

Promozione della salute: come e perché realizzarla nelle aziende

Un documento della Regione Marche fornisce indicazioni operative per i luoghi di lavoro che promuovono salute e specifica come aderire al programma Workplace Health Promotion. Le aree di intervento.

Ancona, 4 Feb ? I dati sull'efficacia dei programmi *Workplace Health Promotion (WHP)*, di **promozione della salute** dei lavoratori nelle aziende, mostrano come questi interventi "possono migliorare lo stato di salute del lavoratore, aumentarne la qualità della vita, creargli condizioni di maggiore gratificazione e diminuire infortuni e malattie".

Inoltre questi interventi possono:

- avere "ricadute positive sull'organizzazione aziendale, facendo diminuire i costi relativi all' assenteismo";
- "migliorare l'immagine aziendale, far registrare un minore turnover ed una maggiore produttività".

Pubblicità

<#? QUI-PUBBLICITA-MIM-[PP20051] ?#>

Ad affermarlo è un documento dal titolo "**Indicazioni operative per i luoghi di lavoro che promuovono salute. Come aderire al programma Workplace Health Promotion della Regione Marche**", a cura di Elisabetta Benedetti, Claudia Monaldi e Roberta Stopponi.

Le Indicazioni operative sono il risultato di un "lavoro di integrazione e condivisione, di metodologie operative e contenuti tecnici, sviluppato nell'ambito di rapporti di collaborazione e reciproco scambio di competenze" tra la Regione Marche, la Regione Lombardia e il Centro di Didattica Multimediale ? Luoghi di Prevenzione ? LILT sede Reggio Emilia.



INDICAZIONI OPERATIVE
PER I LUOGHI DI LAVORO CHE PROMUOVONO SALUTE
COME ADERIRE AL PROGRAMMA WORKPLACE HEALTH PROMOTION
DELLA REGIONE MARCHE

La rete dei di luoghi di lavoro che promuovono salute

Nel documento si ricorda che la prevenzione delle patologie croniche non trasmissibili "è identificata come una delle priorità per la nostra nazione, sia per sostenere i cittadini nel loro percorso di vita, sia per garantire la sostenibilità del sistema socio sanitario, sempre più gravato dai costi diretti ed indiretti legati a tali patologie". E un "luogo privilegiato" per realizzare programmi di promozione della salute è "certamente quello di lavoro, pur con le mutate condizioni che tale dizione oggi rappresenta: la grande maggioranza dei cittadini ? indipendentemente dalle proprie condizioni sociali ed economiche- trascorre una rilevantissima parte della propria vita attiva lavorando".

Ed è stata promossa, nella Regione Marche, anche con riferimento a quanto riportato nella Deliberazione della giunta regionale n. 270 del 27 marzo 2017, una rete marchigiana di "**luoghi di lavoro che promuovono salute**" seguendo le indicazioni metodologiche già validate in Europa e sperimentate in Italia. In questo senso i piani nazionali e regionali della prevenzione sono risultati "un utile strumento di programmazione e di crescita di consapevolezza da parte di tutti i soggetti istituzionali e dei portatori di interessi coinvolti negli interventi di prevenzione". E le linee specifiche di intervento previste dall'attuale **PRP della Regione Marche** rappresentano la "traccia metodologia per l'implementazione ed il monitoraggio qualitativo, quantitativo e temporale del processo integrato che si avvia".

Il documento riporta anche alcune indicazioni e definizioni utili ad avvicinarsi al tema della promozione della salute e all'adesione ai programmi WHP.

Che cosa è la salute e come promuoverla

Il documento indica che la **salute** - come definita nel 1948 dall' Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ? "non è soltanto assenza di malattia o di infermità ma anche uno stato di completo benessere fisico, sociale e mentale. Da qui nasce un nuovo approccio alla salute, un nuovo paradigma di riferimento, che richiama la necessità di promuovere la salute e non più solo di curare le malattie. L'attuale concetto vede la salute in stretta interazione tra dimensione fisica e mentale, tra contesto abitativo, di vita e di lavoro, tra clima culturale, sociale e politico. Si tratta di un concetto positivo che valorizza le risorse sociali e personali, oltre alle capacità fisiche (Carta di Ottawa 1986)".

In definitiva la salute "non è una condizione astratta, ma un mezzo finalizzato ad un obiettivo che, in termini operativi, rappresenta una risorsa per permettere alle persone di condurre una vita produttiva sul piano individuale, sociale ed economico".

In questo senso la **promozione della salute** si può definire come il '*processo che consente alle persone di esercitare un maggiore controllo sulla propria salute e di migliorarla*' (OMS, 1986). La **Promozione della Salute** è quindi '*la combinazione di interventi che, attraverso supporti educativi e ambientali, facilitino le azioni e modifichino le condizioni di vita conducendo l'individuo, o la comunità, alla salute*' (Green, 1991). In particolare "singole persone e gruppi di persone diventano soggetti attivi nel perseguimento di uno stato di buona salute quando sono in grado di identificare e realizzare le proprie aspirazioni, di soddisfare i propri bisogni, di modificare l'ambiente o di adattarsi ad esso".

Perché e come promuovere la salute nei luoghi di lavoro

Il documento sottolinea che il **luogo di lavoro** è "entità sovra strutturale complessa di relazioni, percezioni, emozioni, ambiente fisico, decisionale, territoriale (Schein 1985). Spesso è un luogo che favorisce la presenza di elementi di rinuncia a comportamenti individuali (in termini di spontaneità e soggettività) percepiti come nocivi alla qualità dell'organizzazione. Intervenire con azioni di promozione della salute negli ambienti di lavoro significa migliorare il benessere organizzativo, ossia la capacità che ogni organizzazione ha di promuovere e mantenere il benessere fisico, psicologico e sociale dei lavoratori a tutti i livelli e per tutti i ruoli (Favretto, 2009)".

In questo senso un'azienda può impegnarsi a costruire, "con il lavoro congiunto dei datori di lavoro, dei lavoratori e della società tutta, attraverso un processo partecipato, un contesto che favorisce l'adozione di comportamenti e scelte positive per la salute". E come indicato ad inizio articolo un'azienda che promuova la salute "opera nel proprio interesse e in quello della collettività".

In definitiva il concetto di **Promozione della Salute** nei contesti occupazionali (Workplace Health Promotion o **WHP**) presuppone che "un'azienda non solo attui tutte le misure per prevenire infortuni e malattie professionali ma si impegni anche ad offrire ai propri lavoratori opportunità per migliorare la propria salute, riducendo i fattori di rischio generali e in particolare quelli maggiormente implicati nella genesi delle malattie croniche".

Ad esempio i luoghi di lavoro che promuovono la salute "incentivano e promuovono l'attività fisica, offrono opportunità per smettere di fumare, promuovono un'alimentazione sana, attuano misure per migliorare il benessere sul lavoro e oltre il lavoro".

Il documento presenta poi il Programma "**Luoghi di lavoro che Promuovono Salute ? Rete WHP Regione Marche**" che si fonda sui principi della **Promozione della Salute** negli ambienti di lavoro con l'obiettivo prioritario di incoraggiare cambiamenti organizzativi nei luoghi di lavoro al fine di renderli ambienti favorevoli all'adozione consapevole di stili di vita salutari per la prevenzione delle malattie croniche".

Vengono indicati tutti i passi che le aziende devono fare per aderire al programma, anche con riferimento all'avvio del processo partecipato, alla raccolta dati, alla pianificazione e rendicontazione.

Aree di intervento del programma

Il Programma **Workplace Health Promotion** della Regione Marche prevede lo sviluppo di attività (buone pratiche) in 4 aree tematiche.

L'obiettivo è quello di:

- aumentare il consumo di frutta e verdura;
- ridurre il consumo eccessivo di sale;
- ridurre il numero dei fumatori;
- estendere la tutela del fumo passivo;
- ridurre il consumo di alcol a rischio;
- aumentare l'attività fisica delle persone.

Riprendiamo dal documento alcuni approfondimenti relativi alle aree tematiche affrontate:

- **alimentazione:** "la considerazione della salute come un fattore dinamico in continua evoluzione, è strettamente legato al concetto di qualità della vita, educazione e prevenzione. Il comportamento alimentare può rappresentare sia un fattore di rischio che, se corretto, un fattore protettivo nell'insorgenza di numerose patologie compresa quella neoplastica";
- **fumo:** "il fumo di tabacco, sia primario sia secondario, è uno dei maggiori fattori di rischio per malattia, specialmente tumori, malattie cardio-cerebro-vascolari e broncopneumopatie croniche ostruttive. Per la prevenzione, cura e contrasto del tabagismo i provvedimenti più efficaci sono quelli che prevedono il rinforzo delle azioni di rete. Fra questi, hanno particolare importanza le policy che promuovono un contesto per i cittadini, quale quello lavorativo, favorevole alle scelte di comportamenti salutari";
- **alcol:** "il consumo di alcol è un'abitudine culturale, una tradizione/rito, uno stile di vita, ma può anche essere una dipendenza patologica, un fattore di rischio per la salute. Il setting lavorativo può rappresentare un contesto in cui si può contribuire alla modifica di atteggiamenti e comportamenti relativi al consumo di alcol";
- **attività fisica:** "considerando che la sedentarietà è significativamente più frequente nelle persone nella fascia di 50-69 anni, (35%), fra le donne (33%), fra le persone con molte difficoltà economiche (41%), fra quelle con un titolo di studio basso o assente (41%) e tra gli intervistati con cittadinanza straniera (33%), il luogo di lavoro rappresenta anche in questo caso un setting privilegiato per promuovere l' attività fisica, fattore protettivo per la salute, e per contrastare la sedentarietà, fattore di rischio per numerose patologie" (i dati sono tratti dal Sistema di Sorveglianza Nazionale PASSI nel periodo 2010-2013 in Italia).

Rimandiamo, in conclusione, alla lettura integrale del documento che per ogni area tematica propone specifiche buone pratiche per le aziende e che si sofferma anche sull'utilità degli screening oncologici.

L'**indice** delle "Indicazioni operative per i luoghi di lavoro che promuovono salute":

Che cosa è la Salute

Che cosa è la Promozione della Salute

Che cosa è la Promozione della Salute negli Ambienti di Lavoro WHP

Che cosa è il programma Aziende che Promuovono Salute

Il ruolo dei Dipartimenti di Prevenzione

Benefici

Aderire alla rete WHP

Iscrizione

Processo partecipato

Raccolta dati

Pianificazione/rendicontazione

Riconoscimento ufficiale

Aree di intervento

Alimentazione

Fumo

Alcol

Attività fisica

Screening oncologici

Per approfondire

Tiziano Menduto

Scarica il documento da cui è tratto l'articolo:

" Indicazioni operative per i luoghi di lavoro che promuovono salute. Come aderire al programma Workplace Health Promotion della Regione Marche", documento a cura di Elisabetta Benedetti, Claudia Monaldi e Roberta Stopponi, Prima Edizione, settembre 2017 (formato PDF, 2.25 MB).

. Questo articolo è pubblicato sotto una Licenza Creative Commons.