

TITOLO	Salute in comune
ASL/ASO	ASL TO 4 – comune di Settimo Torinese

Abstract

Descrizione sintetica del progetto

A seguito del progetto di disassuefazione dal fumo di tabacco, condotto presso la ditta Luxottica con sede a Lauriano Po l'amministrazione comunale di Settimo Torinese ha richiesto un intervento rivolto ai propri dipendenti e delle aziende di servizi collegate al comune. Il presente lavoro si è prefisso di avviare un percorso, partecipato e condiviso da tutti gli stakeholder del setting d'intervento Comune di Settimo Torinese, ASM azienda servizi municipalizzati, SETA azienda raccolta rifiuti, che consenta di diffondere le sane abitudini nei lavoratori in particolare per quanto riguarda:

- fumo di sigaretta
- l'attività fisica nei dipendenti della pubblica amministrazione
- Alimentazione
- Benessere organizzativo

I dipendenti comunali possono funzionare da amplificatori dell'azione preventiva, potendo influire sia in ambito familiare che professionale.

Scorrette abitudini alimentari e/o sedentarietà possono incidere su vari aspetti sanitari: patologie cardio-cerebro-vascolari; diabete; alcuni tumori; osteoporosi; obesità; patologie osteo-artro-muscolari; disturbi psicologici; patologie psichiatriche; comportamenti a rischio (fumo), efficienza fisica; senza dimenticare i benefici sociali promossi da una regolare e corretta attività fisica.

Il progetto si è caratterizzato pertanto come un intervento "multicomponenti", con attività di comunicazione e azioni utili ad esempio per aumentare il consumo di frutta e verdura, ridurre il consumo di bevande e alimenti troppo calorici, facilitare lo svolgimento dell'attività fisica, per ridurre l'abitudine al fumo.

Gli obiettivi sono stati modulati passo a passo con gli stakeholder al fine di garantire, sin dalla fase di progettazione, partecipazione e condivisione.

Il progetto è stato avviato nel settembre 2007, ed inizialmente era prevista una durata biennale, ha costituito un'opportunità di applicazione delle metodologie condivise nel laboratorio prevenzione obesità Regione Piemonte. Inizialmente l'iniziativa comprendeva la parte sul fumo, alimentazione e attività fisica nei tre enti. Per quanto riguarda il comune di Settimo Torinese, a marzo del 2008, si è contestualmente avviato, su proposta dell'amministrazione comunale e delle organizzazioni sindacali (RLS), un intervento mirato al benessere organizzativo.

Per quanto attiene le azioni di incremento dell'attività fisica si è deciso di proseguire con l'introduzione della pratica del fitwalking durante il 2010, visto l'interesse mostrato dai destinatari e il non completo raggiungimento degli obiettivi prefissati per questo ambito.

Il piano di valutazione è basato sulla partecipazione alla attività proposte e al livello di efficacia di alcuni interventi.

Progetto

MOTIVAZIONE, FINALITÀ DEL PROGETTO

CONTESTO DI PARTENZA

La Direttiva 24 marzo 2004 del Dipartimento della Funzione Pubblica "Misure finalizzate al miglioramento del benessere organizzativo nelle pubbliche amministrazioni" individua nel cambiamento della cultura organizzativa l'obiettivo di nuove politiche di gestione delle risorse umane per una nuova Pubblica Amministrazione e sostiene le amministrazioni che vogliono impegnarsi in iniziative volte alla tutela del benessere fisico e psicologico delle persone al lavoro "attraverso la costruzione di ambienti e relazioni di lavoro che contribuiscano al miglioramento della qualità della vita dei lavoratori".

La promozione della salute in ambiente di lavoro è fortemente raccomandata rispetto a diverse problematiche della sfera individuale e collettiva, quali fumo, attività motoria, corretta alimentazione, benessere organizzativo, stress correlato al lavoro, e lo stesso programma ministeriale "Guadagnare Salute – rendere facili le scelte salutari" invita a promuovere politiche per contrastare i comportamenti nocivi e attivare interventi efficaci che possano agire globalmente sui fattori di rischio e sulle condizioni socio-ambientali

Alimentazione

Rapporto "Stato di Salute della popolazione in Piemonte" (dicembre 2005): prevalenza di sovrappeso ed obesità, rispettivamente del 39% e 8% negli uomini e del 23% e 7% nelle donne. Sono dati riferiti al 2004, nettamente più elevati di quelli rilevati nel 1994, pur mantenendosi su valori inferiori rispetto a quelli italiani. Ultima indagine Multiscopo ISTAT '97 e '98 (riportato da "Salute in Piemonte 2000"): solo il 41% degli uomini ed il 46% delle donne piemontesi dichiara abitudini alimentari corrette, mentre il 40% della popolazione ha almeno un comportamento scorretto ed oltre il 15% ha almeno due comportamenti alimentari scorretti (risposte relative alla frequenza settimanale dichiarata di consumo di salumi, carne bianca e rossa, latticini, pesce, frutta e verdura).

Studio EPIC PIEMONTE: in una coorte di 10.000 soggetti adulti intervistati dal 1993 al 1998, ha evidenziato consumi alimentari più scorretti nei soggetti nati al centro-nord dell'Italia rispetto a quelli nati nel sud dell'Italia.

A livello mondiale, l'OMS stima che circa il 58% del diabete mellito, il 21% della malattia coronarica e quote tra l'8 ed il 42% di certi tipi di cancro sono attribuibili ad un indice di massa corporea superiore a 31. In EURO-A al sovrappeso vengono attribuiti negli uomini il 9,6% della mortalità ed il 6,9% dei DALY, nelle donne l'11,5% della mortalità e l'8,1% del DALY. In particolare, un basso consumo di frutta e verdura è la causa del 19% del tumore gastro-intestinale, del 31% della **malattia ischemica** e dell'11% **dell'infarto**.

Globalmente il 4,9% delle morti (2,7 milioni) e l'1,8% del DALY (26,7 milioni) vengono attribuiti ad un basso consumo di frutta e verdura, ed in EURO-A il basso consumo è associato al 7,6% dei decessi ed al 4,3% del DALY negli uomini, nonché al 7,4% dei decessi ed al 3,4% del DALY nelle donne.

Fumo¹

Il fumo attivo resta la principale causa prevenibile di morbilità e di morte si stimano in Italia circa 90.000 morti da fumo di sigaretta².

I principali ambienti di esposizione al fumo di sigaretta (fumo passivo) sono la casa e il luogo di lavoro. Il fumo involontario o passivo è definito come sostanza cancerogena di Gruppo I [ARC 2004], i danni provocati dalla sua esposizione in termini di aumentato rischio di malattie respiratorie [Moher, 2003; Strachan, 1997], infarto del miocardio [He, 1999] e tumore polmonare [Hackshaw, 1997] sono noti ormai da tempo.

In Italia si stimano ogni anno 500 decessi per tumore al polmone e oltre 2000 morti per malattie ischemiche del cuore per quanto causate dal fumo passivo [Ministero della salute, 2004].

Sedentarietà

L'OMS stima che l'inattività fisica causi 1,9 milioni di decessi e 19 milioni di DALY nel mondo. Essa causa in particolare il 10-16% dei casi di tumore del seno, del colon-retto e del diabete mellito di tipo II, e circa il 22% della malattia ischemica. In EURO-A, all'inattività fisica si può attribuire negli uomini il 6% dei decessi ed il 3,3% dei DALY, nelle donne il 6,7% dei decessi ed il 3,2% dei DALY. La sedentarietà raddoppia il rischio di malattie cardiache, di diabete mellito di tipo II, di obesità e mortalità per cause cardiovascolari e ictus, facendo aumentare del 30% il rischio di ipertensione e di cancro.

Secondo l'OMS, le patologie legate allo stile di vita sedentario rientrano tra le prime dieci cause di morte e di inabilità nel mondo.

RILEVAZIONE E ANALISI DEI COMPORAMENTI E DELLE CONDIZIONI AMBIENTALI (analisi dei bisogni e diagnosi educativa ed organizzativa)

Analisi dei bisogni

Dal gennaio del 2005 il Comune di Settimo e nelle sue municipalizzate si applicano, come stabilisce la Legge 3/2003, le indicazioni sul divieto di fumo nei luoghi di lavoro. Il divieto viene rispettato per un certo periodo, ma poi, complice anche il mancato controllo, in alcuni uffici si riprende a fumare.

Dalla richiesta dell'Ente Pubblico, portata avanti prima dai sindacati confederali e poi anche dal Sindaco, al Servizio di Prevenzione e Sicurezza Ambiente di Lavoro (SPreSAL) dell'ASL 7, di un intervento per la prevenzione dei danni causati dal fumo passivo per i dipendenti comunali (tale intervento s'inserisce nell'ambito di progetti che hanno come obiettivo la sperimentazione delle "Raccomandazioni per Luoghi di Lavoro Liberi dal Fumo" in differenti ambienti lavorativi) si è pensato di proporre la realizzazione di un

¹ Raccomandazioni per ambienti di lavoro liberi dal fumo – Piano Regionale Piemonte Anti Tabacco – Maggio 2006

² Centro Nazionale di Epidemiologia, Sorveglianza e Promozione della Salute

progetto di Promozione della Salute a più ampio spettro che andasse a stimolare l'assunzione di corretti stili di vita in generale.

Diagnosi educativa ed organizzativa

Stili di vita scorretti (cattiva alimentazione, scarsa attività fisica e abitudine al fumo) possono portare all'insorgenza, o al peggioramento, di alcune patologie quali quelle cardiovascolari o quelle oncologiche. Esistono studi che evidenziano un aumento del rischio cardiocircolatorio anche in situazioni di stress elevato. Stili di vita scorretti dipendono da scarsa conoscenza e scarsa percezione del rischio, ma anche da difficoltà di fruire, durante l'orario di lavoro, di risorse quali locali ove praticare attività fisica o mense o ristoranti dove poter consumare pasti bilanciati; inoltre colleghi che non perseguono stili di vita salutari, datori di lavoro che non assumono tra i propri valori e tra le proprie finalità la salute dei lavoratori, tolleranza rispetto al fumo in ambienti di lavoro, rinforzano abitudini sbagliate. Le informazioni sulla situazione lavorativa e gli stili di vita è stata rilevata attraverso le indicazioni fornite dei Rappresentanti dei lavoratori per la sicurezza. Nel Comune di Settimo tali figure sono state determinati nel fornire informazioni e nell'adattare sistemi di rilevazione (questionari). Per le altre due organizzazioni ASM e SETA non vi sono si sono verificate le stese condizioni e i contatti con le figure omologhe oltre a non produrre collaborazione hanno determinato l'arresto del progetto. Nell'amministrazione comunale le RLS sono state vere e proprie testimoni privilegiati che, sia nell'attività di contrasto al fumo di sigaretta, che nelle altre attività recentemente avviate per favorire attività fisica e sana alimentazione. In particolare hanno rivestito un ruolo importante per la diffusione dei comunicati e "l'animazione" del progetto". Per quanto riguarda la rilevazione dei bisogni di salute è stato somministrato a tutti i destinatari il questionario allegato sulle abitudini rispetto al fumo di sigaretta (PRAT questionario di valutazione pre intervento) integrato con alcune domande su alimentazione e attività fisica(cfr allegato).

Setting: Comune di Settimo Torinese

Target:200 dipendenti

Diagnosi educativa ed organizzativa

Analisi Comportamentale attività fisica Sport

Comportamenti	Azioni
P Cultura sana	aumentare conoscenze / corsi / formazione / educazione campagne informative
A Difficoltà a praticare attività sportive	Iniziative CRAL ; palestra attività sportive in loco

Analisi Comportamentale alimentazione

Comportamenti	Azioni
A poca disponibilità di assunzione pasti equilibrati	Aumentare disponibilità in punti di ristorazione convenzionati con migliori proposte alimentari,
P Cultura sana	aumentare conoscenze / corsi / formazione / educazione campagne informative

ELEMENTI INTEGRATIVI A SOSTEGNO DEL PROGETTO

PROVE DI EFFICACIA E ESEMPI DI BUONA PRATICA DISPONIBILI

La promozione della salute sul luogo di lavoro deriva dalle sinergie attivate fra i datori di lavoro, i lavoratori e la comunità, mirate a migliorare la salute ed il benessere.

Essa può essere realizzata attraverso una combinazione di interventi che prevedano sia il sostegno allo sviluppo personale che il miglioramento dell'organizzazione e dell'ambiente di lavoro e la promozione della partecipazione attiva.

Le prove di efficacia dimostrano che gli interventi di Workplace Health Promotion possono migliorare lo stato di salute del lavoratore, aumentarne la qualità della vita, creargli condizioni di maggiore gratificazione e diminuire infortuni e malattie.

Gli interventi possono inoltre avere ricadute positive sull'organizzazione aziendale, facendo diminuire i costi relativi ad assenteismo, infortuni e malattie. Possono inoltre migliorare l'immagine aziendale, far registrare un minore turnover ed una maggiore produttività.

Per quanto riguarda le iniziative di promozione dell'attività fisica e di una corretta alimentazione **nella Regione Piemonte**, in particolare si cita:

- ◆ *il documento "Alimentazione e attività motoria – Prove di efficacia e buone pratiche"* prodotto dal Gruppo di lavoro regionale n. 6 e messo a disposizione nell'ambito del Laboratorio DoRS "Promozione della Salute nei luoghi di lavoro". Tramite esso sono state avvalorate determinate iniziative previste in questo progetto: interventi combinati, percorsi educativi, counselling individuali, seminari o incontri di informazione-formazione, convenzioni con centri sportivi.

In altre Regioni Italiane esperienze interessanti sono le seguenti:

- ◆ Il programma di educazione motoria per la *popolazione anziana a Rovereto* - vedi <http://www.trentinosalute.net>
- ◆ il protocollo d'intesa "*Progetto Nutrivending – distribuzione automatica e promozione della salute*", approvato con delibera 241/07 dalla Regione Veneto; il progetto ha l'obiettivo di sostenere corretti stili di vita, comportamenti alimentari consapevoli ed equilibrati e valorizzare la qualità e la freschezza dei prodotti del territorio (filiera corta):
http://prevenzione.ulss20.verona.it/com/file/upload/72-Dgr_241_6Feb_2007.pdf;
http://prevenzione.ulss20.verona.it/att_motoria.html;
<http://prevenzione.ulss20.verona.it/cammino.html>)
- ◆ *il progetto Albiate in forma – progetto per la promozione della salute*":
http://www.epicentro.iss.it/regioni/lombardia/Albiate_InForma.pdf

Esempi di buona pratica internazionali:

- ◆ In <http://www.ispesl.it/whp/Modelli/ModelliBuonaPratica.pdf> vengono elencati numerosi esempi di buone pratiche di WHP nei paesi europei. Si evidenzia in particolare la costituzione in molte aziende medio-piccole di un apposito ufficio "salute sul posto di lavoro", in genere collegato con il settore risorse umane, che dispone di un budget separato. In tutte le aziende viene rilevato a seguito dell'attivazione delle iniziative il miglioramento del clima aziendale, un minor turnover e assenteismo e un aumento della produttività;

Interessanti anche:

- ◆ "Svizzera in movimento", per le indicazioni fornite dal progetto:
<http://www.lasuissebouge.ch/index.cfm?id=1>
- ◆ e "*Canada on the move*", per le esperienze (non del tutto incoraggianti per le difficoltà evidenziate) inerenti l'uso di questionari e del contapassi :
http://www.dors.it/cmfocus/alleg/canada_sintesi_defdue.pdf

Studi attualmente disponibili indicano che è possibile raggiungere l'obiettivo della riduzione del peso corporeo nel breve periodo con progetti multicomponenti se si attivano convenzioni con strutture sportive limitrofe alle aziende offrendo ai dipendenti la possibilità di ingresso/ abbonamento ridotto e la possibilità di

partecipare a percorsi educativi e di counseling individuale che prevedano un check up di salute iniziale.³ Infine la realizzazione del progetto interaziendale, finanziato dal Bando Regionale 2004-2005 - Progetti di Promozione della Salute Regione Piemonte Promuovere chi previene:, di cui la nostra ASL era capofila è stato determinante per la preparazione degli operatori ASL coinvolti in questa esperienza (SIAN, SPreSAL medicina dello sport, RepES. Il progetto aveva lo scopo di incrementare il benessere degli operatori dei dipartimenti di prevenzione, mettendo in atto iniziative ad adesione volontaria, su vari ambiti tra cui quello della sana alimentazione e incremento attività motoria

MODELLI TEORICI DI CAMBIAMENTO DEI COMPORAMENTI E STILE DI CONDUZIONE DEL PROGETTO

- Modello di Green e Kreuter (1999) definito "Precede/Procede", che sottende i seguenti due principi teorici:
- la salute e i relativi fattori di rischio dipendono da molteplici variabili;
- poiché vi sono molteplici cause ed effetti comportamentali, ambientali e sociali, vi deve essere un'analisi multidimensionale e multisettoriale.
- Carta di Ottawa per la Promozione della Salute (1986) propone le attività strategiche essenziali
- Modello teorico degli stadi di cambiamento dei comportamenti (DiClemente e Prochaska 1982), che descrive 6 stadi in base alla consapevolezza della persona rispetto al rischio comportamentale, suggerendo per ogni fase l'approccio più efficace per l'operatore.
- Bandura descrive come Self-efficacy la fiducia nelle proprie capacità di organizzare e realizzare le azioni necessarie a gestire adeguatamente le situazioni che si incontrano, in modo da raggiungere i risultati prefissati; sostiene che l'autoefficacia mette un individuo in grado di prendere in esame la possibilità di modificare il proprio comportamento e mantenere alta la motivazione al cambiamento eventualmente avviato e al suo mantenimento
- Modello di Gordon -1987 sulla diffusione di una innovazione,- suddivide le persone in 6 categorie, graficamente inserendole in una curva gaussiana, in base alle modalità di accettazione di un nuovo comportamento: gli anticipatori, i disponibili, i temporeggiatori, i riluttanti e i conservatori. Questi ultimi sono refrattari a qualsiasi modifica, a prescindere dalle tecniche usate per convincerli a uscire dalla fase di precontemplazione, mentre man mano che ci si sposta verso sinistra si trova maggior disponibilità ad accettare una innovazione, e quindi a modificare un comportamento
- Per quanto già dichiarato nella parte iniziale il progetto è da ritenersi concertato con i destinatari intermedi e finali partecipano attivamente alla definizione operativa del progetto e alla sua implementazione e valutazione.
- Infine il modello canadese sulla WHP e "Supporting Comprehensive Work Health Promotion", progetto affidato all'Università di Toronto che forniscono i punti qualificanti di progetti efficaci
- Coinvolgimento della dirigenza:.
- Progettazione partecipata degli interventi:
- Centralità dei bisogni dei lavoratori:.
- Uso ottimale delle risorse disponibili:.
- Integrazione con la politica aziendale.
- Interdipendenza dei fattori personali e lavorativi:
- Adattamento di ogni progetto alla specifica realtà:
- Valutazione
- Obiettivi a lungo termine

³ "Prove di efficacia ed esempi di buona pratica" in Promozione della salute nei luoghi di lavoro- alimentazione e attività motoria piano nazionale della prevenzione 2005-2007 pg. 11

DESTINATARI, OBIETTIVI E PROGRAMMA DELLE ATTIVITÀ

INDICAZIONE DEI DESTINATARI, DEFINIZIONE E FORMULAZIONE DEGLI OBIETTIVI CONGRUENTI CON LA RILEVAZIONE E ANALISI DEI COMPORTAMENTI E DELLE CONDIZIONI AMBIENTALI

Destinatari finali (target principale, ad esempio: lavoratori)	lavoratori dipendenti Comune di Settimo, ASM, SETA
Destinatari intermedi (persone interessate - stakeholders - che vengono coinvolte per agire sui destinatari finali: es. datore di lavoro, addetti mensa aziendale, gestori punti di ristoro, ...)	RLS, RSPP, assessore con delega alla sanità, sindaco, medico competente, sindacati, gestori punti di ristorazione.

OBIETTIVO GENERALE	<ol style="list-style-type: none"> 1. aumentare la consapevolezza della necessità di migliorare le abitudini alimentari e l'attività fisica, attivando strategie 2. allocazione di risorse specifiche per sostegno di azioni mirate ad accelerare l'inizio di un cambiamento nell'ambiente di lavoro ed indirettamente in quello di vita più in generale.
OBIETTIVI SPECIFICI	<p>EDUCATIVO/COMPORAMENTALI</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ fornire informazioni e sugli stili di vita per quanto riguarda fumo, alimentazione e attività motoria ◆ fornire supporto sugli stili di vita per quanto riguarda fumo, alimentazione e attività motoria
OBIETTIVI SPECIFICI	<p>ORGANIZZATIVO/AMBIENTALI</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ scoraggiare l'abitudine al fumo attraverso <ul style="list-style-type: none"> ◆ la creazione del regolamento aziendale sul fumo ◆ offerta interventi di disassuefazione ◆ Promuovere il consumo di frutta e verdura ◆ migliorare la qualità nutrizionale dell'offerta di pasti ◆ facilitare l'accesso all'ambulatorio nutrizionale ◆ Favorire l'attività motoria ◆ facilitare la frequentazione di palestre attraverso apposite convenzioni con i CRAL

CRONOPROGRAMMA DELLE ATTIVITÀ

Attività (in sintesi)

a. Settembre 2007

La raccolta delle informazioni: nell'ambito della sperimentazione delle Raccomandazioni è prevista una raccolta dati sui lavoratori, allo scopo di valutare alcune caratteristiche degli stessi rispetto al fumo ed agli stili di vita pre e post intervento. Il questionario, oltre agli aspetti socio-demografici, contiene alcune domande relative all'abitudine al fumo, alla percezione del problema fumo in azienda e alla percezione del rischio di salute correlato. Questo questionario è stato integrato da domande su abitudini alimentari e livelli di attività fisica –

b. Novembre 2007

Eventuali convenzioni con bar, ristoranti, palestre: il Dipartimento di Prevenzione, ed in particolare il SIAN, ha presentato un corso, rivolto agli esercenti di pubblica ristorazione, atto alla divulgazione della nuova normativa comunitaria sugli alimenti e sulla formulazione di menù equilibrati per offrire pasti ipocalorici agli avventori che devono seguire un'alimentazione controllata. L'Ente pubblico proporrà uno schema di convenzione per bar, ristoranti e palestre.

c. Primavera 2008

Il supporto per gli interventi di disassuefazione: uno degli elementi centrali del progetto è quello relativo all'offerta di programmi di disassuefazione per i fumatori e alla possibilità di accedervi all'interno dell'orario di lavoro. Per rafforzare la motivazione del fumatore a completare il percorso iniziato, il Centro Antifumo di riferimento richiederà il pagamento del ticket di € 30. I restanti costi del progetto sono a carico dell'Amministrazione Comunale.

d. Giugno 2008

Incontri con gli esperti: la dietologa, i dietisti e il medico di medicina dello sport proporranno una giornata informativa durante la quale sono state presentate le linee guida di una corretta alimentazione e di una corretta attività motoria. Nella stessa occasione è stata premiata 1 proposta fatta sul benessere organizzativo.

e. Da Giugno 2008

Accesso all'ambulatorio nutrizionale: sarà data la possibilità di avere accesso all'ambulatorio nutrizionale, attraverso prenotazione allo sportello, durante l'orario di lavoro –

Estate 2008

somministrazione di ulteriore rilevazione via mail sulle preferenze alimentari e su proposte di miglioramento progetto e raccolta adesione a gruppi di incontri di gruppo per la corretta informazione in ambito alimentare e la promozione di corrette abitudini motorie durante l'orario di lavoro (cfr all. 2)

f. Autunno 2008

Offerta di pasti equilibrati nei luoghi di consumo (bar, ristoranti, mensa). In un primo tempo si pensava di raggiungere questo obiettivo attraverso la collaborazione con l'Ente pubblico per la stesura di uno schema di convenzione da proporre a bar e ristoranti del territorio comunale, al fine di agevolare il consumo di pasti equilibrati. Tale scelta non pare percorribile a livello amministrativo. Pertanto si prevede di fornire ristoratori e utenti di un vademecum/ decalogo sull'alimentazione equilibrata al fine di orientare offerta e consumi.

g. Autunno 2008

Attività fisica: collaborazione alla stesura di schemi di convenzione, concordati con l'amministrazione comunale e il CRAL, da proporre a palestre del territorio al fine di incoraggiare l'attività fisica dei dipendenti comunali.

h. Primavera 2009

Coinvolgimento medici di base: tramite un incontro con il direttore del distretto di Settimo ed i medici di base per coinvolgerli nel progetto "Salute in comune". Saranno invitati a partecipare anche medici di base dei comuni dei lavoratori che non risiedono nel comune di Settimo. In quella occasione sarà ribadita la grande utilità del rafforzamento dell'intervento in Azienda da parte del medico di fiducia

Progetto CCM-RER "Azioni per una vita in salute"

Descrizione delle attività	Chi fa	Che cosa	Data inizio prevista delle attività	Data fine prevista delle attività	Risultati attesi
a costituzione del gruppo di lavoro aziendale : formato dall' assessore Palena con delega del Sindaco, RLS, RSPP, RSU, medico competente; supporto dell'ASL 7 : SPeSAL, Centro Antifumo, Repes aziendale	Spresal	Coordinamento promozione	Primavera 2007	Primavera 2007	Coinvolgimento soggetti interessati
Convenzione ASL Comune e finanziamento progetto	SPeSAL amministrazione comunale, sindacati confederali	Accordo e definizione soggetto finanziatore	Autunno 2007	ottobre 2008	Formalizzazione progetto delibera ASL n. 0674 del 08.10.2007
La creazione del regolamento aziendale sul fumo: definire anche le modalità di reclutamento dei partecipanti al programma di disassuefazione	Spresal; SERT – centro antifumo Comune di Settimo T.se comitato antifumo	Redazione condivisa regolamento (su traccia prat) e definizione modalità reclutamento	Autunno 2007	Ottobre 2007	Preparazione di uno strumento condiviso di controllo
Preparazione questionario rilevazione abitudine fumo, alimentazione attività fisica	RePeS, SERT – centro antifumo valicato da tutto il gruppo di lavoro	Redazione condivisa	Settembre 2007	27 settembre 2007	Conoscere la realtà di partenza per orientare gli interventi successivi
La presentazione del progetto ai lavoratori: durante un' assemblea a cui saranno invitati tutti i lavoratori.	Sert, Spresal,	In questa occasione sono state descritte in dettaglio le fasi del programma, è stato illustrato il questionario per la raccolta delle informazioni, nonché l'offerta del supporto di disassuefazione per i lavoratori fumatori, la possibilità di accedere all'ambulatorio di nutrizione dell'ASL 7 e la possibilità di consumare pasti in locali convenzionati e di accedere a strutture sportive convenzionate	26.9. 2007	26.9. 2007	Comunicazione

Progetto CCM-RER "Azioni per una vita in salute"

Descrizione delle attività	Chi fa	Che cosa	Data inizio prevista delle attività	Data fine prevista delle attività	Risultati attesi
Raccolta questionario dopo distribuzione con busta paga	Comune -spresal	Raccolta	27.9.2007 5 ottobre 2007	27.9.2007 5 ottobre 2007	Adesione sulla raccolta dati
Elaborazione dati questionario	Centro antifumo Spresal Sian	Elabora	Primavera 2008	Primavera 2008	Conoscere la realtà di partenza per orientare gli interventi successivi
corsi di disassuefazione fumo all'interno dell'orario di lavoro	Sert centro antifumo	Gruppi di disassuefazione c	Primavera 2008	Primavera 2008	Disassuefazione al fumo di sigaretta rispettino range successo
Proposta intervento sul benessere organizzativo	Gruppo di lavoro	Concorso per attivare proposte di miglioramento del benessere dei dipendenti comunali	Attività no precedentemente programmata	Aprile 2008	Rendere più efficaci gli interventi su altri ambiti (fumo alimentazione e attività sportiva)
Definizione delle azioni da intraprendere sul benessere organizzativo	Gruppo di lavoro	Scelta	Maggio 2008	8 MAGGIO 2008	partecipazione
Progettazione e realizzazione degli incontri con esperti per alimentazione ed attività fisica: coordinati dal SIAN e dalla Medicina dello Sport	Sian medicina dello sport	Materiali specifici		MESE DI MAGGIO	Partecipazione all'incontro (presenti 50 persone circa ¼ personale dipendente)
Accesso all'ambulatorio nutrizionale: sarà data la possibilità di avere accesso all'ambulatorio nutrizionale , attraverso prenotazione allo sportello, durante l'orario di lavoro	SIAN	Erogazione servizi		Luglio – settembre 2008	Ad agosto 3 dip comunali hanno fatto richiesta più in familiare. Almeno 1 gruppo
Nel corso della gestione del progetto, onde verificarne l'andamento e le eventuali correzioni da apportare, si propone l'uso della tecnica della rilevazione qualitativa "Focus Group" per la sua realizzazione.	SPreSAL SIAN Centro antifumo	Progettazione focus	Autunno 2008		Partecipazione la focus di almeno 7-8 dipendenti comunali

Progetto CCM-RER "Azioni per una vita in salute"

Descrizione delle attività	Chi fa	Che cosa	Data inizio prevista delle attività	Data fine prevista delle attività	Risultati attesi
corso rivolto agli esercenti di con bar, ristoranti	SIAN SPreSAL	il Dipartimento di Prevenzione, ed in particolare il SIAN, presenterà un corso rivolto agli esercenti di pubblica ristorazione, atto alla divulgazione della nuova normativa comunitaria sugli alimenti e sulla formulazione di menù equilibrati per offrire pasti ipocalorici agli avventori che devono seguire un'alimentazione controllata	Dicembre 2007 e ottobre 2008	Dicembre 2007	Partecipazione di almeno 20 ristoratori in totale
L'Ente pubblico proporrà uno schema di convenzione per bar, ristoranti e palestre.	Comune SPRESAL, CRAL	Contatti con palestre	autunno /inverno 2008		Non realizzabile per ristorazione sostituita con azione precedente; almeno una convenzione/sconto in due palestre
Verifica fattibilità e realizzazione Progetto fitwalking Collaborazione tra comune di Settimo T.se e ASL TO 4	Comune ASL To 4 Dipartimento Di Prevenzione	Formazione di animatori di fitwalking e gruppi di cammino	Gennaio 2010	Dicembre 2010	Partecipazione di almeno 6 animatori di fitwalking e la realizzazione di camminate organizzate per un totale di 200 uomini/ora standard da verificare
Le attività di diffusione e promozione dell'intervento: sarà organizzato un incontro con il direttore del distretto di Settimo, dr. Valtorta, e con i medici di base onde coinvolgerli nel progetto. In quella occasione sarà ribadita la grande utilità del rafforzamento dell'intervento in Azienda da parte del medico di fiducia.	SPreSAL, Repes Distretto di Settimo	Organizzazione	Dicembre 2008		Partecipazione di almeno il 50% MMG (standar da verificare con responsabile di distretto)
A distanza di due anni verrà distribuito un questionario con le stesse modalità.	Spresal Repes, RLS	Preparazione distribuzione raccolta	Primavera 2009		i confrontare i dati relativi alle diverse fasi e valutare l'impatto dell'applicazione delle Raccomandazioni per ambienti di lavoro liberi dal fumo.

GRUPPO DI PROGETTO E ATTORI INTERESSATI (PARTNER, ALLEANZE,...)

GRUPPO DI PROGETTO

ASL T04 sede di Settimo Torinese - S PreSAL
 Gruppo di progetto
 Medicina dello sport
 RePES
 SERT – centro antifumo
 SIAN
 S.Pre.S.A.L

Nominativo (nome e cognome)	Professionalità	Servizio/organizzazione di appartenenza	Ruolo e compiti nel progetto	Riferimenti: indirizzo, tel, fax, e-mail
Andrea Dotti	medico	S.Pre.S.A.L.	Responsabile Progettazione organizzazione	Tel 011 8212322 direzione@spresal07.it
Emma della Torre	Medico veterinario	Area C Servizio vet. RePES	Organizzazione. progettazione	Tel 011 8212332 promozione.salute@asl7.to.it
Gabriella Bosco	Tecnico della prevenzione	S.Pre.S.A.L.	Progettazione, Organizzazione	Tel 011 9176761 formazione@spresal07.it
Roberto Nicola	Tecnico della prevenzione	S.Pre.S.A.L.	Progettazione, elaborazione dati	Tel 011 9176762 spresal@asl7.to.it
Maria Franca Dupont	medico	SIAN	Partecipazione alla progettazione Erogazione servizi	011 8212346 nutrizione@asl7.to.it
Maurizio Gottin	Medico dello sport	Servizio di Medicina sportiva	Intervento informativo	011 8917221 medicinasport@asl7.to.it
Anna Romano	Medico	Servizio anti fumo	Partecipazione alla progettazione Erogazione servizi	011 8212320

COLLABORAZIONI/ALLEANZE

Interni

DIRETTORE SANITARIO E DIRETTORE AMMINISTRATIVO
 DIRETTORE DISTRETTO di Settimo Torinese ,
 DIRIGENZA INFERMIERISTICA E TECNICA
 CRAL
 URP (supporto divulgazione del progetto)

Promotori esterni:

Amministratori e politici coinvolti anche nella stesura dei Peps:
 sindacati confederali
 DORS

Progetto CCM-RER "Azioni per una vita in salute"

Descrizione delle attività	Chi fa	Che cosa	Data inizio prevista delle attività	Data fine prevista delle attività	Risultati attesi	Indicatore di processo	Strumento
costituzione del gruppo di lavoro aziendale:	Spresal	Coordinamento promozione	Primavera 2007	Primavera 2007	Coinvolgimento soggetti interessati	Si/no	Verbali riunione
Convenzione ASL Comune e finanziamento progetto	SPreSAL amministrazione comunale, sindacati confederali	Accordo e definizione soggetto finanziatore	Autunno 2007	ottobre 2008	Formalizzazione progetto	Presenza delibera ASL n. 0674 del 08.10.2007	delibera
regolamento aziendale sul fumo: definire	Spresal; SERT – centro antifumo Comune di comitato antifumo	Redazione condivisa regolamento	Autunno 2007	Ottobre 2007	Preparazione di uno strumento condiviso di controllo	Si/no	
Elaborazione dati questionario	Centro antifumo Spresal Sian	Elabora	Primavera 2008	Primavera 2008	Conoscere la realtà di partenza per orientare gli interventi successivi	Tempi sulla disponibilità dati	
corsi di disassuefazione fumo all'interno dell'orario di lavoro	Sert centro antifumo	Gruppi di disassuefazione c	Primavera 2008	Primavera 2008	Disassuefazione al fumo di sigaretta rispettino range successo	n. gruppi	
Proposta intervento sul benessere organizzativo	Gruppo di lavoro	Concorso per attivare proposte di miglioramento del benessere dei dipendenti comunali	Attività no precedente programmata	Aprile 2008	partecipazione	n. proposte	
Definizione delle azioni sul benessere organizzativo	Gruppo di lavoro	Scelta	Maggio 2008	8 MAGGIO 2008	Rendere più efficaci gli interventi su altri ambiti (fumo alimentazione e attività sportiva)		
Progettazione e realizzazione degli incontri alimentazione ed attività fisica	Sian medicina dello sport	Materiali specifici		MESE DI MAGGIO	Partecipazione all'incontro (presenti 50 persone circa ¼ personale dipendente)		
Accesso all'ambulatorio nutrizionale	SIAN	Erogazione servizi		Luglio – settembre 2008	Ad agosto 3 dip comunali hanno fatto richiesta più in familiare. Almeno 1 gruppo		
corso rivolto agli esercenti di con bar, ristoranti	SIAN SPreSAL	corso rivolto agli esercenti di pubblica ristorazione, per la divulgazione della formulazione di menù equilibrati	Dicembre 2007 e ottobre 2008	Dicembre 2007	Partecipazione di almeno 20 ristoratori in totale		
incontro con il direttore del distretto di Settimo, dr. Valtorta, e con i medici di base onde coinvolgerli nel progetto.	SPreSAL, Repes Distretto di Settimo	Organizzazione	Dicembre 2009		Partecipazione di almeno il 50% MMG (standard da verificare con responsabile di distretto)		

PIANO PER LA VALUTAZIONE DI RISULTATO (max 1 pagina)

Suggerimenti per la descrizione di questa voce:

Sulla base degli obiettivi (i cambiamenti attesi) individuare e costruire i relativi indicatori in modo valido e pertinente, esplicitando gli strumenti che si intende utilizzare, facendo riferimento alla tabella sottostante.

Metodi adottati per la valutazione di processo o di risultato.

Si individueranno indicatori di processo e di risultato.

Obiettivo (atteso di cambiamento)	Indicatore quali e/o quantitativo	Standard	Strumento
scoraggiare l'abitudine al fumo attraverso	Numero fumatori inizio progetto/n fumatori fine progetto	15 % abbandoni	questionario
la creazione del regolamento aziendale sul fumo	Si/No	Regolamento deliberato	
offerta interventi di disassuefazione	n. percorsi effettuati		
Promuovere il consumo di frutta e verdura	Aumentare consumo frutta e verdura		questionario
migliorare la qualità nutrizionale dell'offerta di pasti	Presenza di alimenti "sani" definiti in precedenza (olio di oliva, fibre, frutta e verdura)		
facilitare l'accesso all'ambulatorio nutrizionale	Istituire gruppi per attività ambulatoriale	10% personale	
Favorire l'attività motoria	Aumento attività fisica		questionario
facilitare la frequentazione di palestre attraverso apposite convenzioni con i CRAL	Costituzione di convenzioni		

VALORIZZAZIONE DEL PROGETTO

RICADUTE DEL PROGETTO (max 1/2 pagina)

La realizzazione del progetto potrà migliorare lo stato di salute del lavoratore, aumentarne la qualità della vita, creare le condizioni di maggiore gratificazione e diminuire infortuni e malattie.

Gli interventi potranno inoltre avere ricadute positive sull'organizzazione aziendale, facendo diminuire i costi relativi ad assenteismo, infortuni e malattie. Potranno inoltre migliorare l'immagine aziendale, far registrare un minore turnover ed una maggiore produttività.

I fruitori diretti del progetto, cioè i lavoratori, potranno influire sulle abitudini alimentari e dell'attività fisica sia in ambito familiare che professionale, innescando una spirale virtuosa fungendo da moltiplicatori dell'azione preventiva.

In particolare il progetto ha già prodotto in clima lavorativo migliore dove le figure dedicate alla prevenzione hanno potuto avere migliori opportunità di collaborazione e sviluppo (RLS RSPP)

PIANO DI COMUNICAZIONE

Suggerimenti per la descrizione di questa voce:

Descrivere le strategie (metodi e strumenti) per favorire la comunicazione e dare visibilità al progetto nel/tra il gruppo di progetto, i partner, le organizzazioni, la comunità,...utilizzando la tabella sottostante.

Tipologia strategia	Metodi e strumenti	Quando
Coordinamento gruppo progetto e partner		
Diffusione nelle organizzazioni e nella comunità		
Diffusione scientifica e professionale (es: convegni, seminari...)	Inserimento banca dati ProSa Coinvolgimento dei medici di medicina generale	
Diffusione attraverso mass-media locali e strumenti di comunicazione delle organizzazioni (es: quotidiani e tv locali, newsletter aziendali, comunali...)	Inserimento dell'iniziativa sul sito Internet anche su area riservata ai dipendenti	
Attivazione di sito o pagina web		
Altro		

DOCUMENTAZIONE DEL PROGETTO

Durante il progetto sono stati prodotti materiali in power point di supporto all'attività informativa e ambulatoriale. Si procederà anche alla redazione di un opuscolo con decalogo di regole da seguire per la sana alimentazione e l'attività fisica.

BUDGET

PREVENTIVO SPESE

Tipologia di spesa	Voci analitiche di spesa	Auto/co-finanziamento	Finanziamento comune di Settimo)
Personale	(es: carichi di lavoro) - Dipendente ASL personale sert coinvolto per un totale di 180 trattamenti previsti inizialmente per tre aziende - SIAN, SPreSAL, RePES	20.000	3000
Attrezzature	Arredo ambulatorio	5000	5000
Sussidi	Materiali di divulgazione	500	//
Spese di gestione e funzionamento	(es: formazione, supervisione ...)	500	//
Spese di coordinamento		3000	2000
Altro			

ALLEGATO I

QUESTIONARIO DI VALUTAZIONE PRE-INTERVENTO

1. Ritiene che l'esposizione al fumo di tabacco ambientale (fumo passivo) possa essere dannosa per la salute?

- Sì sempre
- Sì ma solo in situazioni particolari (bambini o donne in gravidanza)
- Sì ma solo ad alti livelli di esposizione
- No mai
- Non so

2. Nel suo ambiente di lavoro nell'ultimo mese ha visto fumare nei seguenti luoghi:

	Mai	1-2 volte/ settimana	Sempre
Uffici	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Veicoli aziendali	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Locali di riposo (mensa, luoghi pausa caffè)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bagni	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
all'esterno dell'azienda	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Altro	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. E' stato esposto personalmente nell'ultimo mese al fumo di colleghi nei seguenti luoghi:

	Mai	1-2 volte/ settimana	Sempre
Uffici	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Veicoli aziendali	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Locali di riposo (mensa, luoghi pausa caffè)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bagni	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
all'esterno dell'azienda	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Altro	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Nell'ultimo mese ha visto fumare in fabbrica?

- operai impiegati superiori funzionari
- dirigenti politici

5. Attualmente lei è:

- fumatore non fumatore ex fumatore

6. A quale età ha iniziato a fumare? _____

7. Quante sigarette (sigari, pipe) in media fuma al giorno? _____

8. Perché fuma? (anche più di una risposta)

- perché mi piace per stress, ansia
- per umore depresso per noia, abitudine
- perché non riesco a smettere per stare meglio con gli altri

9. Quante sul luogo di lavoro? _____

10. Dove prevalentemente?

- ufficio veicoli aziendali servizi igienici
- all'esterno dell'azienda locali di riposo (mensa, luoghi pausa caffè)
- non so

Progetto CCM-RER "Azioni per una vita in salute"

11. Quando fuma la sua prima sigaretta?
 appena sveglio dopo colazione dopo pranzo
12. Quante volte ha provato a smettere di fumare nell'ultimo anno?
 una più di una mai
13. Ha utilizzato qualcuno dei seguenti supporti per cercare di smettere di fumare?
 medico curante specialista gruppo di auto-aiuto
 aiuto di farmaci centro specializzato antifumo altro: _____
 terapie complementari(agopuntura, laser, ipnosi)
14. Vorrebbe provare a smettere di fumare?
 sì no non so
15. Se fosse intenzionato a smettere, pensa di poterci riuscire da solo?
 sì no non so
16. Se no quale supporto riterrebbe più utile?
 medico curante specialista gruppo di auto-aiuto
 aiuto di farmaci centro specializzato antifumo medico competente aziendale
 terapie complementari(agopuntura, laser, ipnosi) altro: _____
17. E' consapevole che il fumo provoca:
 cancro al polmone malattie cardiovascolari problemi respiratori

Abitudini alimentari e attività motoria

18. Consuma la prima colazione
 mai qualche volta sempre
19. Quante porzioni di verdura consuma giornalmente?
 nessuno 1-2 3 o più
20. Quanti frutti consuma al giornalmente
 nessuno 1-2 3 o più
21. Quante volte svolge attività fisica per almeno 30 minuti consecutivi
 mai 1-3 volte alla settimana più di tre volte

Dati personali

22. Età _____
23. Sesso: femmina maschio
24. Titolo di studio
 licenza elementare licenza media inferiore
 qualifica professionale licenza media superiore
 laurea
25. Luogo in cui svolge la sua attività lavorativa
 in ufficio sui veicoli aziendali
 all'aperto reparto di produzione

ALLEGATO II

SERVIZIO SANITARIO NAZIONALE
REGIONE PIEMONTE

A.S.L. TO4



Sede Legale provvisoria
Via Aldisio 2 - 10015 Ivrea

Testo mail da inviare ai dipendenti comunali

Nell'ambito del progetto "Salute in Comune" nato da una collaborazione fra il Comune di Settimo e lo Spresal, il Servizio di Igiene Alimenti e la Medicina dello Sport dell'ex ASL 7, ora TO4 hanno formulato alcune proposte per agire sul benessere e la salute dei dipendenti comunali attraverso un miglioramento qualitativo della loro alimentazione e stili di vita.

In quest'ottica, chiediamo a tutti i dipendenti comunali, compresi naturalmente anche coloro che non hanno partecipato all'incontro del 4 giugno, di collaborare con noi per la realizzazione delle attività previste dal progetto.

A partire dal mese di ottobre verranno organizzati incontri di gruppo di circa due ore ciascuno, in cui si potranno approfondire in modo interattivo con medici e dietisti dell'ASL TO4 tematiche relative all'alimentazione ed all'attività motoria. Gli incontri verranno attivati se si raggiungerà un numero minimo di 10 partecipanti

In allegato si inviano

- questionario di per la promozione della qualità nutrizionale dei pasti offerti dalle strutture di ristorazione
- scheda di adesione a incontri di gruppo per la corretta informazione in ambito alimentare e la promozione di corrette abitudini motorie.

Le schede di adesione dovranno essere inoltrate ai Rappresenti di Lavoratori per a i Sicurezza entro e non oltre il 15 settembre 2008.

Firme congiunte

ASL - COMUNE

ALLEGATO 1

QUESTIONARIO

1) Promozione della qualità nutrizionale dei pasti offerti dalle strutture di ristorazione

E' nostra intenzione, dopo aver effettuato una ricognizione attiva dell'offerta alimentare degli esercizi pubblici di Settimo, in particolar modo quelli maggiormente frequentati dai dipendenti comunali, stilare alcune raccomandazioni per promuovere l'offerta di piatti e menu nutrizionalmente equilibrati e/o a base di alimenti salutari, da proporre come possibile alternativa ad altri eventualmente più calorici.

Queste raccomandazioni potrebbero essere più efficaci se supportate da un reale interesse degli avventori a queste proposte. Per questo motivo vi chiediamo di indicare se siete interessati a trovare maggior disponibilità di:

- /_/ frutta intera (a minor costo della macedonia o della frutta sbucciata)
- /_/ verdura lessa o al vapore
- /_/ pane integrale
- /_/ pesce
- /_/ menu-offerta (ad es. primo piatto + verdura + bevanda)
- /_/ piatti tris equilibrati
- /_/ primi piatti con sughi di verdure
- /_/ altro (specificare)

Se avete altri suggerimenti organizzativi o sulla qualità nutrizionale dei piatti descriveteceli brevemente

ALLEGATO 2

Scheda adesione incontri di gruppo per la corretta informazione in ambito alimentare e la promozione di corrette abitudini motorie

Cognome nome

Attivazione di incontri di gruppo.

Indicare l'interesse ai seguenti argomenti (è possibile partecipare ad uno o più o tutti gli incontri):

- /_/ approfondimento linee-guida per una sana alimentazione
- /_/ lettura critica delle etichette e della presentazione/pubblicità dei prodotti alimentari
- /_/ riformulazione di ricette "leggere" e spunti per pasti fuori casa
- /_/ l'attività motoria: raccomandazioni e opportunità