

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 19 - numero 3969 di martedì 14 marzo 2017

Alimentazione, salute e sicurezza sul lavoro

Un convegno all'insegna della festa internazionale della donna ha affrontato i temi dell'alimentazione e della salute e sicurezza sul lavoro. L'importanza del rischio alimentazione. Sintesi degli interventi a cura del Comitato Donne SOFiA.

Pubblicità

<#? QUI-PUBBLICITA-MIM-[CSA157] ?#>

L'8 marzo 2017 AiFOS e il suo Comitato Donne SOFiA hanno voluto festeggiare la donna con un punto di vista diverso sul tema della salute e sicurezza sul lavoro: il convegno "Mangia, Lavora Cura" ha voluto trattare infatti un tema orgogliosamente italiano creando un binomio ricco di spunti e suggestioni: **alimentazione e salute sul lavoro**, perché, come efficacemente riassunto da **Paola Favarano** (Presidente SOFiA e moderatrice del riuscito convegno): "*Dobbiamo alimentare la cultura della salute e sicurezza sul lavoro con punti di vista sempre più ampi: il focus sul cibo ci permette di solleticare i palati più esigenti*".

Il cibo, accompagnato da un'adeguata sicurezza alimentare, è un **elemento fondamentale dell'identità italiana**.

Non sempre è noto che l'Italia è al primo posto in Europa in quanto a sistemi di controlli sulla sicurezza alimentare e produzione biologica.

Inoltre, l'agricoltura italiana è tra le più sostenibili e con le produzioni più sicure d'Europa: emette il 35% di gas serra in meno della media Ue, con una quota di prodotti che presentano residui chimici inferiore di quasi 10 volte rispetto alla media europea.

La sana alimentazione è quindi un elemento fondamentale della nostra identità.

Con il primo intervento "**Siamo quello che mangiamo**", **Sabatino De Sanctis** (Medico Competente e Responsabile eventi Be Human) ha indotto riflessione, attraverso la lettura recitata di un brano tratto dal libro "il virus che ti salva la vita", su come un radicale cambiamento di alimentazione lo abbia portato a stare meglio e a diffondere la cultura del cibo sano anche in famiglia.

Carla Mammone (Consigliere Nazionale AiFOS, consulente e formatore qualificato) ha approfondito il tema del rischio alimentare, un rischio emergente che incide sull'efficace ed efficiente capacità funzionale e lavorativa della persona. Un rischio che nella realtà non è ancora adeguatamente percepito, seppur oggetto di valutazione, ai sensi dell'art. 28 del D. Lgs. 81/08 e smi. L'adesione ad un modello comportamentale nuovo e ad un regime alimentare sano, promosso anche dalle imprese, attraverso appositi investimenti, potrebbe produrre un miglioramento della qualità della vita, del lavoro e del clima organizzativo, riduzione di assenteismo, malattie, infortuni e dei relativi costi, incremento della produttività del lavoro e dell'immagine aziendale.

"**Che il cibo sia la vostra medicina!**" è il messaggio trasmesso dalla **Dott.ssa Rossana Guarini** che, come medico e counselor alimentare, promuove sul campo quotidianamente l'attenzione alla cura di sé attraverso il cibo. Diventa importante per il cambiamento anche il ruolo delle donne prime «educatrici alimentari» e portatrici sane della cultura della sana alimentazione.

La sociologa **Eleonora Buratti** e **Carlo Giolo** con estratti dal loro libro "**La dieta dei mestieri**" hanno evidenziato i principi di un' alimentazione sana funzionali alle mansioni lavorative, facendo notare come nel passato fabbri, soldati e gladiatori usassero l'alimentazione per migliorare le loro condizioni fisiche e prestazionali (estreme alcune volte...).

Debora Catarutti (esperta in dieta nutrigenomica e Founder di "BON - cibo buono che fa bene") con la sua passione ha contagiato la platea facendo assaporare con le immagini e il pensiero comodi vasetti di insalate colorate fatte da patate viola, cavoli cappucci e germi di grano facili da fare e gustare anche nella pausa pranzo in ufficio.

Edoardo Venturini (Responsabile Comunicazioni Esterne Sodexo) ha invece valorizzato l'impegno della sua azienda a preservare la cultura femminile presente nella nostra tradizione culinaria permettendo, in particolari linee di menù, di gustare piatti della tradizione come le zuppe a lenta cottura, che per le donne sempre alla ricerca del minuto libero sarebbero improponibili.

Matteo Fadenti (consigliere nazionale AiFOS, esperto di igiene alimentare e HACCP) ha promosso efficaci tecniche di conservazione del cibo in casa e sul luogo di lavoro, con interessanti misure minime igieniche nel mangiare alla postazione di lavoro, per godere appieno del momento di pausa in sicurezza, accanto a tastiere spesso ricettacoli di batteri!

Molto coinvolgente, infine, la performance dell'attrice, autrice e regista teatrale **Daiana Tripodi**, che ha emozionato con acute riflessioni sul dilemma che accomuna molte donne lavoratrici, che, sovraccaricate dalla molteplicità di ruoli e impegni e dalla difficile conciliazione vita-lavoro, spesso per stanchezza rinunciano a nutrirsi adeguatamente, fino a percepire, a danno subito, la necessità di un cambiamento dello stile di vita e delle abitudini alimentari, per riappropriarsi, con determinazione, del proprio tempo e della cura della propria salute, abolendo il junk food.

Adele De Prisco (membro del Comitato di Presidenza AiFOS e Responsabile Sportello Sicurezza Cisl Brescia) ha chiuso il convegno valorizzando l'impegno costante di AiFOS e SOFiA nella creazione di una rete di formatori professionisti, con abilità non solo tecnico-professionali, ma anche relazionali e sociali, capaci di guardare a nuovi temi nell'ottica del "c'è sempre qualcosa da imparare" e dunque di coinvolgersi personalmente nella promozione del binomio alimentazione e salute sul luogo di lavoro.

In chiusura, il presidente AiFOS **Rocco Vitale** ha salutato i presenti esternando la sua soddisfazione per un convegno, ricco di spunti ed idee, ricordando come già ben 45 anni prima, nelle sue prime attività di giornalista aveva affrontato il tema del cibo con un articolo che valorizzava il binomio-cibo e cultura.

Questo aspetto è stato ancora di più valorizzato da **Monica Viani** e **Alessandra Cioccarelli**, giornaliste e foodblogger che hanno posto l'accento sull'utilizzo e il necessario cambiamento del linguaggio al fine di cambiare (in meglio) la cultura, compresa quella della salute e sicurezza che passa per il cibo. Finalità nobile se si perseguono scopi sani con alto contenuto

valoriale.

Dunque, il tema chiave "Alimentazione, salute e sicurezza sul lavoro" diffuso in questo convegno, parte con forza in questo indimenticabile 8 marzo, verso una diffusione sempre più capillare.

Atti e video-foto gallery del convegno sono disponibili sui siti www.aifos.it - www.comitatodonneaifos.it



Questo articolo è pubblicato sotto una [Licenza Creative Commons](#).

www.puntosicuro.it