte' che ne condizionano i comportamenti".

A presentare, in questi termini, l'importanza della promozione della salute nei luoghi di lavoro è un contributo presente nell'Ebook " La promozione della salute in azienda" prodotto dalla Consulta Interassociativa Italiana per la Prevenzione (CIIP), attraverso le attività di uno specifico Gruppo.

Il contributo, dal titolo "**La Promozione della Salute nel contesto lavorativo**" è a cura di Corrado Celata (Direttore UO a valenza regionale "Promozione della Salute" ATS Milano - U.O. Prevenzione DG Welfare Regione Lombardia), Nadia Vimercati (Referente regionale Programma WHP Lombardia - SC supporto e sviluppo piani e programmi regionali di promozione della salute e documentazione sulla salute - ATS Milano) e Chiara Arienti (staff tecnico regionale - SC supporto e sviluppo piani e programmi regionali di promozione della salute e documentazione sulla salute - ATS Milano).

Nel presentare il contributo l'articolo si sofferma sui seguenti argomenti:

- Promuovere la Salute nel contesto lavorativo: le evidenze
- Promuovere la Salute nel contesto lavorativo: il modello teorico
- Promuovere la Salute nel contesto lavorativo: l'esperienza lombarda

Pubblicità

Promuovere la Salute nel contesto lavorativo: le evidenze

Il contributo fa una breve sintesi delle **principali evidenze di efficacia** dei **programmi Workplace Health Promotion** (WHP).

Si ricorda che i programmi per la promozione della salute nei contesti lavorativi sono iniziati già a partire dagli anni '70 e hanno avuto una importante evoluzione: la prospettiva di intervento "si è ampliata verso modelli interdisciplinari fino a raggiungere un approccio globale alla promozione della salute".

In generale i dati disponibili indicano che "l'**efficacia dei programmi WHP** dipende dalla tipologia d'intervento e dalle caratteristiche della popolazione. Più solidi in letteratura, sono gli interventi realizzati sul luogo di lavoro per il contrasto al fumo di tabacco e, in particolare, i programmi di gruppo, il counseling individuale e le terapie farmacologiche".

Inoltre, per quanto riguarda la prevenzione dei rischi correlati all'uso e abuso di sostanze stupefacenti e psicotrope, "la letteratura evidenzia l'importanza dello sviluppo, nei diversi contesti, di pratiche organizzative finalizzate al rafforzamento di atteggiamenti protettivi e preventivi, con particolare riferimento alla riduzione della cosiddetta 'tolleranza disfunzionale'". E i lavoratori che "partecipano a programmi *drug-free* di provata efficacia riportano un più alto grado di produttività riducendo infortuni, turnover e assenteismo".

Si indica che, nonostante la letteratura evidenzi ancora la "necessità di indagare ulteriormente il tema dell'efficacia dei programmi WHP", ci sono comunque prove che "definiscono questi interventi promettenti, prevalentemente rispetto ad alcune aree come l'aumento dell'attività fisica". Una recente analisi ? l'ebook riporta tutte le fonti e le indicazioni bibliografiche necessarie per un eventuale approfondimento - ha trovato "evidenze di efficacia rispetto alla gestione del peso, alla salute mentale e ai disturbi muscoloscheletrici, tutti elementi correlati alle malattie croniche come, per esempio, le malattie cardiovascolari".

Il documento riporta altre evidenze anche con riferimento alle raccomandazioni della rete europea ENWHP e al documento " Promuovere un ambiente di lavoro salutare per lavoratori con patologie croniche: una guida alle buone pratiche".

Promuovere la Salute nel contesto lavorativo: il modello teorico

Gli autori si soffermano poi sul modello teorico del cambiamento alla base dei **programmi WHP** (Workplace Health Promotion).

Si indica che l'**approccio ecologico** (Bronfenbrenner 1979, 2005) "vede la salute e il benessere come il prodotto

dell'**interdipendenza fra l'individuo e il contesto in cui vive**. Creare le condizioni per favorire l'adozione di stili di vita più sani significa fornire informazioni, offrire occasioni per acquisire abilità, permettere alle persone di scegliere tra beni e servizi in grado di favorire salute. Tale approccio parte dal presupposto che ci sia una forte interazione tra comportamento e ambiente".

Dunque, il contesto modifica il comportamento e, ad esempio, "arricchire l'offerta alimentare nelle mense aziendali di frutta e verdura o sostituire i tipici prodotti confezionati all'interno dei distributori automatici con generi più salutari, induce i lavoratori a modificare le proprie abitudini alimentari". E viceversa, "anche il comportamento delle persone influenza le organizzazioni e l'ambiente in cui sono inserite. Un gruppo di individui persuasi dell'importanza di utilizzare mezzi alternativi all'automobile per raggiungere il posto di lavoro, possono portare l'azienda ad attrezzare gli interni per parcheggiare le biciclette e a mettere in sicurezza la viabilità circostante, favorendo così la pratica dell'esercizio fisico propria, dei colleghi e della comunità limitrofa".

Un altro **principio guida** nello sviluppo dei programmi di promozione della salute all'interno delle aziende ? continua il contributo - è che l'individuo, "oltre ad essere inserito in un contesto ambientale, appartiene ad una '**trama complessa di relazioni sociali**'. È quindi sempre riconosciuta la forza della dimensione interpersonale e del gruppo quando si intende modificare i comportamenti di salute di un individuo in generale e di un lavoratore in particolare".

Insomma, la modifica del comportamento è una sfida complessa e, per questo motivo, il programma WHP "assume una posizione multicentrica e cerca di coniugare approcci differenti. L'approccio principale è quello ecologico che viene perseguito per diverse tematiche di salute, dall'alimentazione all'attività fisica, dal tabacco all'alcool. Tale modello è ulteriormente rafforzato da azioni specifiche volte a integrare la modifica del contesto con la modifica delle abilità individuali o la modifica della cultura della squadra di lavoro e dell'azienda intera".

Promuovere la Salute nel contesto lavorativo: l'esperienza lombarda

Il contributo si sofferma poi ampiamente sull'**esperienza lombarda** in relazione al programma "**Luoghi di lavoro che promuovono salute - Rete WHP Lombardia**" che è stato avviato da Regione Lombardia nell'ambito del Piano Regionale Prevenzione 2010-2014 e sistematizzato nell'ambito degli obiettivi del Piano Regionale Prevenzione 2014-2019.

Si indica che il Programma presidia specificatamente "la prevenzione dei fattori di rischio comportamentali delle malattie croniche non trasmissibili - MCNT (scorretta alimentazione, sedentarietà, tabagismo, consumo dannoso di alcool) e la promozione dell' invecchiamento attivo e in buona salute tramite l'attuazione e l'implementazione di cambiamenti organizzativi e strutturali che possano incoraggiare e facilitare l'adozione competente e consapevole di stili di vita salutari". Si segnala anche che l'esperienza lombarda "ha dato evidenza di una chiara e documentata descrizione del modello operativo in termini di processo (accordi intersettoriali con stakeholder dei diversi comparti lavorativi coinvolti, metodologia orientata alla partecipazione e all'equità), di azioni proposte per il cambiamento (pratiche validate sul piano dell'efficacia e della sostenibilità), nonché di valutazione attraverso indicatori di impatto e processo misurabili e relativi strumenti di monitoraggio e reportistica".

Queste le **cinque chiavi strategiche** per lo sviluppo del Programma "**Luoghi di lavoro che Promuovono Salute ? Rete WHP Lombardia**":

- "Impegno e coinvolgimento della leadership
- Coinvolgimento dei lavoratori e dei loro rappresentanti
- Etica del lavoro e legalità
- Sostenibilità e integrazione

- Utilizzo di un processo sistematico e globale che assicuri efficacia e continuo miglioramento".

E un aspetto strategico "è dato anche dalla **multidisciplinarità** delle figure che collaborano allo sviluppo del Programma (Medici, assistenti sanitari, Psicologi, Dietisti, educatori professionali ecc.), nonché dalla collaborazione tra Servizi socio-sanitari e mondo produttivo".

Riguardo poi all'articolazione del Programma Rete WHP Lombardia si ricorda che la Regione Lombardia nel 2021 ha attivato "un **portale** a cui le aziende interessate a aderire al Programma accedono per gestire in autonomia le varie fasi della sua realizzazione". E l'adesione al Programma da parte di un'azienda "può avvenire in ogni momento dell'anno, attraverso l'accesso e l'iscrizione al portale regionale".

Rimandiamo, in conclusione, alla lettura integrale del contributo, che si sofferma anche sul ruolo delle Agenzie ATS, sulle buone pratiche/tematiche specifiche e sulle attività di monitoraggio e valutazione.

RTM

Scarica il documento da cui è tratto l'articolo:

Consulta Interassociativa Italiana per la Prevenzione, "La promozione della salute in azienda", documento a cura del Gruppo CIIP Promozione della salute in azienda, seconda edizione, maggio 2025.

Leggi gli altri articoli di PuntoSicuro sulla promozione della salute e sicurezza

Licenza Creative Commons