



*Consulta Interassociativa
Italiana per la Prevenzione*

GdL CIIP Promozione della salute

Seminario

**"Più uguali nella promozione della salute
quando si lavora"**

Promozione della salute nel setting
lavorativo: stato dell'arte

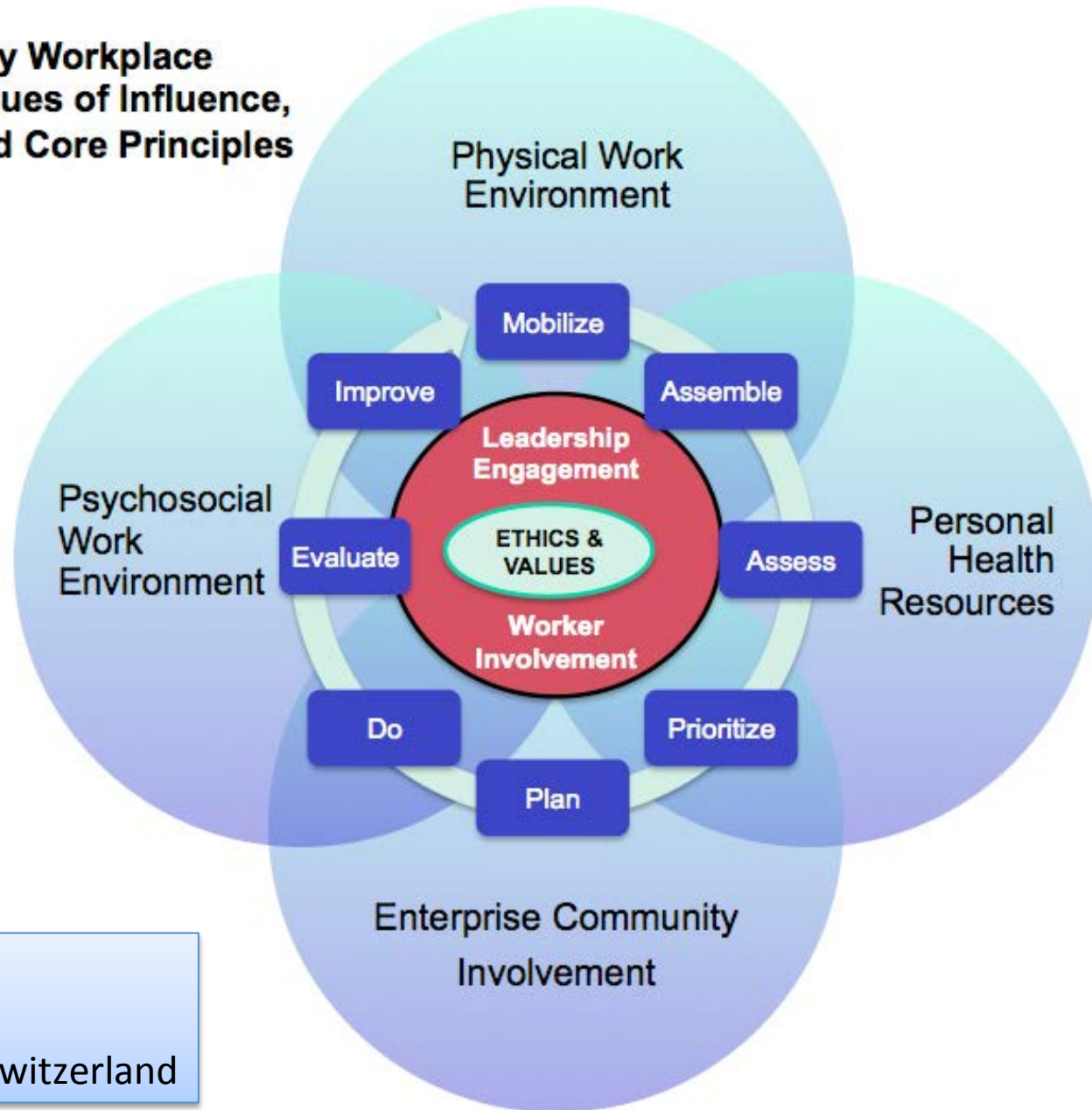
Franco Pugliese

9 marzo 2017

Aula Magna Clinica del Lavoro Milano,
Via San Barnaba 8



Figure ES1
WHO Healthy Workplace
Model: Avenues of Influence,
Process, and Core Principles



February 2010
Submitted to Evelyn Kortum
WHO Headquarters, Geneva, Switzerland

GUIDEBOOK

1

MILESTONES IN THE HISTORY OF
HEALTH PROMOTION

.....
Nerida Joss

© Oxford University Press, 2011. Reproduced from Understanding Health,
Third Edition by Helen Keleher and Colin MacDougall.

Milestones in Health Promotion

Statements from Global Conferences

© World Health Organization 2009

health
PROMOTION



NAME	ORGANISATION	WHAT DOES THIS RESOURCE OFFER?	WHERE TO FIND IT
1978 Alma Ata Declaration for Primary Health Care	World Health Organization	This declaration brought health promotion ideas and concepts into the global area and therefore is known as the origin of health promotion to many people. Held in Alma Ata in the former USSR, the declaration changed the way many countries responded to health issues by introducing key health promotion philosophies.	www.who.int/hpr/NPH/docs/declaration_almaata.pdf
1981 Health for All by the Year 2000 (HFA2000)	World Health Organization	As a result of the success of Alma Ata, WHO responded with a series of measurable targets and goals in health. This further fostered the idea of health promotion globally.	http://whqlibdoc.who.int/publications/9241800038.pdf
1986 First International Conference on Health Promotion	World Health Organization	The first international conference on health promotion was held in Ottawa and produced the Ottawa Charter. The now-famous Charter acknowledged health promotion work of the past and provided a strong, directive framework to foster further action. It is considered one of the most important documents in health promotion today and provides a framework under which health professionals can work.	www.who.int/hpr/NPH/docs/ottawa_charter_hp.pdf
1986 Australian Better Health Commission	Commonwealth Government of Australia	The Commission produced a review of the nation's health from a social perspective published in three volumes making recommendations on national health problems.	Available in libraries but not available online
1988 Second International Conference on Health Promotion	World Health Organization	Held in Adelaide, Australia, recommendations from this conference drew attention to the need to build healthy public policy to strengthen the action areas listed in the Ottawa Charter.	www.who.int/hpr/NPH/docs/adelaide_recommendations.pdf
1991 Third International Conference on Health Promotion	World Health Organization	Held in Sundsvall, Sweden, this conference called upon people to actively engage in creating supportive environments to promote health.	www.who.int/hpr/NPH/docs/sundsvall_statement.pdf
1994 International Union of Health Promotion and Education	IUHPE	The International Union of Health Education added 'health promotion' to its name, to become the IUHPE.	www.iuhpe.org
1997 Fourth International Conference on Health Promotion	World Health Organization	Held in Jakarta, Indonesia, the focus of this conference was on the inclusion of the private sector into decision making. As a result, the Jakarta declaration listed five priority areas for future commitment.	www.who.int/hpr/NPH/docs/jakarta_declaration_en.pdf
2000 Fifth Global Conference on Health Promotion	World Health Organization Pan American Health Organization	Held in Mexico City, Mexico, the focus of this conference was on equity and inequities within and between countries, and future actions, particularly through health promotion.	www.who.int/hpr/NPH/docs/mxconf_report_en.pdf

NAME	ORGANISATION	WHAT DOES THIS RESOURCE OFFER?	WHERE TO FIND IT
2000 HFYA 2010	World Health Organization	WHO revised its HFA2000 goals to: <ol style="list-style-type: none"> 1 formulate, strengthen and revise their national strategies for health for all, as necessary, and to monitor and evaluate them as indicated in the plan of action using relevant indicators at national level selected from those proposed in the Regional Strategy 2 provide progress reports upon request that will include the information necessary for monitoring and evaluation at regional level as provided for in the Regional Strategy. 	www.wpro.who.int/rcm/en/archives/rc32/wpr_rc32_r05.htm
2000 UN Millennium Development Goals	United Nations	The eight Millennium Development Goals (MDGs)—which range from halving extreme poverty to halting the spread of HIV/AIDS and providing universal primary education, all by 2015—form a blueprint agreed to by all the world's countries and all the world's leading development institutions. They have galvanised unprecedented efforts to meet the needs of the world's poorest.	www.un.org/millenniumgoals
2005 Sixth International Conference on Health Promotion	World Health Organization	Held in Bangkok, Thailand, the focus of this conference was on the determinants of health in the context of the globalised world. The Bangkok Charter calls for strengthening of commitment from a wide range of stakeholders towards achieving health for all.	www.who.int/healthpromotion/conferences/6gchp/hpr_050829_%20BCHP.pdf
2009 Seventh International Conference on Health Promotion	World Health Organization	Held in Nairobi, Kenya, the conference produced the Nairobi Call to Action in response to a perceived lack of progress on the goals of the Bangkok Charter.	www.who.int/healthpromotion/conferences/7gchp/documents/en/index.html



Stress
Tobacco **O**
Alcohol **L** & Drugs
HIV **V**/AIDS
Violence **E**

SOLVE

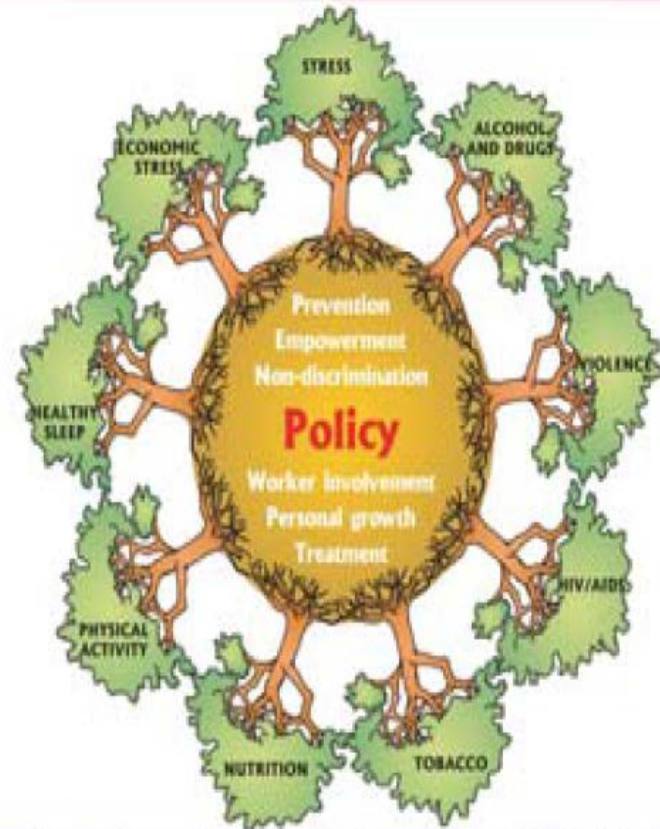
Addressing Psychosocial Problems at Work

*An ILO SafeWork Educational Programme that examines both
policy and shop floor action to address psychosocial
problems in a comprehensive way*

What is SOLVE?

SOLVE is an **interactive educational programme** designed to assist in the **development of corporate or institutional policy and action** to address **psychosocial problems** at work.

The SOLVE Policy Approach



Integrating health promotion into workplace OSH policies

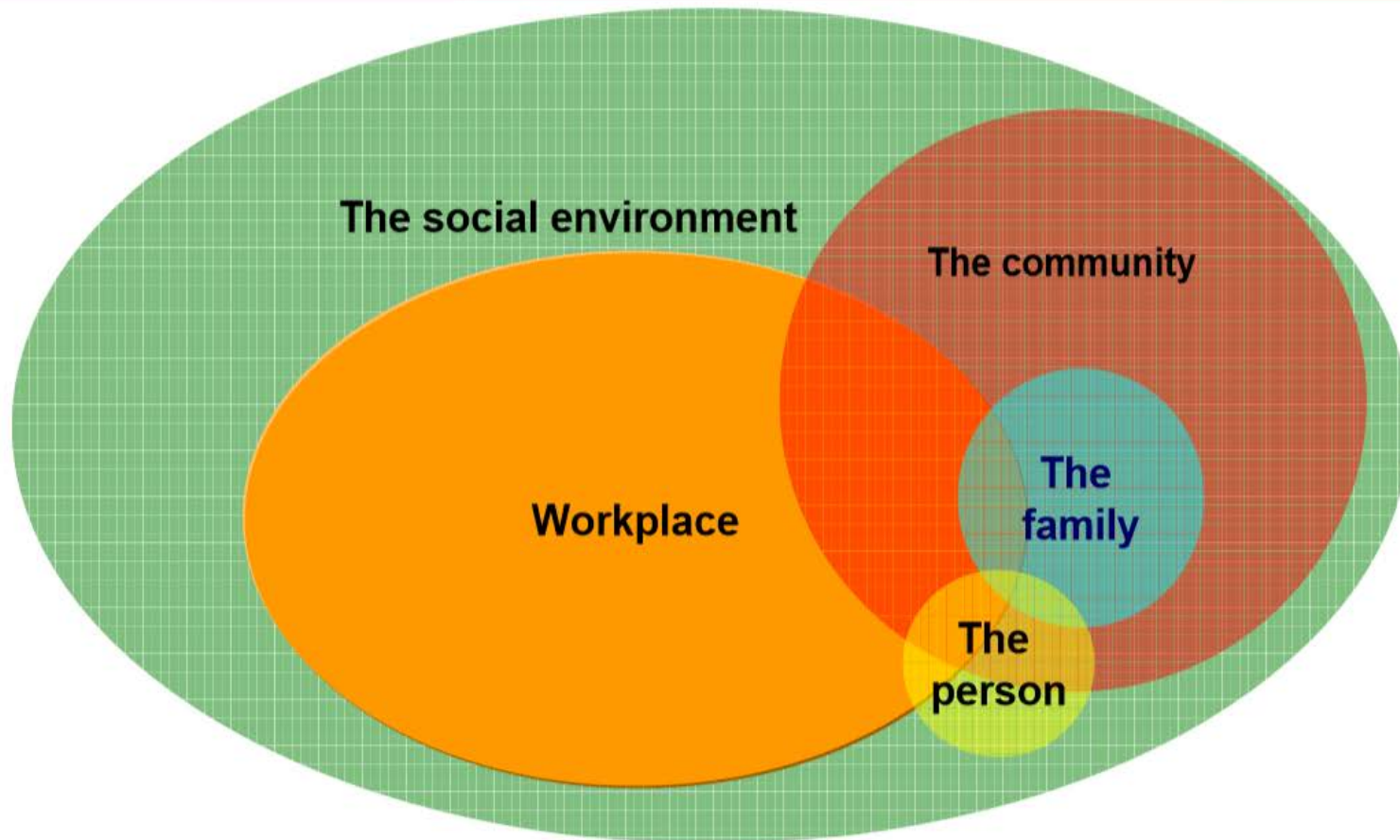


Participant's workbook

SOLVE: Integrating Health Promotion into Workplace OSH Policies



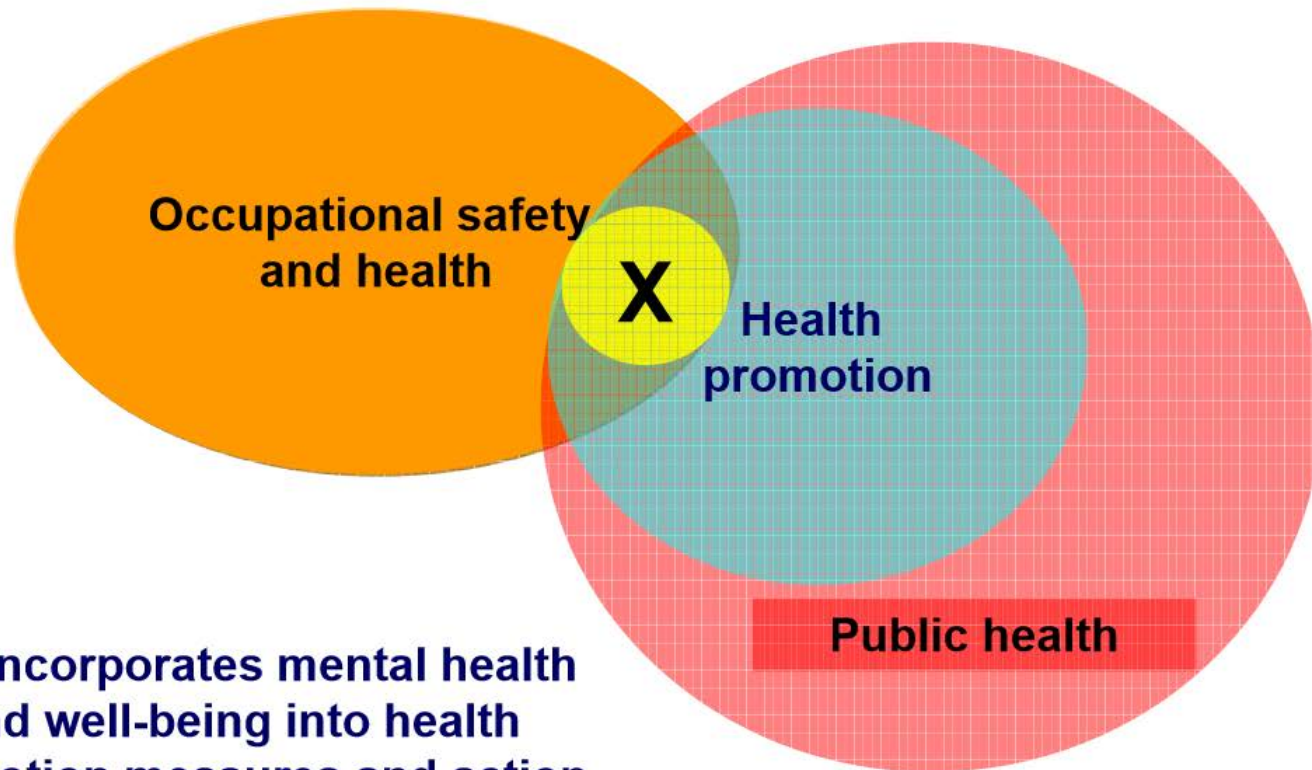
The impact of psychosocial factors (the ecological model)



ILO focus is on the **prevention** of psychosocial risks at the workplace taking into account their interface with living conditions

Integrating health promotion into workplace OSH policies

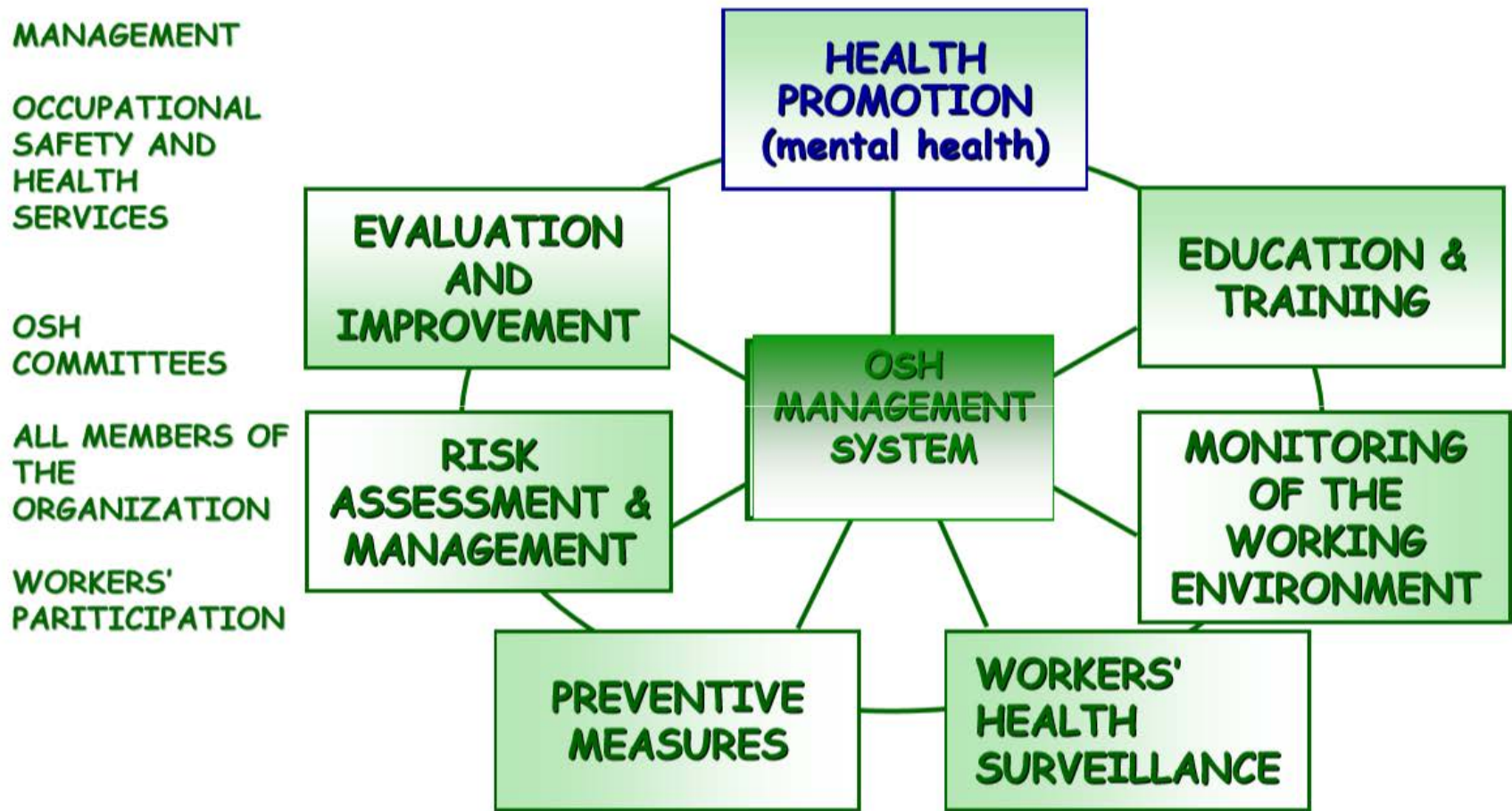
Workplace health promotion an integral part of a workplace OSH policy



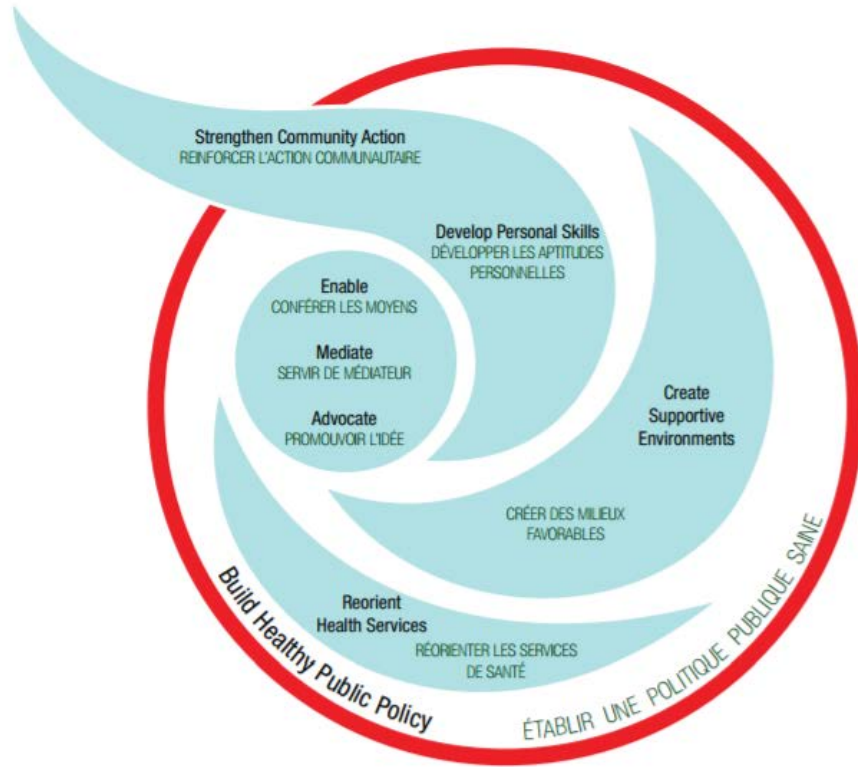
ILO incorporates mental health and well-being into health promotion measures and action at the workplace

Integrating health promotion into workplace OSH policies

ILO CONCEPT OF WORKPLACE POLICY ON OSH



Health Promotion Emblem



Ottawa 1986



Adelaide 1988



Sundsvall 1991



Jakarta 1997



Mexico 2000



Bangkok 2005



Nairobi 2009

Importanza della Promozione della Salute nella Prevenzione

In questi ultimi anni la **società** ha subito una serie di **importanti e profonde modificazioni di tipo strutturale** anche per quanto riguarda la salute della popolazione e l'evoluzione del sistema sanitario ad es.

- ❖ **allungamento della vita media**
- ❖ **rivoluzione delle telecomunicazioni**
- ❖ **evoluzioni nella tecnologia biomedica**
- ❖ **nuove prospettive in medicina**

SALUTE

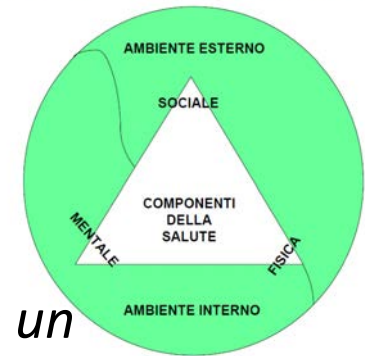
- **Organizzazione Mondiale della Sanità (1948)**

“stato di completo benessere fisico, psichico e sociale e non semplicemente un’assenza di malattia o infermità”,

- **Dichiarazione di Alma Ata (1978)** : “ ... è un diritto fondamentale dell’uomo”.

*La diffusione di nuove conoscenze ha portato ad un’ampia riflessione sul **significato** e sul **ruolo** della sanità, che in una **nuova concezione** viene vista come sistema orientato alla*

La salute nell’uomo come unità fisica-mentale-sociale



**promozione, protezione e
mantenimento della salute delle persone**



dibattito



- si è sviluppato attorno alle modalità ed alle azioni per raggiungere la salute

OMS:

Health for All e Promozione della Salute

(Carta di Ottawa, 1986).



promozione della salute,
definita come “*processo che consente alle persone di esercitare un maggior controllo sulla propria salute e di migliorarla*”



Salute per Tutti & Promozione della salute

nuova visione della sanità



Salute per Tutti & Promozione della salute

Questi principi vengono ribaditi in alcuni **importanti documenti** che trattano le tematiche dell'evoluzione dei sistemi sanitari e, più in generale, della società, nella direzione del perseguimento della **Strategia della Salute per Tutti** e delle caratteristiche che devono assumere i sistemi sanitari europei,

anche attraverso lo sviluppo dell'assistenza sanitaria di primo livello e la promozione della salute

- *Dichiarazione di Alma-Ata,*
- *Carta di Ottawa,*
- *Carta di Vienna sugli Investimenti nella Salute delle Donne,*
- *Dichiarazione di Vienna,*
- *Carta di Lubiana,*
- *Health21.*

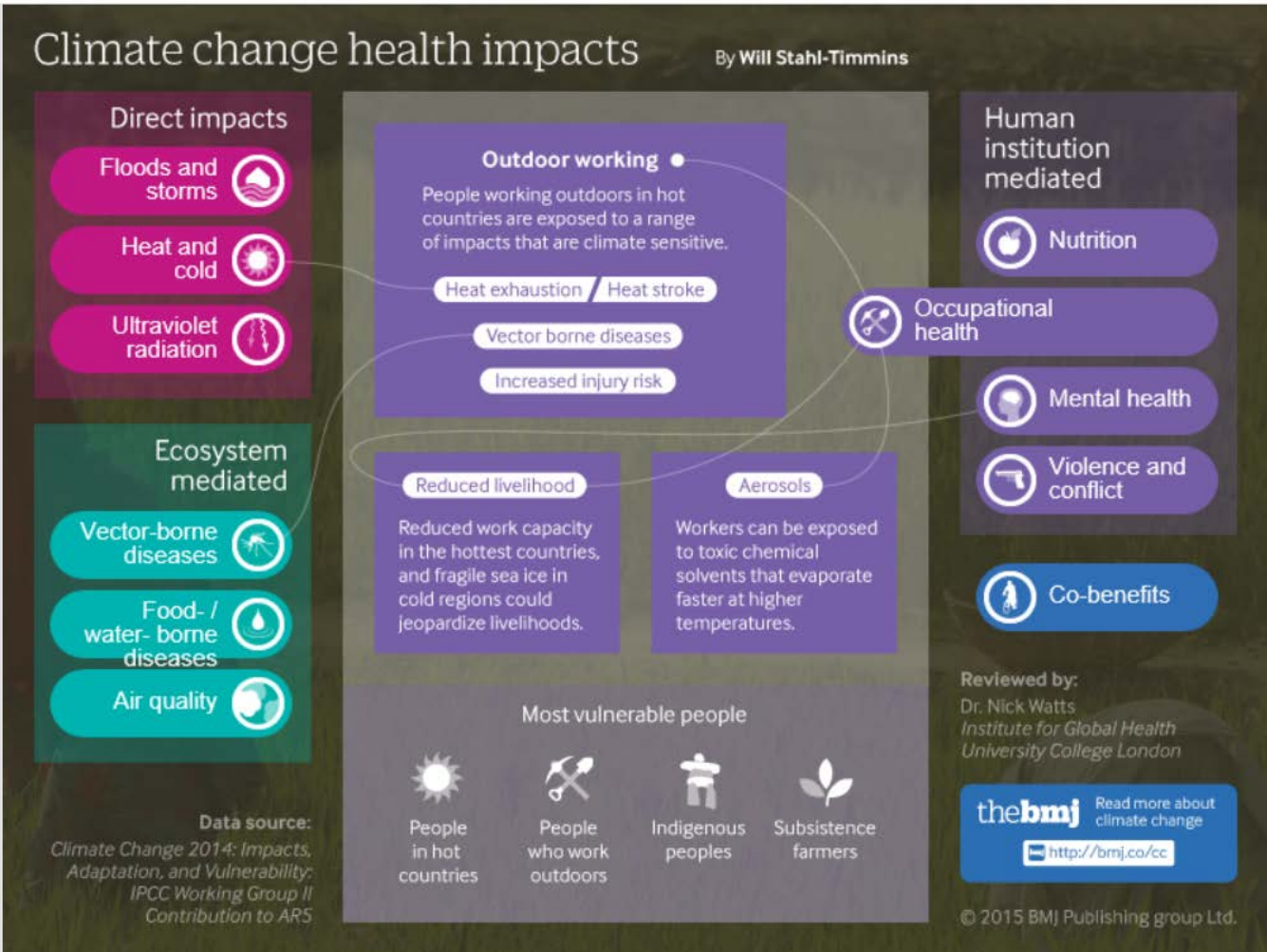
- Altri DOCUMENTI sono riferiti all'azione da intraprendere congiuntamente con altri settori e a livello sovranazionale per affrontare le tematiche inerenti il rapporto salute e ambiente.
- Altri documenti, infine, sviluppano i concetti della promozione della salute a livello municipale attraverso la rete delle Città Sane

- Dichiarazione di Helsinki e
- Dichiarazione di Copenaghen
- ✓ *Evolution of WHO air quality guidelines: past, present and future (02 / 2017)*
- Dichiarazione di Milano e Dichiarazione di Atene.

Paris climate change talks: what doctors need to know

BMJ 2015; 351 doi: <https://doi.org/10.1136/bmj.h6316> (Published 24 November 2015)

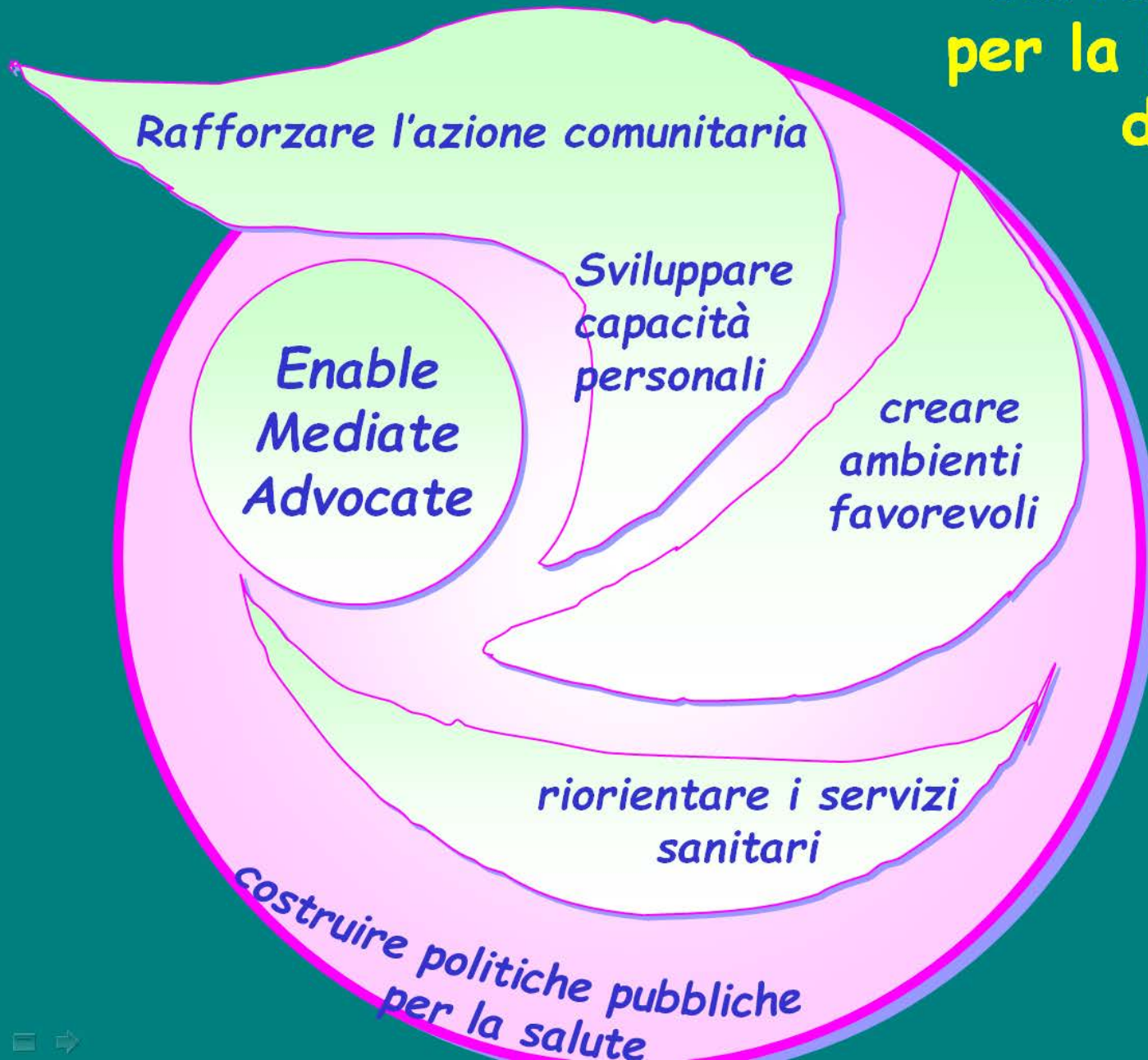
Cite this as: BMJ 2015;351:h6316



Dichiarazione di Alma Ata (1978) rivolta ai governi, alla comunità internazionale e a tutti gli operatori della sanità,

- si ribadisce „ *con forza che la salute, stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e non semplicemente assenza di malattia o infermità, è un diritto umano fondamentale*“ e che „***l'enorme disparità esistente nello stato di salute delle persone***, in modo particolare tra i paesi sviluppati e quelli in via di sviluppo, ma anche all'interno delle singole nazioni, è ***inaccettabile*** dal punto di vista politico, economico, sociale
- ***la promozione e la tutela della salute delle persone è indispensabile per un intenso sviluppo economico e sociale e contribuisce a una miglior qualità della vita e alla pace mondiale .Le persone hanno il diritto e il dovere di partecipare individualmente e collettivamente alla progettazione e alla realizzazione dell'assistenza sanitaria di cui hanno bisogno***
- *i Governi sono responsabili della salute dei propri cittadini: essa può essere raggiunta solo mettendo a disposizione adeguate misure sanitarie e sociali*“

Carta di Ottawa per la Promozione della Salute OMS, 1986



Carta per la Promozione della Salute (Carta di Ottawa). OMS 1986

*Per **promozione della salute** si intende il processo che consente alla gente di esercitare un maggiore controllo sulla propria salute e di migliorarla.*

*Per conseguire uno **stato di completo benessere** fisico, mentale e sociale, **l'individuo o il gruppo** devono essere in grado di identificare e realizzare le proprie **aspirazioni**, di soddisfare i propri **bisogni**, di modificare **l'ambiente** o di adattarvisi.*

*La **salute** vista, dunque, come **risorsa di vita quotidiana**, non come obiettivo di vita: **un concetto positivo, che insiste sulle risorse sociali e personali, oltre che sulle capacità fisiche.***

*Di conseguenza, la **promozione della salute non è responsabilità esclusiva del settore sanitario**, ma supera anche la mera proposta di **modelli di vita più sani, per aspirare al benessere.**"*

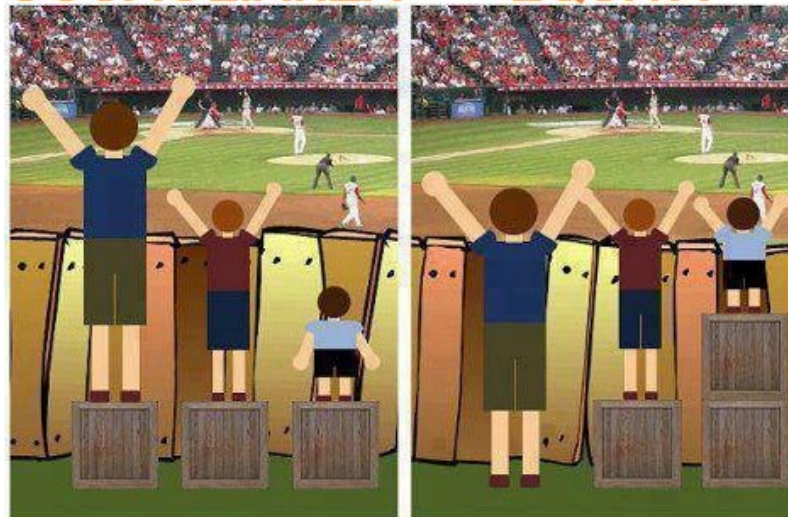
Carta per la Promozione della Salute (Carta di Ottawa). OMS 1986

*“La promozione della salute mira soprattutto **all’equità nella salute**. Il suo intervento si prefigge di **ridurre le differenziazioni evidenti** nell’attuale stratificazione sociale della salute, offrendo a tutti eguali opportunità e risorse per conseguire il massimo potenziale di salute.”*

L'UGUAGLIANZA NON E' SINONIMO DI EQUITA'

UGUAGLIANZA

EQUITA'



Carta per la Promozione della Salute (Carta di Ottawa). OMS 1986

Nella Carta di Ottawa si ribadisce :

- ❖ la necessità di rafforzare l'azione della comunità nello stabilire **priorità**, prendere **decisioni** e progettare e realizzare **strategie** per il **miglioramento della salute**
- ❖ si sottolinea l'importanza di **sviluppare le capacità personali**

*“La promozione della salute favorisce lo sviluppo personale e sociale fornendo informazione, istruzione sul problema della salute e preparazione generale. Aumenteranno così per tutti le possibilità di esercitare maggiore controllo, e di operare scelte precise, riguardo alla propria **salute** e all'**ambiente**.”*

*È essenziale fare in modo che **tutti possano continuare ad apprendere per tutto il corso della vita**, preparandosi ad affrontarne le **diverse fasi e l'eventualità di malattie o invalidità croniche**, apprendimento che dovrà essere **favorito dalla scuola, dall'ambiente di lavoro e dalle associazioni comunitarie**. Occorre intervenire sugli organismi scolastici, professionali e commerciali, e su quelli del volontariato, nonché sulle istituzioni stesse”*

Conferme successive..

La piattaforma fornita dalla Carta di Ottawa è stata progressivamente verificata nella sua attuazione con le conferenze internazionali di

Adelaide (Australia) (1988),

Sundsvall (Svezia) (1991)

Jakarta (Indonesia) (1997).

La promozione della salute

- ❖ La promozione della salute è da considerarsi come un **processo**
- ❖ La promozione della salute è perciò diretta a *ottenere un risultato*, non sempre immediato
- ❖ Risultati specifici sono differenti nel modo con cui vengono raggiunti, ma quasi sempre comportano un **miglioramento della qualità di vita** che può essere **anche durevole**

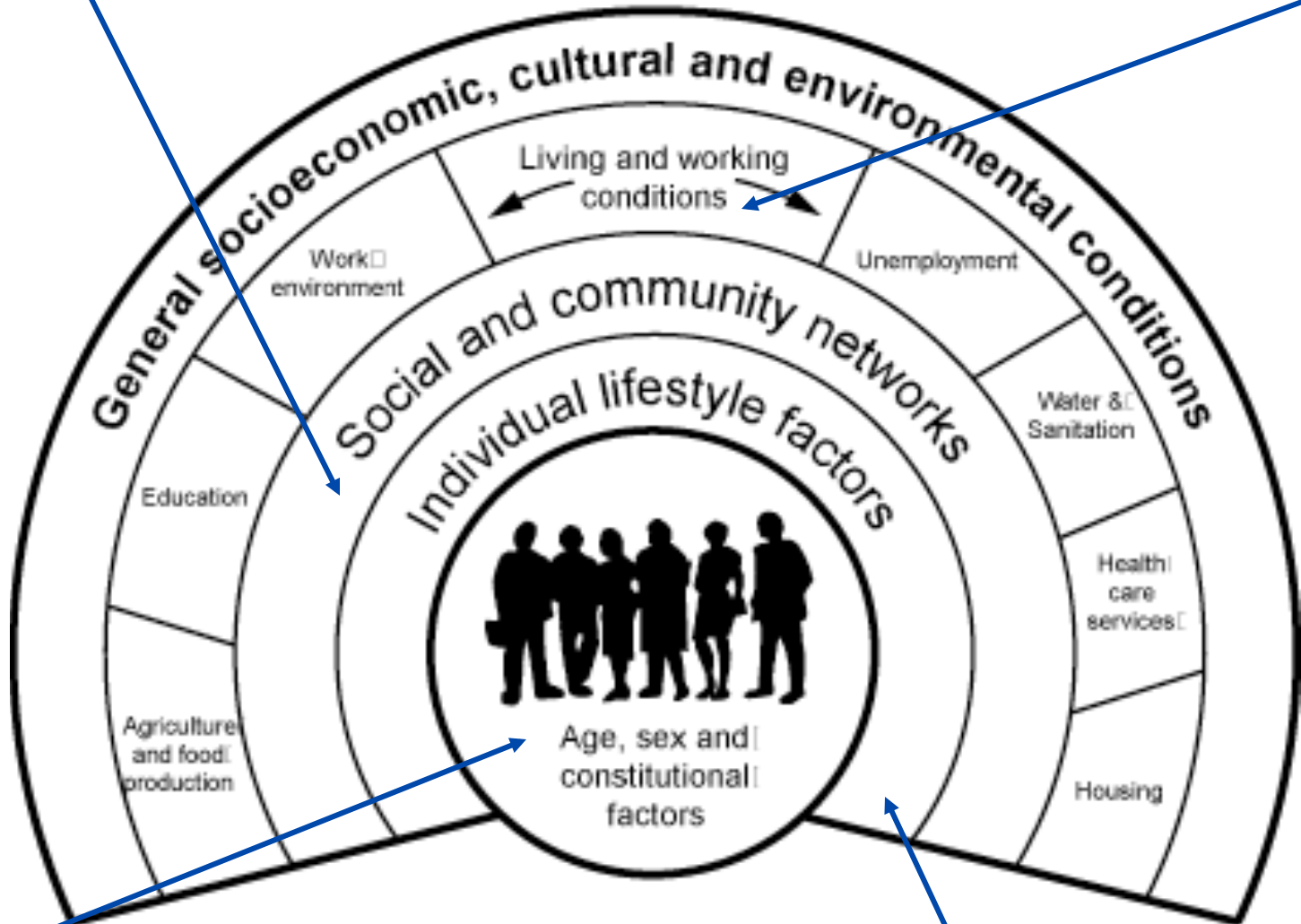
Empowerment

- La promozione della salute “efficace” rafforza l’**abilità** e le **capacità** degli **individui** di adottare comportamenti e la **capacità di gruppi o comunità** di agire collettivamente per esercitare un controllo sui determinanti della salute (**“Empowerment”**).
- Una promozione della salute “efficace” porta a **cambiamenti nei determinanti della salute**, sia **quelli individuali** (quali i comportamenti salubri e l’uso dei servizi sanitari), *sia quelli al di fuori del controllo individuale come le condizioni sociali, economiche e ambientali.*

I determinanti della salute

“ambiente”

contesto



componenti
fisse

componenti
in teoria
modificabili

Determinanti di salute nei comportamenti individuali



I determinanti della salute possono essere classificati in almeno 5 livelli di stratificazione

Nello strato più “esterno” si collocano quelli a carattere generale, che riguardano categorie di fattori a carattere sociale (**Situazione socio-economica-culturale**).

Segue un livello che riguarda **le condizioni collettive di vita e di lavoro di gruppi di popolazione specifici** (istruzione, casa, lavoro, alimentazione, ambiente, servizi sanitari, ecc.).

Avvicinandoci progressivamente all’individuo, troviamo poi lo “strato” delle **relazioni socio-affettive**.

Ancora più prossimi al *core vitale* possiamo collocare lo strato dei determinanti di salute legati agli **stili di vita** adottati, per concludere, infine, il nostro schema con i **fattori biologici** [2].

Determinanti di salute

- La gamma di fattori personali, socioeconomici e ambientali che determinano lo stato di salute

Murray e Lopez stimano che la salute sia determinata da

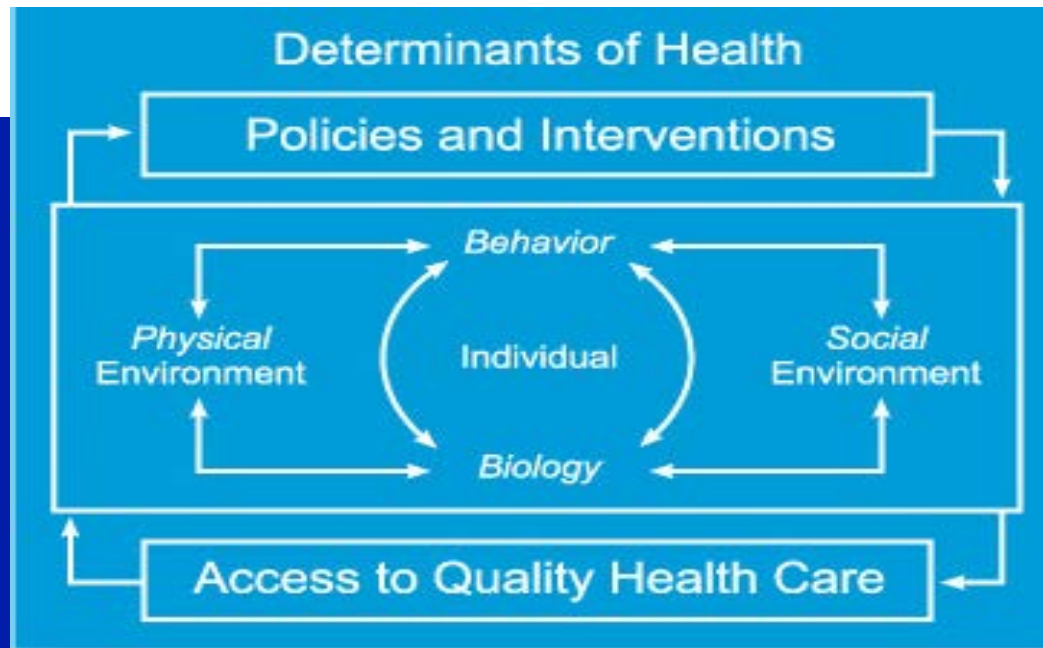
- **Fattori socio-economici e stili di vita 40-50%**
- **Stato e condizioni dell'ambiente 20-30%**
- **Eredità genetica 20-30%**
- **Servizi sanitari 10-15%**

(Murray CJ, Lopez AD. Mortality by cause for eight regions of the world:
Global Burden of Disease

[Study.Lancet 1997;349 \(9061\): 1269-76](#)

Determinanti sociali della salute: accezione USA 2011

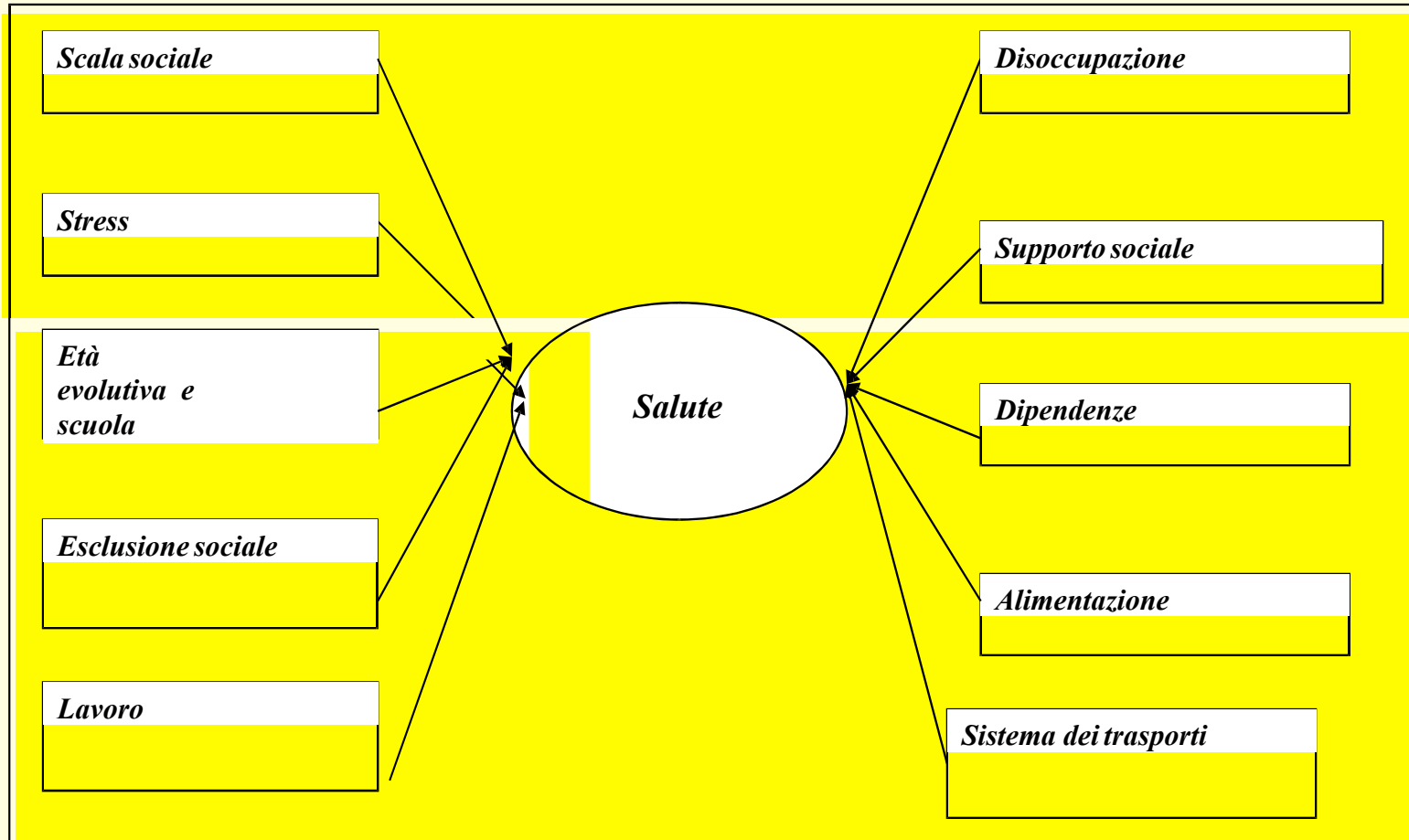
di salute
i fattori personali, sociali, culturali, economici e ambientali che influenzano lo stato di salute di individui e popolazioni”.



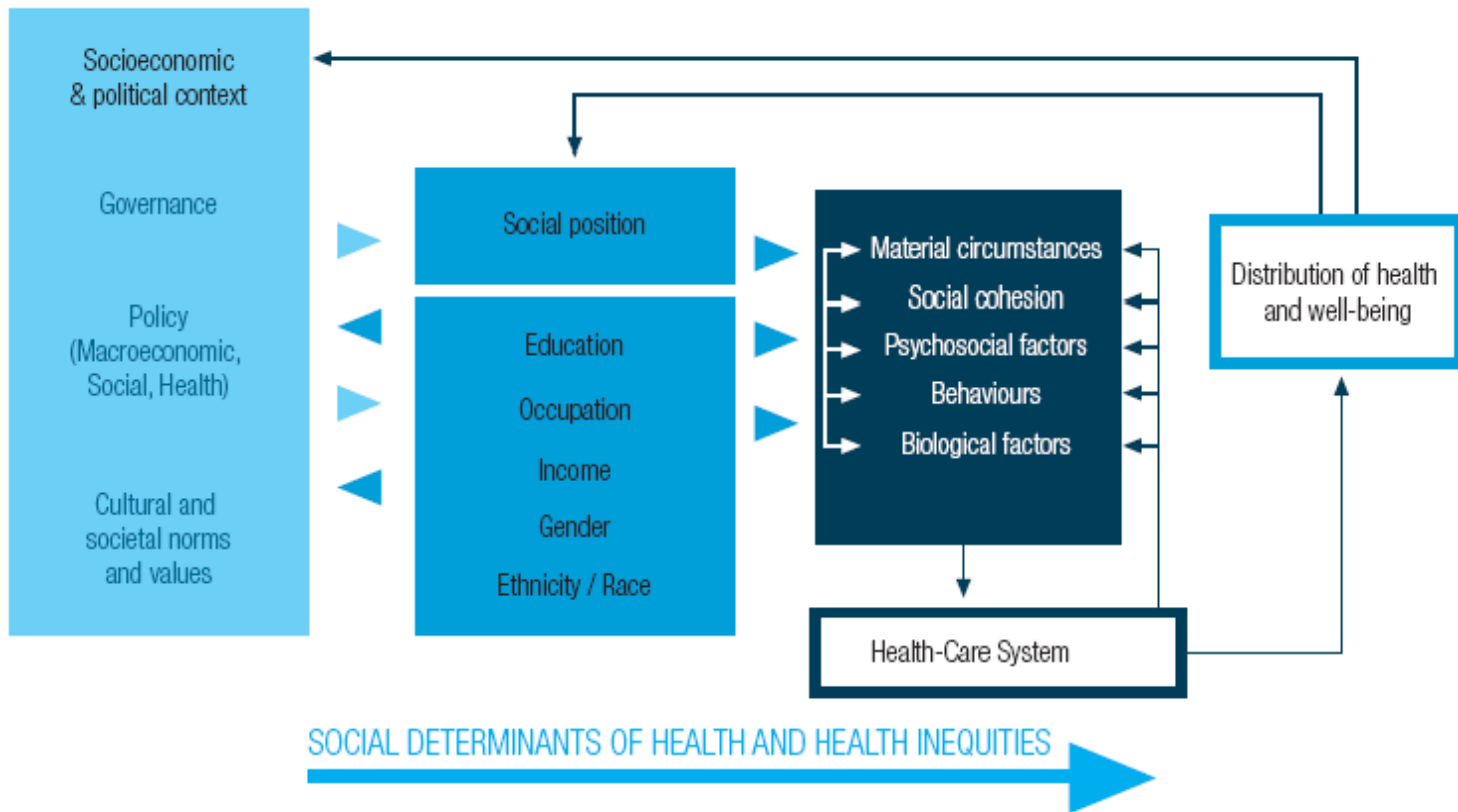
Esempio 1: Determinanti di salute secondo il programma USA "Healthy people 2010" (USA 2001)

Determinanti sociali di salute: accezione OMS 2003

(Fonte: OMS 2003)



Determinanti sociali di salute e di diseguità nella salute: modello CSDH – OMS 2008



Source: Amended from Solar & Irwin, 2007

Una Promozione della Salute efficace porta a cambiamenti nei **determinanti della salute** quali i comportamenti individuali

I comportamenti individuali che incidono maggiormente sul carico collettivo di malattie e disabilità (***burden of disease***) sono

- fumo di tabacco



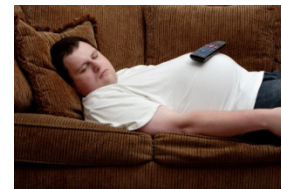
- non corretta alimentazione e cattive abitudini alimentari



- abuso di alcol



- inattività fisica



Contributo di alcuni fattori di rischio all'insieme del Burden of Disease nell'Unione Europea

(National Institute of Public Health Stoccolma 1997)

The screenshot shows the homepage of the NIH Office of Disease Prevention. At the top left is the ODP logo and the text "NIH Office of Disease Prevention". To the right are navigation links: "Home | About ODP | Coordinating Committee | Contact Us" and the "NATIONAL INSTITUTES OF HEALTH" logo. Below this is a green navigation bar with four tabs: "Prevention Research at NIH", "Prevention Information", "Browse by Health Topics", and "Events".

The main content area features a large light blue box with a welcome message: "Welcome to the Office of Disease Prevention (ODP) Web site, a central portal to information on National Institutes of Health (NIH) prevention research initiatives, research results, events, and publications." Below this is a paragraph: "ODP fosters, coordinates, and assesses prevention and health promotion research as part of the NIH effort to improve public health, reduce disease burden, and improve the quality of life for all Americans."

To the right is a "Featured Information" section with a list of topics: "Health Promotion Research", "Healthy People 2010", "Development of Healthy People 2020", "Healthy People 2020 — Prevention, Behavioral and Social Science Research Into Action", and "Health Literacy". Below the list is an image of a person on a bicycle next to a basket of fresh vegetables.

Below the main text are three smaller boxes, each with a title, a brief description, and a "MORE" link:

- Prevention Research at NIH:** "Research on disease prevention is an important part of the NIH mission. The Institutes and Centers have a broad portfolio of prevention research and training, as well as programs to disseminate the findings to scientists, health professionals, communities, and the public."
- Prevention Information:** "Agencies throughout the Department of Health and Human Services sponsor initiatives, programs, and guides aimed at promoting healthy living and preventing disease, including *Healthy People 2010*, *Community Guide to Preventive Services*, *United States Guide to Clinical Preventive Services*, and *Steps to a Healthier US*."
- Browse by Health Topics:** "NIH supports a wide range of public health campaigns, clinical trials, and other research on the prevention of specific diseases as well as general prevention topics. Information about or based on these specific efforts is often available for both researchers and the general public."

At the bottom of the page are additional navigation links: "Home | About ODP | Coordinating Committee | Contact Us", "Prevention Research at NIH | Prevention Information | Browse by Health Topics | Events", "Accessibility Notice | Privacy Notice | Disclaimer", and the "USA.gov Government Made Easy" logo.



Fattore Causale

Contributo all'insieme del *burden of disease*

Fumo di tabacco	9,0%
Consumo di alcool	8,4%
Sovrappeso	3,7%
Rischi occupazionali	3,6%
Basso consumo di frutta e verdura	3,5%
Povertà relativa	3,1%
Disoccupazione	2,9%
Droga	2,4%
Inattività fisica	1,4%
Dieta con contenuto elevato di grassi saturi	1,1%
Inquinamento ambientale	0,2%



Attuando la prevenzione primaria di questi fattori, in teoria, si potrebbe quindi alleviare di almeno il **27,1%** gli anni di vita in buona salute persi dalla collettività.

E' quanto si riprometteva e si ripromette di fare il programma "**Guadagnare salute – Rendere facili le scelte salutari**" intrapreso dal Ministero della Salute già dal 2007 e che poneva al centro dei suoi obiettivi proprio la **lotta al tabagismo, all'abuso di alcol, alla sedentarietà e all'alimentazione scorretta.**

Promozione della salute

Attività fisica

Alimentazione

Alcol

Fumo

IN RILIEVO

Sorveglianza Bambini 0-2 anni: il rapporto finale

È disponibile il [rapporto finale](#) e la sintesi dei risultati del Progetto Ccm 2013 "Sistema di Sorveglianza sugli otto determinanti di salute del bambino, dal concepimento ai 2 anni di vita, inclusi nel Programma GenitoriPiù", coordinato dall'Istituto Superiore di Sanità e realizzato in collaborazione con 5 Regioni.

GenitoriPiù: uno sguardo al futuro. Nuove sfide per la salute, nuovi orizzonti per la Prevenzione-Atti del convegno

Sono online gli [atti del Convegno](#) tenutosi il 29 novembre 2016 a Verona. I lavori hanno evidenziato l'importanza dei primi 1000 giorni, dal periodo preconcezionale fino alla prima infanzia, sulla vita degli individui, sulla salute, il benessere, i successi scolastici e lo status socio economico.

WHO report shows urban green spaces deliver multiple health benefits

Il report WHO di novembre 2016 "[Urban green spaces and health – a review of evidence \(2016\)](#)" evidenzia come gli spazi verdi nelle aree urbane siano in grado di promuovere la salute mentale e fisica, con la riduzione dello stress, il rilassamento psicologico, un aumento delle possibilità di svolgere attività fisica.

Sezione con le info e i materiali per le farmacie



federfarma

Secondo il Programma nazionale "Guadagnare Salute: rendere facili le scelte salutari" per contrastare le malattie croniche è fondamentale adottare un approccio intersettoriale, coordinare le iniziative e individuare

figure che sul territorio possono avere un ruolo decisivo nella promozione di stili di vita salutari. La farmacia rappresenta un contesto privilegiato per la diffusione di informazioni e per la promozione di scelte a favore della salute. Il farmacista per il rapporto che instaura con i cittadini può creare relazioni basate sull'ascolto e approfondire dubbi e problematiche delle persone che a lui si rivolgono. [Consulta la pagina dedicata.](#)

Programma nazionale

Progetti

Banca dati Prosa

Sorveglianze

Formazione

Convegni nazionali

Seguici



newsletter



contattaci



Guadagnare Salute

Ti piace 2,4 mila

Strumenti utili all'operatore per la comunicazione

Campagna 2011 - Materiale informativo - Donne - Adolescenti - Bambini - Fumo e alcol - Anziani - Regioni

guadagnare salute

contatti

disclaimer



'Global Burden of Disease 2010', ovvero l'impatto delle patologie in termini di mortalità e disabilità a livello mondiale

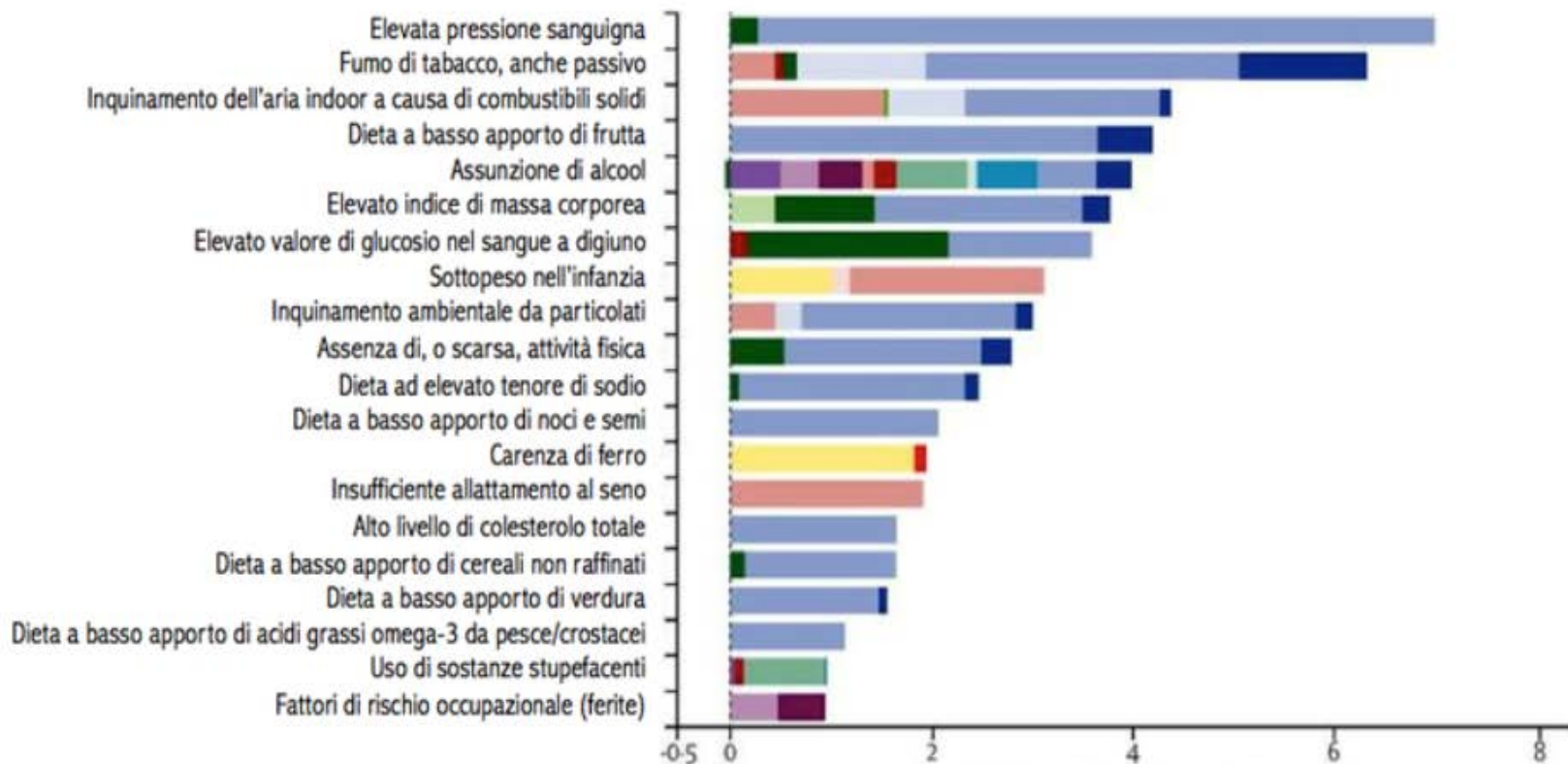


Tabella: Impatto delle patologie in termini di mortalità e disabilità a livello mondiale ("burden of disease") attribuibile ai 20 principali fattori di rischio nel 2010, espressi come percentuale del totale degli anni persi da uomini e donne a causa di disabilità ("anni di attesa di vita corretta per disabilità" - in inglese DALYs, **disability-adjusted life year(s)**). Riprodotto da **The Lancet, 380, 9859, 2013**, pp. 2224–2260 (1)

Promozione della Salute nei Luoghi di Lavoro

(*Workplace Health Promotion - WHP*)

Strategia preventiva che tiene conto degli effetti sulla salute umana dei rischi legati agli stili di vita e dei rischi professionali

- **L'ambiente di lavoro rappresenta un contesto favorevole**
- la maggior parte della popolazione adulta impiega **gran parte del suo tempo sul posto di lavoro**
- il lavoro **contribuisce in maniera determinante nel dare identità alla persona e nel renderla autonoma** permettendo la realizzazione personale e la partecipazione sociale
- **molti posti di lavoro sono occupati da una popolazione stabile** e questo favorisce la realizzazione di programmi di WHP

Gli interventi preventivi (tecnici , organizzativi e procedurali) usuali in ambiente di lavoro sono rivolti alla eliminazione /riduzione dell'esposizione ai rischi lavorativi di tipo fisico, chimico, biologico e legati all'organizzazione del lavoro (Risk Management)



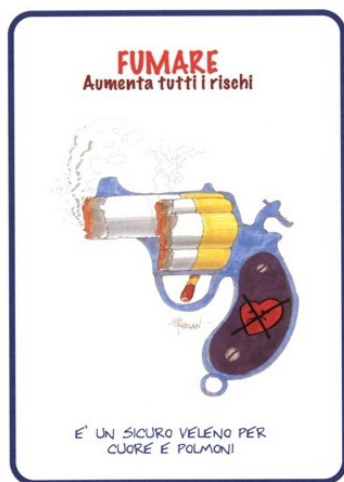
dipendono prevalentemente dalle decisioni della dirigenza aziendale **piuttosto che dalle azioni dei lavoratori**

Le competenze necessarie alla realizzazione di programmi di Promozione della Salute di non sono ancora ben sviluppate in Medicina del Lavoro

La **formazione del Medico Competente** dovrebbe comprendere la conoscenza dell' **impatto degli interventi di PdS sulla salute (evidenze)** e la **capacità di accedere alle informazioni** e alle evidenze disponibili



La ***sorveglianza sanitaria*** dei lavoratori costituisce una occasione preziosa per **incontrare** un **gran numero di soggetti** che in molti casi non si sarebbero recati volontariamente dal medico



Programmi che trattano problemi di salute ben conosciuti e pubblicizzati dai media (effetti del fumo, della cattiva dieta, ecc) **tendono a far superare lo scetticismo dei lavoratori nel confronto delle iniziative del Management**



Gli studi sulla Promozione della Salute nei luoghi di lavoro

La promozione della salute nei luoghi di lavoro rappresenta oggi una **strategia di avanguardia** che tiene conto degli **effetti sinergici**, sulla salute umana, dei rischi legati agli stili di vita e dei rischi professionali.

Le comunità di lavoratori rappresentano popolazioni ideali sulle quali intervenire per promuovere iniziative di miglioramento degli stili di vita individuali, in quanto si tratta di aggregati umani „naturali“, relativamente facili da raccogliere e da seguire nel follow-up dell'intervento

Londra, dei pannelli segnalano le calorie che si consumano facendo le scale

Messi ai piedi delle scalinate, i cartelloni «smart» vogliono stimolare i cittadini a salire i gradini per fare movimento



Una figurina umana, un paio di scalini stilizzati e un cuore rosso: è questo il simbolo di «StepJockey», un progetto partito a Londra per sensibilizzare i cittadini sui benefici che si hanno nel fare le scale a piedi. Il simbolo comincia ad apparire su pannelli ai piedi di scale e scalinate, con l'indicazione delle calorie che si smaltiranno salendole.

IN FORMA CON LO «STEP» - StepJockey è il frutto del lavoro di una start-up finanziata dal Dipartimento alla Salute inglese. L'idea alla base è questa: per tenersi in forma non ci vuole poi molto, e dire addio a scale mobili e ascensori è un validissimo aiuto per la salute, in particolare per il sistema cardiovascolare. Non solo: è un valido alleato per perdere peso, dato che il team ha calcolato che facendo le scale in salita si bruciano più calorie al minuto che facendo jogging, e che persino farle in discesa risulta più salutare di una corsa. E dunque, pronti: via! Scalino dopo scalino, sapendo precisamente quante calorie si stanno consumando.



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA

Regione Emilia-Romagna



SALUTE

Aumenti la tua salute, se sali le scale:

L'esercizio fisico quotidiano è molto efficace per la prevenzione delle malattie cardiovascolari, della depressione e dei disturbi dell'invecchiamento, anche di alcuni tumori (del colon, della mammella, del polmone, dell'endometrio e dell'ovaio). Le donne in menopausa che salgono le scale migliorano la loro densità ossea.

CALORIE

Perdi peso, se sali le scale:

Salire anche due sole rampe di scale al giorno può portare a una perdita di peso di 2,7 Kg l'anno. In un minuto una persona di 70 kg brucia circa 10 calorie salendo le scale e solo 1,5 calorie se prende l'ascensore.

AUTOSTIMA

Accresci la tua autostima, se sali le scale:

L'esercizio fisico aumenta l'autostima o produce una sensazione di benessere corporeo. Aumenta la tua forma fisica, un gradino alla volta!

LONGEVITÀ

Allunghi la tua vita, se sali le scale:

Le persone che salgono 90 gradini al giorno (anche facendo qualche rampa alla volta) abbassano il loro rischio di mortalità in modo significativo. Lo dimostrano statistiche e studi scientifici. Salire le scale mantiene il tuo corpo dinamico ed efficiente.

EFFICIENZA

Potenzi i tuoi muscoli e migliori il tuo equilibrio, se sali le scale:

Salire le scale è un esercizio essenziale per migliorare potenza e resistenza degli arti inferiori e mantenere un buon equilibrio.



LE SCALE MUSICA PER LA TUA SALUTE

per informazioni:

Numero Verde
800 033033

(tutti i giorni feriali dalle ore 9,30 alle ore 17,30;
il sabato dalle ore 9,30 alle ore 13,30)

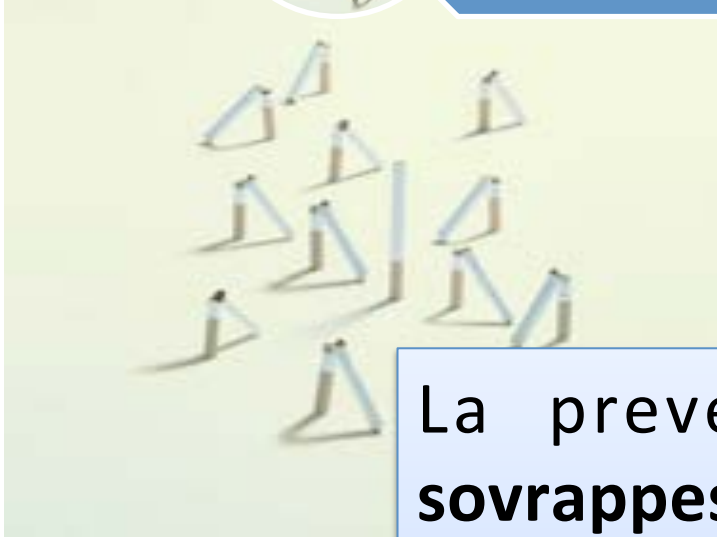
www.saluter.it

Gli interventi suggeriti dalla letteratura sono molteplici

- Per esempio cambiamenti minimi nella **disponibilità** e nella **scelta di alimenti** nutrienti - da consumare durante le riunioni di lavoro, in mensa, nei punti di ristoro - possono essere associati, con costi molto contenuti, alla **promozione dell'attività fisica** affiggendo materiali informativi (poster, locandine..) che incoraggino, ad esempio, **l'uso delle scale da parte dei dipendenti**.
- **Azioni più articolate associano** interventi di educazione alimentare alla prescrizione di esercizi di aerobica e di stretching.
- Possono essere previsti, inoltre, momenti di **counselling individuale o di gruppo** per incoraggiare i lavoratori nel perseguire stili di vita salutari.



prevenzione delle patologie cardiovascolari e del cancro



Azioni sul Fumo ma non solo...

La prevenzione e il controllo del **sovrappeso** e dell'**obesità** potrebbero giovare di percorsi simili coinvolgendo anche i **Medici Competenti** come *promotori della conoscenza e dell'adozione di comportamenti alimentari corretti.*



La promozione della salute in ambiente di lavoro

- è una strategia fortemente raccomandata nel fronteggiare problematiche della sfera **individuale e collettiva**,
- quali **fumo di tabacco, insufficiente attività motoria, scorretta alimentazione, incongruenze organizzative, stress correlato al lavoro**

The European Network for Workplace Health Promotion (ENWHP)

- Since the Network was formally established in **1996**, ENWHP has been a frontrunner in European Workplace Health Promotion.
- ...it has developed good practice criteria for WHP **for many different types of organisation** and has established infrastructures for WHP in the Member States. Through these national networks/forums the ENWHP **facilitates the cross-border exchange** of information and the dissemination of good workplace practices.
- The European Network for Workplace Health Promotion **is an informal network** of national occupational health and safety institutes, public health, health promotion and statutory social insurance institutions.
- **In a joint effort, all the members and partners aim to improve workplace health and well-being and to reduce the impact of work related ill health on the European workforce.**
- ENWHP is a platform for all stakeholders interested in the improvement of workplace health and committed to working towards the [vision & mission](#) of the ENWHP:
- ***"Healthy employees in healthy organisations"***.

ENWHP Initiatives

Quality criteria and success factors of workplace health promotion



Development of quality criteria for WHP
Questionnaire for self-assessment
Description of models of good practice (1997 - 1999)

WHP in an enlarged Europe



Hearts and Minds in Europe
Indicators for work-related health monitoring
Good practices in the acceding and applicant countries (2005 - 2007)

WHP in the public administration sector



Models of good practice
State-of-the-art report
Barcelona Declaration (2001 - 2002)

Building infrastructures for WHP



ENWHP toolbox
The business case for WHP
National Forums (2002 - 2004)

WHP in small and medium-sized enterprises



Models of good practice in each Member State
Recommendations for developing strategies and implementing action
Lisbon Statement
Cardiff Memorandum (1999 - 2000)

MOVE Europe – healthy lifestyles in the working environment



Quality model
Company health check
Business Report (2007 - 2009)

Healthy work in an ageing Europe



State-of-the-art report
A European collection of measures to promote healthy work in an ageing Europe
Strategies and instruments for prolonging working life (2004 - 2006)

Work in tune with life



Edinburgh Declaration
A guide to the business case for mental health at the workplace
A guide to promoting mental health in the workplace
A guide to mentally healthy workplaces
Mental health check
Models of good practice in the prevention of psychosocial risks
Conclusions and recommendations for action (2009 - 2010)

PH Work – Promoting healthy work for people with chronic illness



European Guide to Good Practice
Models of good practice
Recommendation Paper
Brussels Declaration (2011 - 2013)



ENWHP has carried out a number of important European initiatives over the past decade which have established workplace health promotion (WHP) as a field of action for public health at European and national level. : www.enwhp.org/enwhp-initiatives.

Ed in Italia...



Cerca nel sito ▶

Promozione della Salute in Lombardia

Conoscenze, metodologie, esperienze e risorse per lo sviluppo di politiche integrate.



MENU | Home

- ▶ Presentazione
- ▶ Alimentazione
- ▶ Attività Fisica
- ▶ Tabagismo
- ▶ Setting Scuola
- ▼ Setting Luoghi di lavoro
- ▶ Setting ambienti sanitari - sociosanitari
- ▶ Setting comunità locali - Città
- ▶ Promuovere la salute sul territorio
- ▶ Risorse
- ▶ Banca dati degli interventi di promozione della salute



Luoghi di lavoro che promuovono Salute



La Promozione della Salute è “[...] Il processo che consente alle persone ed alle comunità di esercitare un maggiore controllo sulla propria salute e di migliorarla” “[...] Un processo sociale e politico globale, che non comprende solo azioni volte a rafforzare le abilità e le capacità dei singoli individui, ma anche azioni volte a modificare le condizioni sociali, ambientali ed economiche, in modo da attenuare il loro impatto sulla salute del singolo e della collettività”].

In tale processo concorrono tutti i settori della società, infatti la collaborazione intersettoriale (settore pubblico, società civile, settore privato), alla base dei processi di promozione della salute, è definita “Una relazione riconosciuta tra due o più soggetti appartenenti a diversi settori della società, costituita allo scopo di intraprendere azioni finalizzate a raggiungere risultati di salute o risultati intermedi di salute, rispetto a una problematica specifica, secondo modalità più efficaci, efficienti o sostenibili rispetto a quelle che potrebbero essere intraprese dal solo settore sanitario.” (Rif. The Ottawa Charter for Health Promotion. World Health Organization, 1986 , Glossario OMS della Promozione della Salute” ©WHO 1998).

La “Promozione della Salute negli ambienti di lavoro” (Workplace Health Promotion - WHP) è il risultato degli sforzi congiunti dei datori di lavoro, dei lavoratori e della società, per migliorare Salute e Benessere nei luoghi di lavoro.

Link

Approfondimenti

- ▶ ENWHP - European Network Workplace Health Promotion
- ▶ Fondazione Sodalitas
- ▶ Politiche regionali di conciliazione Famiglia- Lavoro
- ▶ Disuguaglianze di salute
- ▶ Pagine web della promozione della salute delle ATS

Per saperne di più

Accordi

- ▶ ProtocolloWHP_Assolombarda_ASLS



Sei in: Regione Toscana | Cittadini | Sicurezza | Sul lavoro

Cittadini | Sicurezza

▪ [Agricoltura e Alimentazione](#)

▪ [Ambiente](#)

▪ [Bandi](#)

▪ [Cultura](#)

▪ [Diritti e cittadinanza](#)

▪ [Educazione e istruzione](#)

▪ [Università e ricerca](#)

▪ [Formazione professionale](#)

▪ [Lavoro](#)

▪ [Mobilità](#)

▪ [Salute](#)

▪ **Sicurezza** 

▪ [Servizio antincendio](#)

▪ **Sul lavoro**

▪ [Urbana](#)

▪ [Sport](#)

Sul lavoro

Workplace Health Promotion

Luoghi di lavoro che promuovono Salute

Meglio conosciuto come WHP, il Workplace Health Promotion è un programma dell'Organizzazione mondiale della Sanità per la **promozione della salute attraverso corretti stili di vita sul lavoro**.

Secondo questo programma, il contesto lavorativo può essere occasione e stimolo per assumere comportamenti corretti per la propria salute, non solo rispetto ai rischi connessi all'attività lavorativa. Per questo il programma incentiva le aziende 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. I luoghi di lavoro che promuovono la salute, ad esempio, 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 programma WHP prevede lo sviluppo di **buone pratiche**, da realizzare nell'ambito di 6 aree tematiche di riferimento:

- la promozione di una **corretta alimentazione**
- il contrasto al **fumo di tabacco**
- la promozione dell'**attività fisica**
- la promozione della **sicurezza stradale** e di una **mobilità sostenibile**
- il contrasto al **consumo dannoso di alcol** e alle altre **dipendenze**
- la promozione del **benessere lavorativo** e della conciliazione vita-lavoro



Regione Emilia-Romagna



LUOGHI DI PREVENZIONE - Centro Regionale di Didattica Multimediale per la Promozione della Salute



Home Luoghi di Prevenzione ▼ Progetti e Programmi ▼ Paesaggi di Prevenzione ▼ Convegni e Seminari Area Formazione ▼ EXPO ▼ Contatti



LILT

LEGA ITALIANA PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI

prevenire è vivere



Guadagna Salute con la LILT

Guadagna Salute con la LILT: metodo, cornice culturale, progetti della Rete di eccellenza nazionale LILT per la Promozione della Salute



Guadagna Salute con la LILT
Approfondimento



Università e Formazione a Distanza
Approfondimento



I giovani protagonisti
Approfondimento



Paesaggi di Prevenzione: la revisione del progetto
Approfondimento

Ricerca nel sito

Ricerca nel sito

Accesso al sito

Utente Password

[Crea nuovo utente](#) [Non ricordo la mia password](#)

In Evidenza

27-30 marzo 2017

Siamo ciò che mangiamo

Corso *RESIDENZIALE* di specializzazione in "cucina della salute e corretti stili di vita"



Corso rivolto a coloro che, per cultura personale o per professione, intendono addentrarsi in modo completo e approfondito nella relazione cibo e salute.

Il centro Luoghi di Prevenzione e i percorsi formativi per le scuole



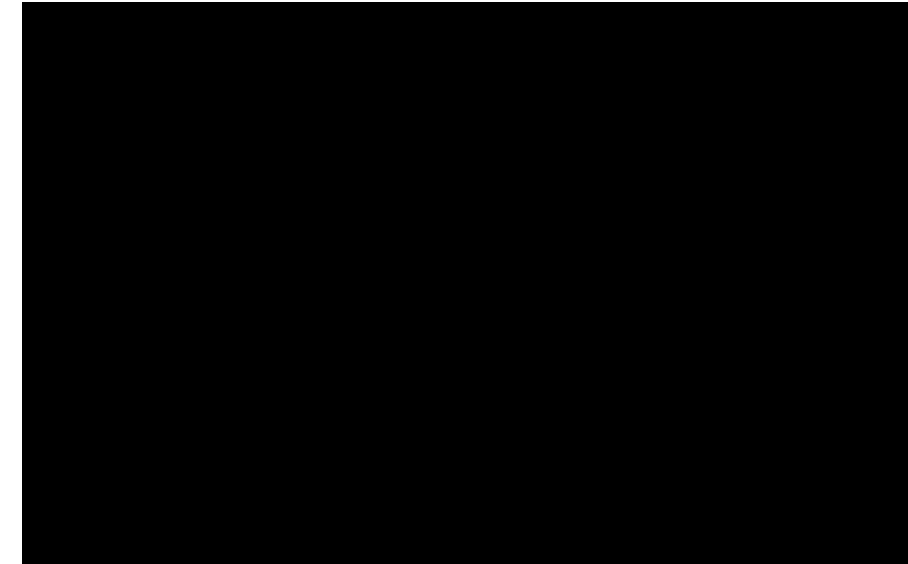
È il centro di riferimento della regione Emilia-Romagna per la Formazione degli operatori socio-sanitari sui temi della Promozione della Salute e la Sperimentazione, il monitoraggio e la valutazione di modalità di intervento innovativo (attività di Ricerca-Azione).



Community Lab

“Il Community Lab è un **metodo di formazione per sperimentare forme di partecipazione attiva dei cittadini**: consiste ***nell'analisi partecipata di contesti locali e di casi concreti, dove la risposta ai bisogni della comunità è stata fornita in modo partecipativo da operatori, cittadini, volontari.*** Il metodo, applicato in più di 20 territori della Regione Emilia-Romagna a partire dal 2012, si fonda sullo **sperimentalismo**, cioè sulla **consapevolezza** che nella fase storica in cui viviamo è necessario innovare le istituzioni a partire da sperimentazioni consapevoli, monitorate, accompagnate. Mettere al centro le sperimentazioni e farne un sistema di apprendimento collettivo.

[Il metodo Community Lab](#) sul sito dell'Agazia Sanitaria e Sociale Regionale



Regione Emilia-Romagna
SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA

Agazia
sanitaria
e sociale
regionale

Conflitti allo specchio
La rete dei Servizi
di fronte alla conflittualità familiare

3° Laboratorio regionale
Bologna, 7 marzo 2017
ore 9.30 - 16.30
Sala 20 maggio (Terza Torre viale della Fiera 8)

Community Lab
metodologia per innovare la Pubblica amministrazione
e agire processi collettivi

Il nuovo Piano Nazionale della Prevenzione 2014-2018,, delinea un sistema di azioni di promozione della salute e di prevenzione....

Programma n.1 - Setting Ambienti di lavoro

1.2 Promozione della salute nei luoghi di lavoro;
1.7 Prevenzione del rischio stress lavoro correlato e promozione del miglioramento del benessere organizzativo e della Responsabilità sociale d'impresa;

1.8 Tutela della salute degli operatori sanitari.

Programma n.2 - Setting Comunità – Programmi di popolazione

2.6 Progetti di empowerment di comunità;
2.14 Promozione dell'adesione consapevole ai programmi vaccinali nella popolazione generale e in specifici gruppi a rischio e monitoraggio dell'attività;

2.15 Interventi per promuovere il consumo di alimenti salutari;

2.21 Formazione e informazione per promuovere l'empowerment dei cittadini e degli operatori sanitari.

Programma n.3 - Setting Comunità - Programmi età specifici

Programma n.5 – Setting Scuola

Programma n.6 – Setting Ambito sanitario

COSTRUIRE SALUTE

IL PIANO DELLA PREVENZIONE 2015-2018
DELLA REGIONE EMILIA-ROMAGNA



www.dors.it

Dors nasce nel 1998 per volontà della Regione Piemonte - Assessorato alla tutela della salute e sanità.

Ci rivolgiamo alle Aziende ASL e ASO, agli operatori della scuola, della ricerca, dell'associazionismo e a coloro i quali, a vario titolo, operano nel campo della Prevenzione e della Promozione della Salute.

Le competenze professionali degli operatori del Centro non attengono solo alla cultura biomedica e psicologica, ma alla conoscenza di modelli di ricerca documentale, di modelli formativi, **di progettazione e di valutazione di azioni di prevenzione e promozione della salute**, fino ad arrivare al marketing sociale e alla disseminazione attraverso le tecnologie dell'informazione e i nuovi media.

dors
Centro Regionale di Documentazione
per la Promozione della Salute

REGIONE PIEMONTE
A.S.L. T03
Azienda Sanitaria Locale
di Cuneo e Pinerolo

CHI SIAMO | TEMI | RISORSE | PUBBLICAZIONI | ATTIVITA' FORMATIVE | PRO.SA. | 🔒

Ultime news e l'analisi transazionale - Workshop > Storie senza dimora > Cerca nel sito... 🔍

In evidenza questo mese

Banca dati PRO.SA.: Quante novità!

13 Febbraio 2017 | Siti consigliati | CCM, P.R.P. 2014-2018; PROGETTI DI PROMOZIONE DELLA SALUTE;

PRO.SA.
banca dati nazionale di progetti
e interventi di prevenzione e
promozione della Salute

Social

ISCRIVITI ALLA NEWSLETTER DORS
Riceverai via email, una volta al mese,
documenti e news che Dors pubblica sul sito

RICHIEDI DOCUMENTAZIONE
Dors effettua ricerche documentali,
bibliografiche e fattuali su richiesta

Appuntamenti

Lun	Mar	Mer	Gio	Ven	Sab	Dom
27	28	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2

🔥 Marzo 2017 🔥

Ruolo delle Prove di Efficacia nella Prevenzione con particolare attenzione alla Promozione associata alla Protezione della salute nei luoghi di lavoro.

- L'esigenza di lavorare in maniera *evidence-based* è stata una sfida costante per la promozione della salute.
- Esiste attualmente un corpus consistente di conoscenze sugli interventi efficaci di promozione della salute che risponde a criteri riconosciuti a livello internazionale, ma che non viene ancora utilizzato, almeno nel nostro paese, in modo sistematico.

Efficacia e analisi di costo-efficacia

- Le prove di efficacia e le analisi di costo-efficacia delle azioni di promozione della salute si sono in alcuni casi tradotte in **linee guida e raccomandazioni** per l'elaborazione delle politiche e per la pratica (es. linee-guida sul fumo).
- I **decisori politici** e gli **operatori di promozione** della salute devono sapere come accedere alle informazioni e alle prove disponibili, e come utilizzarle
- Questo **estenderà la base delle conoscenze in promozione della salute** pur rispettando le diverse prospettive di ricerca e le diverse tradizioni culturali, garantendo il rigore dei metodi di ricerca ed il controllo di qualità degli interventi.
- E' quindi necessario ampliare i meccanismi nazionali e transnazionali di **raccolta, sintesi e trasferimento delle conoscenze sull'efficacia della promozione della salute, in modo da migliorare la pratica corrente**. . E' comunque necessario sviluppare ulteriormente, e rendere utilizzabili, **indicatori** che rendano visibili i processi di promozione della salute e che riescano a monitorare i progressi fatti nella promozione della salute, oltre a **documentare la riduzione della mortalità e della morbosità**.

E a confronto sulle opinioni...

- Le competenze e le capacità necessarie per lavorare nel campo della promozione della salute sono ben sviluppate solo in alcuni paesi; insufficienti o inesistenti nella maggior parte degli altri .
- Ovunque nel mondo è emersa la necessità di **investire maggiormente nella formazione e nell'aggiornamento degli specialisti, degli operatori e di quanti si occupano di promozione della salute.**



Una breve panoramica sull'efficacia degli interventi per la promozione della salute nei luoghi di lavoro



Knowledge Exchange Network Information“ (KEN) organizzazione canadese della Canadian Cancer Society,

Elabora le informazioni per gli interventi di prevenzione dei tumori.

Ha prodotto almeno tre „Information Package“ che possono essere utili,

- uno dedicato all'attività fisica nei luoghi di lavoro,
- uno agli interventi per una corretta alimentazione nei luoghi di lavoro
- uno per gli interventi di cessazione dell'abitudine al fumo di sigaretta tra i lavoratori.



EPHP Project“ (Effective Public Health Practice Project). gruppo di Hamilton, Ontario, Canada,

ha svolto un'ampia revisione sistematica dedicata all'efficacia degli interventi per la diminuzione del consumo di **alcol nei luoghi di lavoro**

In generale gli studi svolti negli ambienti di lavoro mostrano buoni risultati (Sorensen, Barbeau, 2004)

Interventi efficaci per una corretta alimentazione nei luoghi di lavoro

Revisioni sistematiche considerate:

Health Evidence: (www.health-evidence.ca)

- Bowen, D.J., Beresford, S.A. (2002). Dietary interventions to prevent disease. *Annual Review of Public Health*, 23, 255-286. [1]

Centre for Reviews and Dissemination (Database of Abstracts of Reviews of Effects [DARE]):
(<http://www.york.ac.uk/inst/crd/darehp.htm>)

- Seymour, J.D., Lazarus Yaroch, A., Serdula, M., Michels Blanck, H., Kettel Khan, L. (2004). Impact of nutrition environmental interventions on point-of-purchase behaviour in adults: A review. *Preventive Medicine*, 39, S108-S136. [19]

National Institute for Health and Clinical Excellence (NICE): (<http://www.nice.org.uk>)

- Peersman, G., Harden, A., Oliver, S. (1998). Effectiveness of health promotion interventions in the workplace: a review. London: Health Education Authority. [14]
- Roe, L., Hunt, P., Bradshaw, H., Rayner, M. (1997). Health promotion interventions to promote healthy eating in the general population: a review. London: Health Education Authority. [18]

Livello delle Prove

Vi è forte (*strong*) evidenza che gli interventi svolti nei luoghi di lavoro siano **efficaci** nell'incrementare il **consumo di frutta, verdura e alimenti ricchi di fibre e nel diminuire l'entità dell'apporto di grassi** tra gli adulti. Le prove raccolte nelle tre revisioni sistematiche evidenziano le **seguenti strategie** come efficaci nell'ottenere il successo degli interventi:

- **Focalizzare l'intervento sulla dieta o su dieta ed esercizi fisici.**
- **Basare l'intervento su di una base teorica chiaramente definita o Usando modelli efficaci di comunicazione e modifica comportamentale**
- **Indirizzare l'intervento verso i singoli individui o piccoli gruppi**
 - **Tenendo nel debito conto le necessità, le motivazioni e le conoscenze degli individui o del gruppo**
 - **Evidenziando che le modifiche all'ambiente di lavoro siano utili**
- **Avere piú incontri lungo un periodo di tempo sufficientemente lungo**
- **Disporre di una robusta organizzazione nel luogo di lavoro e di risorse**

Livello delle Prove

- **Gli interventi efficaci nei luoghi di lavoro nel campo nutrizionale sono composti di “pacchetti” di programmi che contengono uno o piú dei seguenti elementi:**
 - **Educazione (per es. Incontri volti a creare le conoscenze e a mostrare „come si fa“)**
 - **Modifiche nell’offerta di articoli di caffetteria e nella composizione dei pasti**
 - **Coinvolgimento delle famiglie**
 - **Campagne sui media**
 - **Counselling individuale**
- **Gli interventi efficaci hanno comportato un incremento nel consumo di frutta, verdura e alimenti ricchi di fibre e/ o una diminuzione nell’assunzione di cibi ricchi di grassi.**

Interventi efficaci per la cessazione dell'abitudine al fumo di sigaretta nei luoghi di lavoro.

Revisioni sistematiche considerate:

Cochrane Reviews: 85 studi originali rivisti (<http://www.cochrane.org>)

- Moher, M., Hey, K., Lancaster, T. (2005). Workplace interventions for smoking cessation (Cochrane Review). *The Cochrane Library, Issue 3.*

Centre for Reviews and Dissemination (Database of Abstracts of Reviews of Effects [DARE]): 19 studi originali rivisti. (<http://www.york.ac.uk/inst/crd/darehp.htm>)

- Smedslund, G., Fisher, K.J., Boles, S.M., Lichtenstein, E. (2004). The effectiveness of workplace smoking cessation programmes: A meta-analysis of recent studies. *Tobacco Control, 13*, 197-204. [20]

❖ **Accompagnano questo report le brevi descrizioni degli interventi che all'interno delle revisioni sistematiche, hanno mostrato efficacia nella modifica dei comportamenti:**

- **Presenza di incentivi** vs. assenza di incentivi nel luogo di lavoro per favorire la cessazione dal fumo
- **Programmi dedicati** alla cessazione dall'abitudine di fumo (QSP)

Livello delle Prove

Vi è forte (strong) evidenza che gli interventi nei luoghi di lavoro siano efficaci nel far cessare l'uso del tabacco negli adulti. Gli interventi efficaci per gli adulti hanno pacchetti di programmi che includono uno o piú dei seguenti elementi:

- Distribuzione di materiali di self-help
 - Counselling di gruppo
 - Uso di „Pari“ come facilitatori
 - Counselling individuale
 - Training di apprendimento
 - Counselling telefonico
 - “Buddy” system (Supporto sociale)
 - Apprendimento del metodo „Buddy“
 - Sessioni di rinforzo
- Gli interventi efficaci ebbero come risultato la riduzione nell'uso di tabacco tra gli adulti.



Interventi efficaci in ambienti di lavoro per l'incremento dell'attività fisica.

Revisioni sistematiche considerate:

Cochrane Review: 17 studi originali rivisti

- Hillsdon, M., Foster, C., Thorogood, M. (2005). Interventions for promoting physical activity (Cochrane Review). *The Cochrane Database of Systematic Reviews*, Issue 1.

Centre FOR Reviews and Dissemination (Database of Abstracts of Reviews of Effects [DARE]):

26 studi originali rivisti

- Ogilvie, D., Foster, C.E., Rothnie, H., Cavill, N., Hamilton, V., et al. (2007). Interventions to promote walking: Systematic review. *British Medical Journal*, 334, 1204-.
- Proper, K.I., Koning, M., van der Beek, A.J., Hildebrandt, V.H., van Mechelen, W. (2003). The effectiveness of worksite physical activity programs on physical activity, physical fitness, and health. *Clinical Journal of Sport Medicine*, 13(2), 106-117.

Peer Reviewed Journal (*American Journal of Preventive Medicine*): 28 studi originali rivisti

- Marcus, B.H., Owen, N., Forsyth, L.H., Cavill, N.A., Fridinger, F. (1998). Physical activity interventions using mass media, print media, and information technology. *American Journal of Preventive Medicine*, 15(4), 362-378.

Accompagna questo report una breve descrizione di **tre interventi** che emergono dalle revisioni sistematiche come efficaci nel modificare i comportamenti.

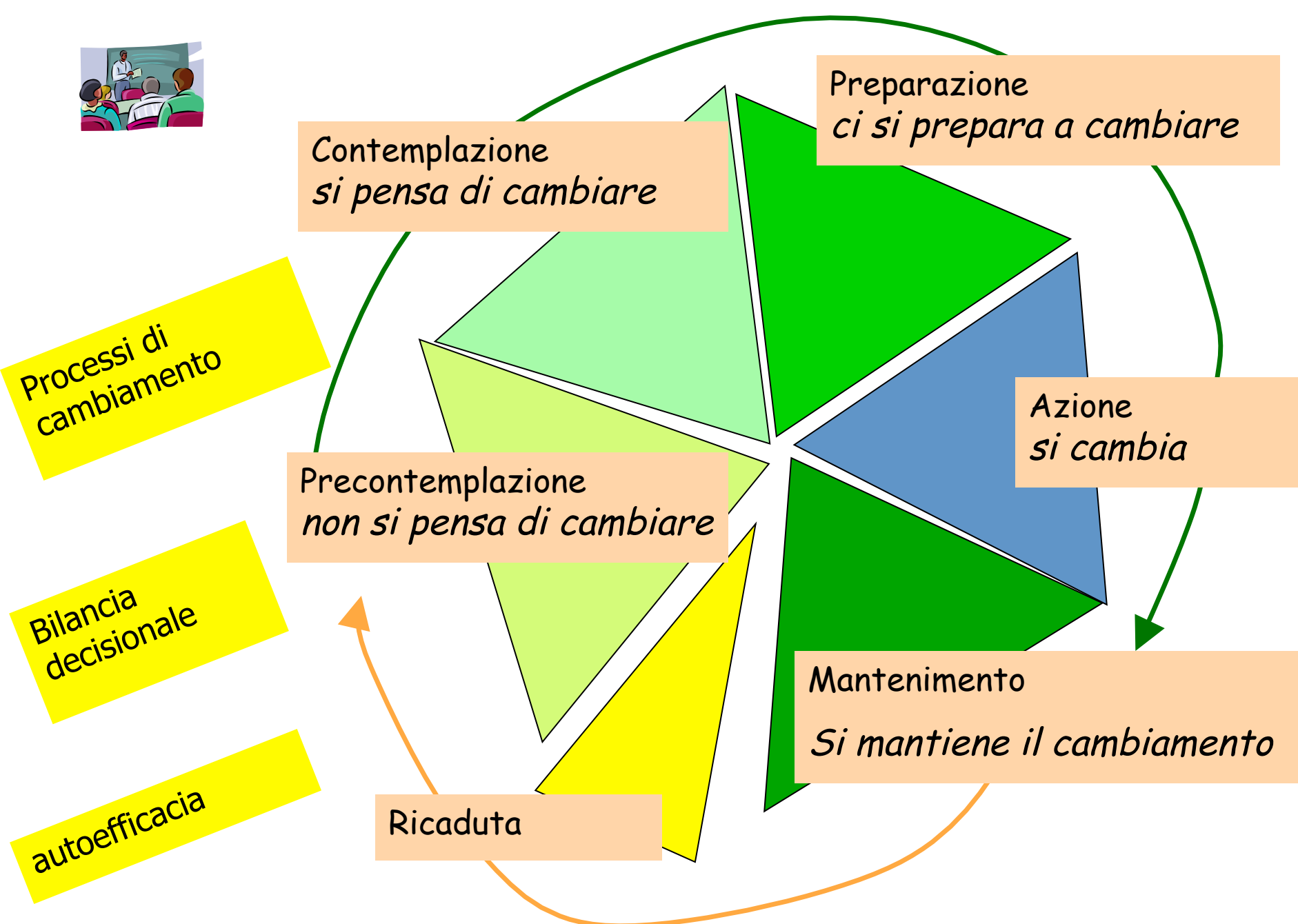
- Live for Life
- Working Healthy Project
- Walk in to Work Out

Livello delle Prove

Le prove derivanti dalle tre revisioni sistematiche evidenziano le seguenti strategie come efficaci nell'ottenere il successo degli interventi:

- Fornire ai lavoratori una guida professionale per iniziare un programma di esercizi fisici e un supporto continuo
- Usare materiale a stampa volto a spiegare le attività relative agli stili di vita piuttosto che offrire esercizi strutturati
- Includere materiale a stampa che si basa sulla teoria del cambiamento
- Gli interventi **efficaci per l'incremento dell'attività fisica** nei luoghi di lavoro hanno pacchetti di programmi che includono uno o più dei seguenti elementi:

- **Apprendimento**
 - Materiali volti a informare/educare/motivare
 - Incontri per l'apprendimento e l'addestramento
- Modifiche nell'offerta di caffetteria e nella composizione dei pasti
- Classi di esercizio fisico presso i luoghi di lavoro
- Screening per l'accertamento dello stato di salute
- Campagne sui media
- Cessazione dal fumo
- Gli interventi efficaci hanno provocato un incremento nell'attività fisica da „moderato“ a „intenso“ tra i lavoratori coinvolti.



Contemplazione
si pensa di cambiare

Preparazione
ci si prepara a cambiare

Azione
si cambia

Precontemplazione
non si pensa di cambiare

Mantenimento
Si mantiene il cambiamento

Ricaduta

Processi di
cambiamento

Bilancia
decisionale

autoefficacia

Modello degli stadi del cambiamento (Di Clemente Prochaska)

Interventi efficaci nei luoghi di lavoro per moderare il consumo di alcol

Revisione e' stata condotta nell'ambito del progetto "Effective Public Health Practice Project" ad Hamilton, Ontario, Canada (fa parte di un ampio gruppo di revisioni sistematiche dedicate ai più diversi argomenti della Sanità Pubblica)

Gli autori hanno selezionato 16 studi primari, dei quali 15 avevano tra gli obiettivi, quello di limitare l'uso di bevande alcoliche da parte dei lavoratori. La qualità di questi studi è stata classificata come modesta (8 studi) o scarsa (i rimanenti 8), condizionando in tale maniera l'esito finale del giudizio sulle evidenze di efficacia.

Livello delle Prove

- Le misure dei **risultati** per il consumo di alcol tendono ad essere **modeste in termini di modifiche dei comportamenti**. Modifiche significative sembrano avvenire nell'area delle motivazioni al cambiamento o nell'attitudine ad adottare comportamenti.
- **Cambiamenti modesti nei comportamenti registrati immediatamente** dopo la conclusione degli interventi **non hanno poi mostrato di persistere** nei periodi di follow-up seguiti.

Fonti essenziali d'informazioni sull'efficacia degli interventi di promozione della salute

Sono oggi disponibili siti web nei quali è possibile ottenere informazioni necessarie per operatori di sanità pubblica che vogliono valutare quanto il loro programma d'intervento sia supportato da evidenze scientifiche.

La visita di queste banche dati è fortemente suggerita a chi intenda cimentarsi in interventi innovativi, prima di decidere sulle strategie da adottare

SITOGRAFIA ESSENZIALE

<http://www.nice.org.uk/Guidance/PHIG> sono pagine dedicate alle LG (Linee/Guida) di Salute Pubblica. Nel sito del **NICE (National Institute for Health and Clinical Excellence)** si trovano almeno due LG utili: sulla cessazione dell'abitudine al fumo di sigaretta nei Luoghi di Lavoro e sull'incremento dell'attività fisica tra i lavoratori. IL NICE rappresenta il repository ufficiale di tutte le LG adottate nel NHS britannico.

<http://www.york.ac.uk/inst/crd/> è il sito del *Centre for Review and Dissemination* dell'Università di York, UK. In questo sito si trova il **DARE, Database of Abstracts of Reviews of Effects** ed anche il **NHS-EED, National Health Service-Economic Evaluation Database**. Nel DARE si possono trovare, oltre che i riassunti strutturati dei rispettivi articoli, tutte revisioni sistematiche, anche le valutazioni sulla qualità degli articoli scientifici segnalati, secondo una griglia di parametri ben definita. Nel NHS-EED si trovano invece gli articoli dedicati alla valutazione economica dei programmi considerati.

<http://health-evidence.ca/home> è il sito del **Canadian Institute for Health Research** dedicato ai decisori delle politiche nel campo della sanità pubblica. Vengono inserite in un database interrogabile gli articoli di letteratura secondaria (revisioni sistematiche) nella forma disponibile per l'utente pubblico (Abstract, full-text), accompagnati da una scheda di valutazione qualitativa molto dettagliata.

<http://www.cochrane.org/reviews/> è il sito della **Cochrane Collaboration** nel quale, negli ultimi anni, si possono trovare un numero crescente di revisioni sistematiche di ottima qualità dedicate ad argomenti di Sanità Pubblica. **In effetti, a partire dall'inizio degli anni duemila, sono stati avviati due gruppi nel campo della Sanità Pubblica e della Promozione della Salute** <http://www.ph.cochrane.org/en/index.html> e, rispettivamente, nel campo della medicina del lavoro <http://www.ttl.fi/Internet/partner/Cochrane/> che si occupano di realizzare revisioni sistematiche degli studi primari volti a valutare l'efficacia degli interventi in questi specifici campi, ma anche a coordinare l'ampio numero di revisioni condotte da altri gruppi Cochrane che possono trovare interesse nella sanità pubblica.

<http://www.thecommunityguide.org/>: si tratta dell'indirizzo dell'iniziativa statunitense più nota nel campo della valutazione di efficacia degli interventi di sanità pubblica. Vi si possono trovare molte valutazioni realizzate nel campo della promozione della salute anche nei luoghi di lavoro. Il metodo di lavoro della **Community Guide** è stato alla base dello sviluppo anche nel nostro paese delle iniziative per una Prevenzione Basata su Prove di Efficacia (EBP dall'acronimo inglese di Evidence Based Prevention).

<http://www.who.int/dietphysicalactivity/en/>: sito dell'**OMS dedicato alla dieta e all'attività fisica**. In un settore del sito non facilmente raggiungibile, ma collocato all'indirizzo <http://www.who.int/dietphysicalactivity/workplace/en/index.html> si possono reperire importanti documenti relativi alle strategie efficaci per gli interventi di promozione dell'attività fisica e di una dieta corretta da adottare nei luoghi di lavoro, così come scaturiti da un meeting svoltosi nel settembre del 2007 a Dalian, in Cina.

Trial randomizzati sull'efficacia degli interventi di promozione e protezione della salute nei luoghi di lavoro



Thank you