

## **ARTICOLO DI PUNTOSICURO**

**Anno 10 - numero 1907 di mercoledì 26 marzo 2008**

# **La formazione on line e' piu' efficace di quella tradizionale?**

*A questa domanda risponde una ricerca americana su un gruppo di 419 lavoratori. In certi ambiti la formazione on line può produrre più cambiamenti e crea più interesse e attenzione.*

Publicità

Il Centro Regionale di Documentazione per la Promozione della Salute (DORS) della Regione Piemonte si è di recente soffermato sugli esiti di una ricerca realizzata negli Stati Uniti e i cui materiali sono stati pubblicati sul sito del Journal of Medical Internet Research.

Si tratta di uno studio che, utilizzando un programma ideato e realizzato dal Center for Workforce Health Limited Liability Company, valuta l'efficacia di un programma multimediale on line di promozione della salute sul luogo di lavoro che aveva l'obiettivo specifico di migliorare le abitudini alimentari, ridurre lo stress e aumentare l'attività fisica dei lavoratori.

Infatti negli Stati Uniti, come in Italia, sono attivi diversi programmi di formazione per migliorare la salute e la sicurezza dei lavoratori, programmi che spesso prevedono "l'organizzazione di incontri informativi e di sensibilizzazione (ad esempio seminari) rivolti ai lavoratori e la diffusione di materiale cartaceo".

A questo tipo di formazione "tradizionale" si affiancano altre tipologie di formazione che utilizzano, in modo più o meno prevalente o esclusivo, la rete di Internet e i sussidi multimediali.

Quale può essere la differenza tra una formazione on line ed una più tradizionale? Qual è più efficace?

Per rispondere a questi quesiti Royer F. Cook, Douglas W. Billings, Rebekah K. Hersch, Anita S. Back e April Hendrickson hanno condotto questo studio randomizzato (con formazione di gruppi in modo casuale) con una valutazione pre- e post-intervento.

La ricerca è avvenuta su 419 impiegati di un'agenzia di Atlanta che sono stati assegnati casualmente al gruppo di intervento (209) piuttosto che al gruppo di controllo (210).

L'attività è durata tre mesi e in questo periodo il primo gruppo ha consultato solo materiale informativo on line, attraverso un programma specifico, mentre il secondo gruppo ha ricevuto solo materiale informativo cartaceo sulle medesime tematiche legate alla salute.

I partecipanti hanno compilato un questionario on line pre- e post-intervento, per verificare il miglioramento dei comportamenti e degli atteggiamenti in merito, ad esempio, alle abitudini alimentari, allo stress percepito e alla disponibilità ad aumentare i propri livelli di attività motoria.

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

### **I risultati.**

L'analisi dei dati ha evidenziato buoni risultati per entrambi i gruppi e dunque per entrambi i metodi formativi.

Tuttavia i soggetti che hanno utilizzato il programma multimediale "**hanno ottenuto risultati notevolmente migliori rispetto al gruppo che si è servito di materiale cartaceo**", per quanto riguarda il "comportamento nei confronti di una sana alimentazione" o la "disponibilità a migliorare le proprie scelte alimentari". In questo specifico ambito la formazione on line è stata più efficace di quella tradizionale nel produrre dei cambiamenti.

Non sono state invece riscontrate differenze significative rispetto ai cambiamenti relativi allo stress e all'attività fisica.

Differenze invece nette riguardo all'interesse dimostrato verso i materiali presentati: i lavoratori hanno dimostrato di preferire nettamente una informazione on line rispetto ad una basata su materiali cartacei.

La conclusione dello studio indica che "un programma multimediale basato sull'utilizzo del web può essere una promettente modalità di diffusione di materiale informativo concernente la promozione della salute nei luoghi di lavoro, in particolare, per quanto riguarda l'alimentazione".

È disponibile la traduzione in italiano, a cura di Dors, dell'abstract (PDF, 29 Kb) della ricerca.

Tiziano Menduto



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

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)