PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 9 - numero 1658 di martedì 27 febbraio 2007

Prevenzione dell'obesita' nei luoghi di lavoro

Un progetto per incoraggiare i datori di lavoro a promuovere una sana alimentazione e l'attività fisica. Anche l'azienda ci guadagna.

Pubblicità

Attenzione agli alimenti offerti nella mensa aziendale, attività di formazione sui corretti stili di vita, spazi e strutture per lo sport. Con queste ed altre iniziative molte aziende europee promuovono nei luoghi di lavoro una sana alimentazione e l'attività fisica, elementi essenziali per prevenire l'obesità, causa di numerose patologie. Investimenti in...salute dei dipendenti che, nel tempo, vengono ripagati.

---- L'articolo continua dopo la pubblicità ----

.

In Piemonte, nell'ambito di un Progetto Regionale "Sorveglianza e prevenzione dell'obesità", il Centro di Documentazione per la Promozione della Salute ha realizzato un Report che raccoglie prove di efficacia e buone pratiche per orientare la progettazione di interventi di prevenzione dell'obesità nei luoghi di lavoro.
In particolare sono stati selezionati contributi utili alla promozione di una sana alimentazione e di una corretta attività motoria da parte dei dipendenti. Tra le iniziative presentate vi sono anche quelle di aziende italiane.

Promuovere la salute nei luoghi di lavoro è un fattore di crescita sia per i lavoratori sia per le aziende.
"I programmi di promozione della salute nelle aziende ? sostengono gli autori del report - non si limitano a sostenere il benessere del dipendente ma ne rafforzano l'atteggiamento positivo attraverso un loro diretto coinvolgimento nel mantenere e migliorare la propria salute.
Dipendenti partecipi contribuiscono a creare un modello di buona salute che può essere replicato in contesti extra-aziendali e che otterrà, come feedback, un incremento dell'efficienza del lavoro stesso."

Tra le iniziative presentate nel Report vi sono le Raccomandazioni per la prevenzione dell'obesità nei luoghi di lavoro elaborate nel 2006 dal **NICE** (The National Institute for Health and Clinical Excellence) del Regno Unito, che di seguito riportiamo.

"Le politiche aziendali e i progetti di incentivazione possono aiutare a creare una cultura che sostiene l'alimentazione sana e l'esercizio fisico.
L'azione avrà un impatto non solo sulla salute dei lavoratori, ma anche in termini di risparmio delle aziende.
Ed è per questo che tutti i luoghi di lavoro, particolarmente le grandi aziende, devono indirizzarsi alla prevenzione e controllo dell'obesità.
Le raccomandazioni del NICE sono rivolte a:
-senior managers
-managers che si occupano di salute e sicurezza
-operatori nel settore della salute occupazionale
-organizzazioni dei lavoratori e camere di commercio

-sindacati e rappresentanti dei lavoratori
-lavoratori nell'ambito della salute professionale delle aziende

Azioni suggerite:

Politiche e pratiche lavorative : Assicurare politiche che incoraggino l'attività motoria e la sana alimentazione, per esempio le spese per il viaggio devono incoraggiare chi si reca al lavoro a piedi o in bicicletta .

Progetto dell'edificio: Predisporre docce e parcheggi sicuri per le biciclette per incoraggiare il trasporto attivo. Apportare delle migliorie alla tromba delle scale per incoraggiare l'uso delle scale

Attività motoria: sostenere le attività extra lavorative come camminare all'ora di pranzo e l'uso di impianti e attrezzature sportive locali.

Fornitura del cibo nel luogo di lavoro Promuovere attivamente l'assortimento nei ristoranti, nei distributori automatici di cibo e nei negozi per i lavoratori, in linea con i consigli della Food Standards Agency. Per esempio l'uso di cartelli, posters, fissando prezzi e posizionando i prodotti che incoraggino scelte salutari.

Educazione e promozione. Qualsiasi progetto incentivante deve essere sostenuto e fare parte di un ampio programma che incoraggi l'alimentazione sana, il controllo del peso e l'attività motoria.

Esempi di progetti includono: politiche sulle spese di trasporto, politiche sui prezzi di cibi e bevande, contributi per gli iscritti in palestra

Settore pubblico e grandi organizzazioni commerciali: fornire programmi educativi ad hoc e programmi di promozione per supportare ogni azione che migliora cibo e bevande sul luogo di lavoro (includendo ristoranti, e distributori automatici. Per essere efficace, i progetti hanno bisogno di:

-impegno da parte del senior management
-un motivato ufficio di catering
-una forte direzione che si occupi di salute occupazionale
-politiche di supporto alla determinazione dei prezzi e una forte promozione.

Controlli sanitari Se ai lavoratori vengono offerti controlli medici, questi controlli dovrebbero occuparsi del peso, dell'alimentazione e dell'attività motoria e fornire un sostegno costante."

Quello presentato dal Dors, disponibile on line, è un report intermedio e sarà ulteriormente aggiornato nei prossimi mesi.

Questo articolo è pubblicato sotto una Licenza Creative Commons.

---

www.puntosicuro.it