PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 19 - numero 4093 di mercoledì 04 ottobre 2017

La prevenzione dei rischi comportamentali

Buone pratiche per favorire la diffusione di stili di vita corretti fra i lavoratori per migliorare la salute in azienda e a casa. I rischi comportamentali: fumo, alcol, sedentarietà e alimentazione scorretta.

Pubblicità
<#? QUI-PUBBLICITA-MIM-[PO20051] ?#>

Il luogo di lavoro, consentendo di raggiungere una parte rilevante della popolazione, rappresenta una situazione privilegiata per poter migliorare gli stili di vita (WHO, 2013). I Servizi Prevenzione e Sicurezza negli Ambienti di Lavoro (SPRESAL) delle ASL della Regione Lazio, investendo sulla risorsa strategica che i luoghi di lavoro rappresentano, promuovono, nell'ambito del Piano Regionale di Prevenzione, il Progetto "In salute in azienda" (Regione Lazio, 2015).

Tale Progetto si fonda sui principi della Promozione della Salute negli ambienti di lavoro ed ha quale obiettivo prioritario la costruzione di una Rete Regionale di Promozione della Salute sul Lavoro (RETE WHP) di aziende e figure della prevenzione, per la realizzazione di interventi diffusi nei luoghi di lavoro, svolti in collaborazione con i Medici Competenti, al fine di stimolare la modifica di stili di vita non salutari e di comportamenti a rischio per la salute individuale.

[...]

L'Azienda che vuole aderire procederà alla pianificazione delle attività del Programma, scegliendo di sviluppare un certo numero di "buone pratiche" tra quelle descritte:

(A) Area WHP di carattere generale

(B) Area di contrasto al fumo di tabacco

(C) Area di contrasto al consumo di Alcol

(D) Area di promozione di una alimentazione sana

(E) Area di promozione dell'attività fisica

(A) Buone pratiche Area WHP di carattere generale

? Policy aziendale scritta sulla promozione della salute sul lavoro;

? Informazione al personale sulla politica aziendale di promozione della salute sul lavoro;

? Implementazione di piani di formazione ed educazione sanitaria oltre gli obblighi previsti dalla normativa vigente;

? Attuazione di accordi/protocolli con una struttura sanitaria per un programma di sensibilizzazione per la prevenzione dell'insorgenza di malattie cardiovascolari e/o di tumori nei lavoratori;

? Offerta di esami gratuiti ai lavoratori per la diagnosi precoce di malattie croniche;

? Rilevazione e archiviazione elettronica di dati anamnestici e antropometrici da parte del Medico Competente;

? Valutazione del rischio cardiovascolare individuale;

? Programma di sensibilizzazione su un fattore di rischio per la salute (a scelta tra fumo, alcol, alimentazione e sedentarietà);

? Affidamento del programma ad un coordinatore e/o a un gruppo di lavoro e/o ad un esperto esterno;

? Utilizzo di un budget specifico per la realizzazione di programmi di promozione della salute sul lavoro;

? Partecipazione attiva del medico competente aziendale alla realizzazione di un programma di promozione della salute;

? Inserimento nella cartella sanitaria dei lavoratori, da parte del Medico Competente, di informazioni anamnestiche, recuperate anche dal medico curante, in merito alle patologie in atto o pregresse, alle invalidità, alle terapie in corso, tenendo conto della normativa attinente la trasmissione di dati sensibili;

(B) Buone pratiche Area di contrasto al fumo di tabacco

? Policy interna di "azienda libera dal fumo" scritta, diffusa e attuata dopo adeguato percorso di condivisione e preparazione;

? Presenza di un regolamento scritto che prevede il divieto di fumare in tutti gli ambienti di lavoro chiusi;

? Offerta per i dipendenti di interventi informativi sulla prevenzione del tabagismo condotti tramite: riviste, internet, manifesti, incontri, eventi, informazioni sui centri antifumo;

? Offerta di percorsi di disassuefazione ai lavoratori che fumano attraverso: (consulenti, terapie farmacologiche, counselling individuale o di gruppo, incentivi);

? Offerta di corsi di formazione sulla tematica del fumo per i dipendenti;

? Test di valutazione, da parte del medico competente, della dipendenza da fumo e della motivazione a smettere di fumare;

? Counselling breve rivolto ai fumatori, svolto durante le visite periodiche in azienda, per la cessazione dell'abitudine al fumo;

? Utilizzo di servizi specialistici per la realizzazione del programma sul tabagismo.

(C) Buone pratiche Area di contrasto al consumo di Alcol

? Adozione di una Policy aziendale formale di prevenzione del consumo di alcol sul lavoro che deve vedere il coinvolgimento attivo dei diversi ruoli aziendali, e deve contenere almeno i seguenti elementi: normative, regolamenti, divieti, obiettivi aziendali; dichiarazione di cosa l'azienda intende per uso/abuso di alcol con ; procedure per la gestione di casi di alterazione franca o sospetta per assunzione di alcol; eventuali conseguenze per la violazione della policy; individuazione formale e formazione delle figure preposte alle procedure;

? Utilizzo, da parte del Medico Competente, del questionario AUDIT C, CAGE o altro questionario scientificamente validato per la rilevazione di problemi alcol correlati;

? Attuazione del divieto di somministrazione e vendita di alcol all'interno dell'azienda;

? Counselling breve, svolto durante le visite periodiche in azienda, per problemi alcol correlati; ? Offerta per i dipendenti di interventi informativi sulla prevenzione del consumo di alcol condotti tramite: riviste, internet, manifesti, incontri, eventi;

? Offerta di corsi di formazione specifici per i dipendenti relativi all'uso di alcol;

? Offerta di servizi specialistici per la realizzazione di programmi di prevenzione in tema di alcol;

(D) Buone pratiche Area di promozione di una alimentazione sana

? Adozione di una Policy aziendale sull'alimentazione sana dei lavoratori;

? Realizzazione di corsi di formazione specifici sull'alimentazione sana;

? Interventi di miglioramento dei prodotti forniti dai distributori automatici;

? Presenza di una varietà di frutta e verdura in tutti i pasti serviti in azienda;

? Presenza di pane a basso contenuto di sodio e di pane integrale;

? Distribuzione di menù per celiaci;

? Attività di informazione riguardo alla alimentazione sana, in termini di quantità e qualità mediante: riviste, internet, manifesti, incontri, eventi;

? Attività del medico competente con counselling breve rivolto ai lavoratori con obesità, svolta nel corso delle visite mediche periodiche in azienda;

? Interventi di supporto per il personale che decide di intraprendere misure correttive del proprio comportamento alimentare (dietiste, counselling individuale o di gruppo);

? Offerta di servizi specialistici per la realizzazione di programmi per la realizzazione di programmi riguardanti una sana alimentazione.

(E) Buone pratiche Area di promozione dell'attività fisica

? Adozione di una Policy aziendale di contrasto della sedentarietà e di p romozione dell'attività fisica dei lavoratori;

? Diffusione di materiale informativo (riviste, manifesti, cartelli, messaggi) relativo all'importanza dell'attività fisica;

? Possibilità di accesso facilitato alla pratica sportiva, tramite convenzioni o incentivi premiali, presso palestre o impianti sportivi situati all'interno o all'esterno dell'azienda;

? Possibilità dell'utilizzo di docce, collocate all'interno dell'azienda, per tutti i lavoratori che svolgono attività fisica durante le pause lavorative o prima di arrivare sul posto di lavoro (es. utilizzo della bicicletta per recarsi al lavoro);

? Distribuzione di Contapassi o utilizzo di Applicazione gratuita su Smartphone per il monitoraggio volontario dell'attività fisica del personale;

? Attività di counselling da parte del medico competente per incentivare l'attività fisica, da svolgere durante le visite periodiche e registrazione in cartella dei dati principali (circonferenza vita e BMI).

? Organizzazione di iniziative sportive interne (tornei, marce non competitive, biciclettate...);

? Organizzazione di gruppi di cammino aziendali.

RPS

Scarica il documento da cui è tratto l'articolo:

MANUALE WHP REGIONE LAZIO - Modalità di adesione al Progetto "In Salute in Azienda" della Regione Lazio per far parte della rete regionale WHP dei luoghi di lavoro che promuovono salute (PDF, 0.3 mb)

Questionario allegato al Manuale WHP Regione Lazio (pdf, 0.2 mb)

Fonte: Regione Lazio

Questo articolo è pubblicato sotto una Licenza Creative Commons.

www.puntosicuro.it