

Progetto PROMOZIONE DELLA SALUTE IN EDILIZIA "IN-FORMA AL LAVORO A TUTTE LE ETA': sicurezza, salute & cantiere, per cantieri sicuri e lavoratori in salute"
RELAZIONE FINALE ATTIVITÀ ANNI 2015-2018

ABSTRACT-SINTESI DEL PROGETTO E DEI RISULTATI

Secondo numerosi studi, come esplicitato nella scheda progetto, il comparto edile risulta essere a maggior rischio non solo per le malattie professionali e gli infortuni ma anche per le malattie croniche non trasmissibili (MCNT) legate a uno stile di vita non salutare. Risulta perciò fondamentale promuovere la salute in questo comparto. Pertanto l'obiettivo cardine del progetto è stato l'integrazione della promozione della salute nell'ambito dell'Igiene del Lavoro, per favorire l'adozione di stili di vita salutari, riducendo i comportamenti a rischio, al fine di migliorare la qualità della vita e di lavorare più a lungo in salute. Tra l'altro il progetto si è proposto anche di favorire la formazione di una rete di aziende edili che promuovono salute, attraverso l'attuazione di interventi specifici e articolati, e favorire la partecipazione delle piccole e micro imprese edili del territorio (ridurre le diseguaglianze sociali).

Il progetto è stato avviato da ASL NO-SPRESAL e SENFORS, ente paritetico dell'edilizia, e ha portato alla definizione di un gruppo di progetto multidisciplinare composto da ulteriori Servizi dell'ASL NO (SIAN, SERD, Centro trattamento Tabagico -CTT -, Struttura Semplice Alcologia) e dal Laboratorio di Attività Motoria Adattata (LAMA) dell'Università degli Studi di Pavia Dipartimento di Sanità Pubblica, Medicina Sperimentale e Forense Facoltà di Scienze Motorie.

La aree di intervento prevedevano:

- la promozione dell'attività fisica, la corretta movimentazione manuale dei carichi (MMC), il benessere osteoarticolare
- la promozione di un'alimentazione salutare
- la promozione della disassuefazione dal fumo di sigaretta
- la sensibilizzazione sui rischi derivanti dall'assunzione di bevande alcoliche e stupefacenti sia in ambito lavorativo, sia extra-lavorativo
- la sensibilizzazione sulla prevenzione degli infortuni, attraverso la raccolta dei quasi infortuni e degli incidenti stradali.

Per favorire la partecipazione al progetto da parte delle aziende edili del territorio, in genere di micro e piccole dimensioni¹, essenziale è stata la collaborazione di SENFORS, per proporlo ai Datori di Lavoro e per supportarli nelle varie attività, anche al fine di collegarle alla possibilità di usufruire dello sconto INAIL denominato OT24².

Gli esperti ASL e Lama hanno prodotto i seguenti materiali da utilizzare negli interventi informativi/formativi con i lavoratori:

- un questionario sugli stili di vita, sui seguenti temi: alimentazione, alcol e fumo, attività fisica. Il questionario aveva più scopi: favorire nel lavoratore una riflessione sullo stile di vita adottato, verificare un'eventuale propensione al cambiamento, rilevare in generale i fattori di rischio per malattie croniche nel settore;
- materiali informativi sugli stili di vita salutari e con l'indicazione degli ambulatori gratuiti dell'ASL, a cui accedere per avere informazioni o consulenza in merito al proprio stile di vita;
- il LAMA ha prodotto poster e video esplicativi degli esercizi per il benessere osteoarticolare, da svolgere prima e dopo l'attività lavorativa, reperibili direttamente sul proprio canale youtube

Va segnalato che sono stati effettuati da parte degli esperti ASL e LAMA anche alcuni interventi formativi nei corsi di lunga durata di SENFORS rivolti a lavoratori e/o ai tecnici di cantiere.

¹ Secondo la classificazione ISTAT per n. di addetti: micro ≤ 9 , piccole 10-49, medie 50-249, grandi ≥ 250

² L'INAIL premia con uno "sconto" denominato "oscillazione per prevenzione" - OT/24 -, le aziende che, da almeno un biennio, eseguono interventi per il miglioramento delle condizioni di sicurezza e di igiene nei luoghi di lavoro, in aggiunta a quelli minimi previsti dalla normativa in materia - D.l. 81/2008 e s.m.i.

Per quanto riguarda l'attività con le imprese edili, dopo l'avvio sperimentale del 2015, vi è stata la definizione di un percorso strutturato, e messo a punto annualmente, come di seguito riassunto:

1. incontro del gruppo di progetto per la valutazione/revisione delle attività dell'anno precedente e progettazione attività dell'anno in corso;
2. verifica del bando INAIL OT24 e se del caso messa a punto dei materiali informativi e dell'intervento con i lavoratori, con ulteriore attività di formazione del personale SENFORS che partecipa al progetto
3. diffusione della proposta alle aziende iscritte alla cassa Edile di Novara e raccolta adesioni da parte di SENFORS,
4. incontro con i datori di lavoro che hanno aderito e il gruppo di progetto
5. check up azienda, da parte dei tecnici SENFORS, per la valutazione dell'ottemperanza agli obblighi di legge, e predisposizione della documentazione per il bando INAIL OT24
6. intervento informativo-formativo con i lavoratori a cura dei tecnici SENFORS e un esperto(o dell'ASL NO o del LAMA). Prima dell'intervento i lavoratori compilavano il questionario, quindi venivano distribuiti e spiegati i materiali informativi, con confronto dibattito, ed esecuzione degli esercizi per il benessere osteoarticolare.

Dalla valutazione dei questionari somministrati nel periodo 2016-2018 si è evidenziato che circa metà del campione dei lavoratori edili non ha un stile di vita salutare riguardo l'abitudine al fumo di tabacco, ad una sana alimentazione e ad un adeguato livello di attività fisica, è tuttavia abbastanza diffusa la propensione al cambiamento delle proprie abitudini. Inoltre risulta che più della metà dei lavoratori ha eseguito gli esercizi proposti come riscaldamento e defaticamento sul lavoro

Sulla base di questi primi risultati sarebbe auspicabile continuare il lavoro di promozione della salute, implementandolo, se possibile con ulteriori opportunità per favorire scelte più salutari e aumentando gli interventi di counseling volti ad avviarne l'effettivo cambiamento.

RISULTATI INTERVENTO CON I LAVORATORI DELLE AZIENDE

Il progetto ha avuto una durata di quattro anni dal 2015 al 2018.

L'INAIL ha sempre riconosciuto alle aziende partecipanti l'incentivo del bando OT 24.

Nei primi due anni gli interventi informativi-formativi in azienda con i lavoratori sono stati condotti solo dai tecnici SENFORS, formati dagli esperti ASL e LAMA. Prima dell'incontro a tutti i partecipanti è sempre stato somministrato il questionario sugli stili di vita.

Nel 2016 sulla base di una prima valutazione delle risposte dei lavoratori si è deciso di strutturare il questionario in modo di favorire una migliore riflessione da parte del lavoratore sul proprio stile di vita e la conseguente motivazione al cambiamento. Mantenendo inalterato il focus principale delle domande si è indagato in aggiunta il rischio per le malattie croniche non trasmissibili (MCNT) del settore, l'eventuale modifica delle abitudini di vita in seguito alla partecipazione al progetto negli anni precedenti e se sono stati svolti i protocolli di esercizi da svolgere prima di iniziare il lavoro, per riscaldare i distretti muscolari, e al termine dell'attività, per permettere all'organismo di recuperare più velocemente.

Pertanto le presenti valutazioni sono state effettuate considerando i questionari somministrati nel periodo 2016-2018.

Nel 2018 dal momento che la maggior parte delle aziende partecipava da più anni al progetto si è ritenuto opportuno organizzare un incontro con i datori di Lavoro per condividere il percorso fatto e favorire uno sviluppo condiviso delle attività. SENFORS in occasione del check up azienda ha previsto anche la consultazione del RLS/RLST della Ditta.

Inoltre a conclusione del progetto è stata mandata una comunicazione ai medici competenti delle aziende, con i materiali informativi, al fine di incentivare l'attivazione di un rinforzo sui lavoratori in occasione della sorveglianza sanitaria periodica.

In tabella è riportato il numero di aziende e di lavoratori coinvolti annualmente. La tipologie delle imprese come si può osservare è di micro e piccole dimensioni.

| Anno progetto | n. Imprese | Micro Imprese ≤ 9 dip. | Piccole Imprese 10-49 dip. | n. Lavoratori |
|---------------|------------|------------------------|----------------------------|---------------|
| 2015 | 36 | 26 | 10 | 310 |
| 2016 | 36 | 23 | 13 | 332 |
| 2017 | 33 | 27 | 6 | 285 |
| 2018 | 33 | 27 | 6 | 258 |

Nel 2018 le aziende partecipanti sono state 33, di cui 23 hanno attuato il progetto sin dal 2015, 8 dal 2016, 1 dal 2017 e 1 ha aderito nel 2018.

A partire dal 2017 anche gli esperti del gruppo di progetto sono intervenuti negli incontri con i lavoratori, secondo quanto di seguito riportato:

- 10 aziende nel 2017 con i seguenti interventi: LAMA n.7 aziende (di cui n. 2 con CTT e n. 1 con SERT), n. 92 lavoratori; SIAN corretta alimentazione, n. 1 azienda, n. 5 lavoratori; CTT fumo n. 2 aziende, n. 16 lavoratori; ALCOLOGIA n. 2 aziende, n. 19 lavoratori; SERT n. 1 azienda, n. 19 lavoratori
- 33 aziende nel 2018 con i seguenti interventi: SIAN in 5 aziende, CTT n.7 aziende, di cui 2 con la presenza anche dell'esperto LAMA; ALCOLOGIA n. 6 aziende; SERT n.3 aziende di cui 2 con la presenza anche dell'esperto LAMA; SPRESAL 12 aziende di cui 3 con esperto LAMA

Sul canale you tube del LAMA sono stati caricati i video con la spiegazione degli esercizi e negli opuscoli era indicato il link. Di seguito vengono indicati gli accessi:

per i muratori:

<https://www.youtube.com/watch?v=Q9Ao2kwtz20>: 174 visualizzazioni

<https://www.youtube.com/watch?v=FptkBvVKLwg>: 216 visualizzazioni

per attività lavorative con posture obbligate come per es. posatori, ponteggiati

<https://youtu.be/EK9e76H77V0>: 383 visualizzazioni

per attività sedentarie:

<https://youtu.be/MOoolp9zKrE>: 587 visualizzazioni

Ovviamente non è stato possibile associare le visualizzazioni ai partecipanti del progetto.

Nel triennio 2016-2018 sono stati restituiti 854 questionari compilati dai lavoratori.

Va precisato che nel questionario era stato inserito un codice anonimo (data di nascita del padre e della madre, come da questionario proposto nell'ambito della rete WHP di Bergamo) al fine di poter associare i questionari negli anni. Purtroppo il codice non sempre è stato compilato quindi non è stato possibile effettuare tale associazione.

Il campione di lavoratori in esame è risultato composto da 91,8% maschi, 8,2% femmine, con una media di età di 42,7 anni.

Per quanto riguarda le mansioni quelle maggiormente rappresentate sono: muratori (il 31,9% nel 2016, il 42,5% nel 2017 e il 43,5% nel 2018) e manovali (il 19,7% nel 2016, 17,9% nel 2017 e 15,3% nel 2018).

È un dato di fatto che i lavoratori edili svolgano una pesante attività lavorativa che comporta un ingente coinvolgimento fisico. Questa condizione può favorire un aumento della massa muscolare e, siccome la massa magra pesa di più della massa grassa il BMI (Body Mass Index) può risultare al di sopra del valore di normopeso (24,9). Pertanto è stato confrontato con la circonferenza della vita, più indicativa della presenza di adiposità addominale.

Analizzando i risultati del BMI , la popolazione in generale è risultata tendente al sovrappeso senza alcuna differenza nel tempo , mentre per i valori della circonferenza della vita è risultata una netta divisione dei lavoratori tra un basso rischio cardiovascolare e medio/alto rischio in tutti e tre gli anni di studio.

Incrociando i dati relativi al BMI e alla circonferenza della vita la metà dei lavoratori è soggetto ad un basso rischio cardiovascolare, il restante della popolazione è almeno in eccesso ponderale o a rischio cardiovascolare. Tra questi ultimi hanno entrambi i fattori in tutti e tre gli anni di osservazione il 9% nel 2016, l'11% nel 2017 e il 15% nel 2018.

Considerando solo chi è in sovrappeso/obeso la percentuale di chi ha intenzione di perdere peso aumenta nel periodo, nello specifico il 62,7% nel 2016, il 68,7% nel 2017 e il 66,7% nel 2018 e diminuisce la percentuale di chi non ha intenzione di aumentare il proprio livello di attività fisica, dal 25% nel 2016 al 15% nel 2018.

Per quanto riguarda l'abitudine tabagica meno della metà del campione è fumatore per ogni anno d'indagine (2016 il 36,7% , 2017 il 41,2% , 2018 il 40,3%).

Per quanto riguarda gli esposti al fumo passivo si è ottenuta una diminuzione delle percentuali nei tre anni di indagine (2016 il 45,9% è esposto; 2017 il 40,6%; 2018 il 36,4%).

Pochi risultano essere ipertesi. Come si evince dai risultati delle risposte alla domanda *“Ha mai usato farmaci per la pressione alta?”* (12,5% nel 2016, il 9,2% nel 2017 e il 14,4% nel 2018).

Per quanto riguarda il consumo di frutta e verdura più della metà ne fa uso tutti i giorni.

In merito al consumo di alcolici analizzando i valori ottenuti dalle risposte alla domanda *“Con quale frequenza assumi bevande alcoliche?”* risulta, con valori abbastanza sovrapponibili negli anni, che circa il 25 % non ne consuma, il 21-25 % ne consuma meno di 1 volta la mese, un 30 % 2-4 volte al mese 16-18 % 2-3 volte la settimana e la rimanente parte da 4 o più volte la settimana

Alla domanda *“Con quale frequenza ti capita di bere 6 o più bevande alcoliche in un'unica occasione?”* circa il 60% ha risposto mai e un 24 % meno di 1 volta al mese.

Circa la metà dei lavoratori ha uno stile di vita sedentario, mentre l'altra metà risulta essere attiva o moderatamente attiva.

I principali ostacoli alla pratica di attività fisica sono in ordine decrescente: la mancanza di tempo libero, lo svolgimento di un lavoro troppo pesante e faticoso e l'eccessiva stanchezza.

Relativamente a un possibile modifica del proprio stile di vita in seguito alla partecipazione al progetto, per l'anno 2017 il 55,5% dei lavoratori ha pensato di modificare il proprio stile di vita e nel 2018 il 52,5% .

Relativamente all'esecuzione prima e dopo il lavoro degli esercizi per il benessere osteoarticolare

- nel 2017 il 55,7% ha eseguito gli esercizi di riscaldamento, il 19,0% occasionalmente e il 25,3% non li ha eseguiti; il 40,7% ha eseguito gli esercizi di defaticamento, il 22,2% occasionalmente e il 37,0% non li ha eseguiti;
- nel 2018 il 60,6% ha svolto gli esercizi di riscaldamento e il 34,4% no; il 47,5% ha svolto gli esercizi di defaticamento e il 52,5% no.

Va ricordato infine che il progetto è stato diffuso anche attraverso corsi e seminari:

2016: presentazione del progetto e dei primi risultati a RSPP e RLS del settore Edile in occasione della Settimana Europea della Sicurezza.

2018- seminario INAIL di aggiornamento dei professionisti Contarp, Csa, Cit *“Sfide e cambiamenti per la salute e sicurezza sul lavoro nell'era digitale”* Firenze 23-24 ottobre
- corso *“La sorveglianza sanitaria in edilizia”* organizzato da SPRESAL e SENFORS e aperto ai medici competenti del 18/09

2019- il progetto è citato, quale esempio di buona prassi, nel corso regionale FAD sulla Promozione della Salute nei Luoghi di lavoro.

Il progetto è stato l'oggetto della tesi di laurea triennale in Scienze Motorie della tirocinante del LAMA, anno 2017, e la valutazione e discussione dei suoi i risultati l'oggetto della tesi di laurea Magistrale, anno 2019.