



Seminario

Corretti stili di vita e sicurezza sul lavoro Prevenzione delle malattie e degli infortuni connessi

Programma di promozione in Campania di Sicurezza sul lavoro e
Responsabilità Sociale

Mercoledì, 11 maggio 2016 | ore 9:00

Camera di Commercio di Caserta
Via Roma, 75

Corretti Stili di Vita e competitività dell'impresa

Dott. Raffaele d'Angelo

Coordinatore ConTARP Regione Campania

Obiettivi:

Approfondire i temi della salute e del benessere dei lavoratori anche in ragione del fatto che **tali temi sono di ampio interesse sia a livello nazionale che comunitario**

Motivazioni:

• **Sensibilizzare i lavoratori e realizzare azioni concrete per la prevenzione delle malattie** tanto **nell'ambito lavorativo** (vaccinazione all'estero, visite mediche) **quanto nella promozione di stili di vita adeguati** (alimentazione equilibrata, attività fisica, campagne antifumo)

Risultati Attesi:

• **Incremento di qualità, produttività e competitività dell'impresa** nel quadro più ampio di **responsabilità sociale di impresa**

Aspetti di prendere in considerazione

- *Attività fisica e salute*
- *Invecchiamento e salute*
- *Alimentazione e salute*

Attività fisica e Salute



Quadro comunitario

Attività fisica e salute

- Nel 2005 la **Commissione Europea** ha indicato i luoghi di lavoro come luogo ideale dove condurre azioni di promozione dell'attività fisica.
- Per l'Unione Europea l'**1,4%** degli anni di vita persi è imputabile all'**inattività fisica** che, spesso, è associata a **sovrappeso e obesità** e può predisporre a **malattie croniche** altamente invalidanti.

In Italia il 42% della popolazione con più di 3 anni di età non svolge alcun tipo di attività fisica nel tempo libero e non pratica sport.

Attività fisica e salute

- Una regolare attività fisica **migliora le prestazioni psico-fisiche, il rendimento lavorativo e contribuisce a diminuire le malattie e gli infortuni sul lavoro;**
- **Un aumento del 5% dell'indice di massa corporea provoca una riduzione della mobilità della parte inferiore del corpo;**
- **L'OMS raccomanda vari livelli di attività per gli adulti che dovrebbero effettuare almeno 30 minuti di attività fisica moderata (es. camminare di buon passo) per 5 giorni a settimana.**

Invecchiamento e Salute



Invecchiamento e salute

- Nel corso dei prossimi decenni l'Unione europea registrerà un aumento della % di lavoratori anziani.
- Le tendenze demografiche riguardanti la popolazione attiva nell'UE-27 indicano che le fasce d'età:

55 ÷ 64 anni aumenterà del **16,2 %** (9,9 milioni) tra il 2010 ÷ 2030;

40 ÷ 54 anni diminuirà del **5,4 %**

25 ÷ 39 anni diminuirà del **14,9 %**

Questo cambiamento demografico è dovuto all'aumento dell'aspettativa di vita e a tassi di fertilità ridotti.

Invecchiamento e salute

- **La conseguenza è un invecchiamento della forza lavoro europea mai visto prima d'ora. In molti paesi i lavoratori anziani costituiscono il 30 % o più della popolazione attiva.**
- **I tassi di occupazione dei lavoratori anziani (tra 55 e 64 anni) nell'UE-27 si attestano a meno del 50 %. Nel mondo solo 15 paesi presentano un tasso di occupazione dei lavoratori anziani superiore al 50 %.**
- **Oltre la metà dei lavoratori anziani lascia il lavoro prima di raggiungere l'età prevista per il pensionamento obbligatorio, per vari motivi.**
- **I problemi di salute e le malattie croniche aumentano con l'età. A causa di problemi di salute, circa il 30 % degli uomini e delle donne tra 50 ÷ 64 anni necessita di un adeguamento del posto di lavoro per prevenire i rischi di pensionamento anticipato e di inabilità al lavoro.**

Invecchiamento e salute

- I **principali problemi** di salute sono i **disturbi muscoloscheletrici e mentali**. Attualmente, anche **la depressione è una delle cause più comuni** dell'inabilità al lavoro e del prepensionamento;
- Sebbene la **salute e la capacità fisica peggiorino con l'invecchiamento**, molte **funzioni migliorano con l'età**.
- **La crescita mentale è l'aspetto positivo** dell'invecchiamento. Per esempio, *il pensiero strategico, la perspicacia, l'avvedutezza, la saggezza, la capacità di giudizio, la capacità di razionalizzare, il controllo della vita, la percezione olistica e le competenze linguistiche* **migliorano con l'età**.
- I **lavoratori anziani sono inoltre impegnati e dediti al loro lavoro**, assumono un **comportamento leale** verso il loro datore di lavoro e **spesso sono meno assenteisti** rispetto ad altre fasce di età.

Invecchiamento e salute

- In sintesi, **l'invecchiamento rende i lavoratori anziani migliori e più forti di prima**, in vari modi.
- Pertanto, **la partecipazione attiva al mondo del lavoro è un importante fattore positivo che favorisce l'invecchiamento attivo.**
- **Ogni generazione ha i suoi punti di forza e di debolezza;** i punti di forza dei **lavoratori anziani** dovrebbero **essere individuati meglio e utilizzati** affinché questi lavoratori **diventino una preziosa risorsa sui luoghi di lavoro.**

Vantaggi derivanti dalla promozione della capacità lavorativa dei lavoratori anziani

Alcuni esempi di buone prassi dimostrano che i costi degli investimenti nella promozione della capacità lavorativa sono compensati dai benefici.

L'analisi costi benefici indica che gli utili del capitale investito (ROI) possono essere molto buoni: l'utile su 1 EUR investito è pari a 3-5 EUR dopo alcuni anni.

Il ROI positivo si basa sui bassi tassi di assenza per malattia, sulla riduzione dei costi dovuti a disabilità al lavoro e una migliore produttività.

Alimentazione e Salute

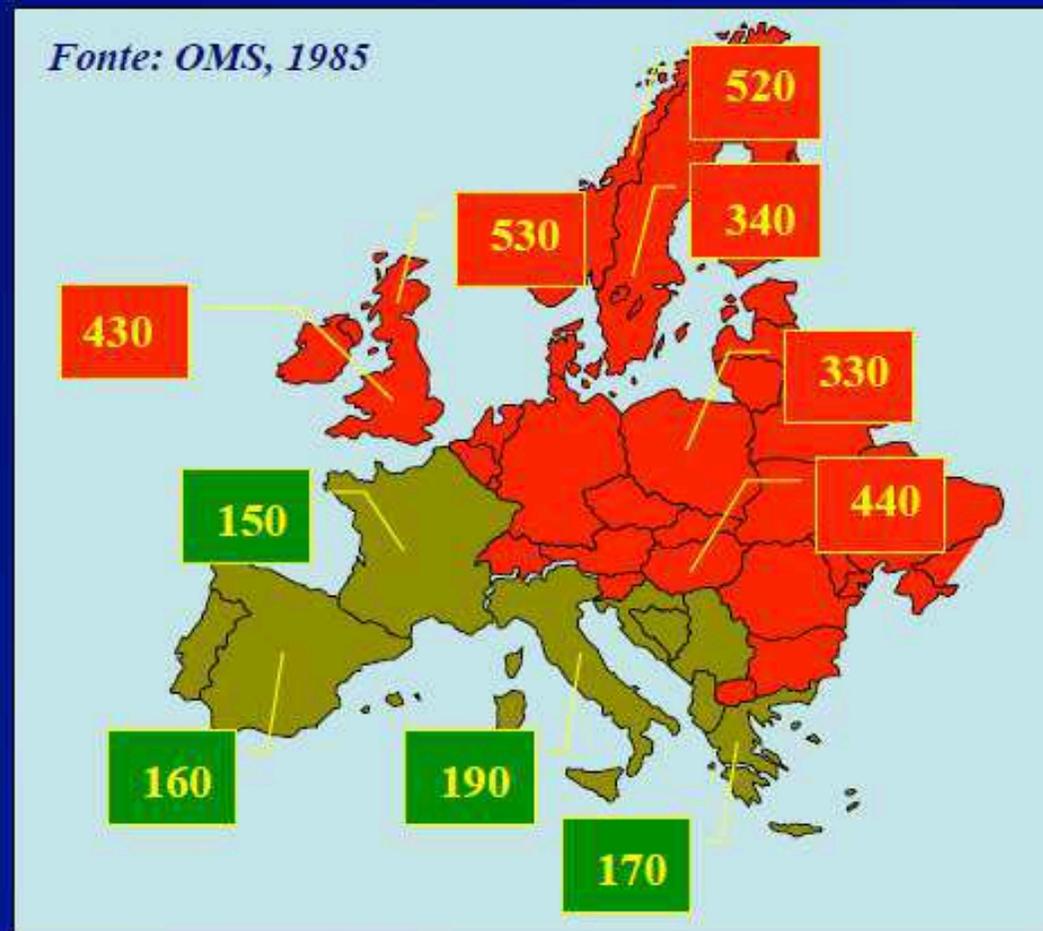


Alimentazione e salute

- Quando si scriverà la storia della medicina nel XX secolo, si distingueranno 2 svolte fondamentali:
 - 1) la scoperta degli antibiotici (la polmonite è stata la prima causa di morte in Occidente fino alla seconda guerra Mondiale);
 - 2) la dimostrazione scientifica che l'alimentazione ha profonde conseguenze su quasi tutte le malattie delle società occidentali.

2500 anni fa Ippocrate diceva “Lascia che il cibo sia la tua cura e che la tua cura sia il tuo cibo”

MORTALITÀ PER MALATTIE CARDIOVASCOLARI IN EUROPA



(per 100.000 persone/anno)

La Dieta Mediterranea

Il termine "Dieta Mediterranea"
tradizionale ricalca i modelli
alimentari tipici di alcune regioni
Mediterranee dei primi anni 60,
come Creta, parte della Grecia, il
Sud Italia, Nord Africa, Medio
Oriente, Spagna

Documento di Consenso Internazionale "Olio di oliva e Dieta Mediterranea: implicazioni per la salute in Europa"

- Da un punto di vista scientifico, si definisce DIETA MEDITERRANEA la dieta abitualmente consumata in Italia Meridionale e Insulare e in Grecia durante gli anni '50.
- La dieta mediterranea tradizionale è caratterizzata dall'abbondanza di alimenti vegetali come pane, pasta, verdure, insalate, legumi, frutta e frutti secchi; olio di oliva come fonte primaria di grassi, un moderato consumo di pesce, di carne bianca, di latticini e uova, moderate quantità di carne rossa e modesto consumo di vino durante i pasti.
- Questa dieta ha un basso contenuto di acidi grassi saturi, è ricca in carboidrati e fibra, e ha un alto contenuto di acidi grassi monoinsaturi che derivano principalmente dall'olio d'oliva.



La Dieta Mediterranea garantisce:

- θ rispetto delle indicazioni per la sana alimentazione;**
- θ varietà di colori, odori e sapori;**
- θ disponibilità di alimenti sani adatti anche per spuntini;**
- θ ricette appetitose e gustose;**
- θ il consumo di prodotti locali secondo il ritmo delle stagioni;**
- θ proposta di uno schema alimentare ben definito e concorrenziale rispetto a modelli involuti (come quello tipico dei Paesi del Nord Europa).**

DIETA MEDITERRANEA E MALATTIE CRONICO-DEGENERATIVE

La dieta mediterranea può avere effetti favorevoli nella prevenzione delle seguenti condizioni patologiche:

- obesità
- diabete
- iperlipidemia
- ipertensione
- aterosclerosi
- alcuni tipi di tumori

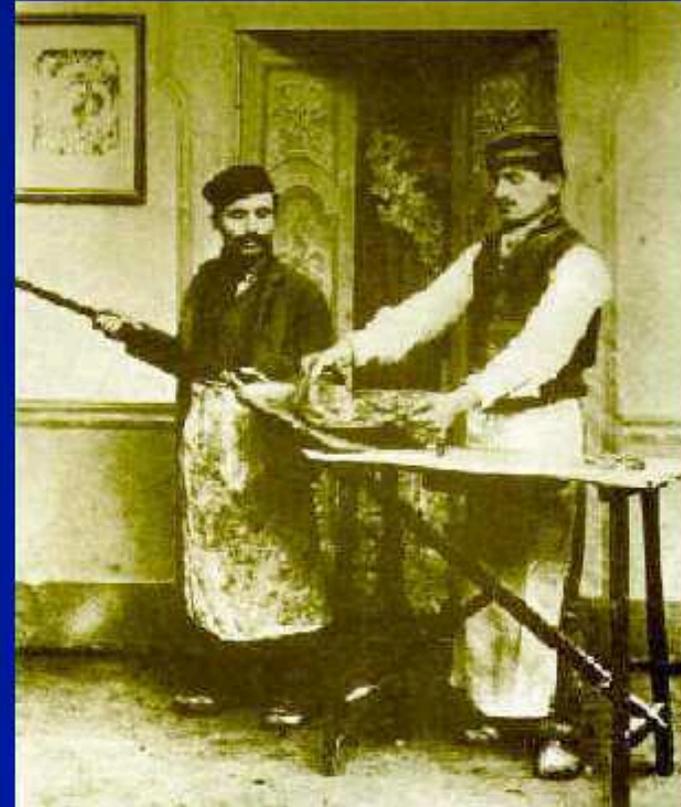


STATISTICHE DEL REGNO DI NAPOLI NEL 1811

Alimentazione quotidiana di una famiglia di cinque persone

- 2 Kg. di pane
- minestra di verdure o patate,
talvolta con pesce fresco o salato
- frutta, se disponibile
- olio d'oliva come unica fonte di
grassi
- 1 litro di vino

(da Cassese L, Salerno, 1955)



LA PIRAMIDE DELLA DIETA MEDITERRANEA



La salute vien mangiando...



A cura di Ersilia Troiano - Fonte: Linee Guida SINUPE

AS/2007

I NUTRIENTI DELLA DIETA MEDITERRANEA

- **Carboidrati: 55-60% del totale**
- **Proteine: prevalentemente di origine vegetale; 10-12% del totale**
- **Grassi: inferiori al 30%, con buona prevalenza di monoinsaturi**
- **Fibra alimentare: abbondante**
- **Apporti contenuti di sodio (sale), elevati di potassio ed altri minerali**
- **Elevato contenuto in antiossidanti (vitamine C ed E, carotenoidi, polifenoli)**

La Dieta Mediterranea è un modello alimentare idoneo alla promozione della salute e allo star bene. È quindi parte importante di uno stile di vita salutare che esalta gli aspetti positivi e gradevoli dell'esistenza.

Numerosissime evidenze sperimentali ne indicano l'efficacia nella prevenzione delle malattie croniche degenerative, in primo luogo le patologie cardiovascolari e le neoplasie.

Esempio SAIPEM



Esempio SAIPEM

- **Saipem, azienda leader mondiale nel settore dei servizi per l'industria oil&gas, opera in un ambiente multiculturale (45'000 unità di 135 differenti nazionalità);**
- **L'azienda dispone da oltre 10 anni di un SGSL certificato;**
- **Tale sistema ha contribuito a migliorare notevolmente le performance HSE in Saipem, riducendo notevolmente il tasso di infortuni nel corso del tempo.**
- **Negli ultimi 10 anni i dati rilevati hanno indicato il raggiungimento di un valore costante eccellente ma ormai stabilizzato (safety plateau).**
- **Investigazioni interne hanno indicato che circa il 90% degli incidenti e delle fatalità sul luogo di lavoro è collegato ad un aspetto comportamentale.**

Esempio SAIPEM

- **Saipem ha avviato dal 2008 un programma di miglioramento della sicurezza a tutti i livelli dell'organizzazione, con l'obiettivo di modificare la cultura, la prospettiva e l'atteggiamento con cui ciascuno affronta i compiti di ogni giorno, anche al di fuori dell'ambito lavorativo.**
- **L'aumento del numero di osservazioni di oltre il 300% e la contemporanea riduzione del 63% dell'indice di frequenza hanno mostrato la correttezza dell'analisi e l'efficacia dello strumento.**

Esempio SAIPEM



Grafico 1: andamento indice di frequenza SHOC (numero SHOC in 1.000.000 ore lavorate) dopo introduzione LiHS

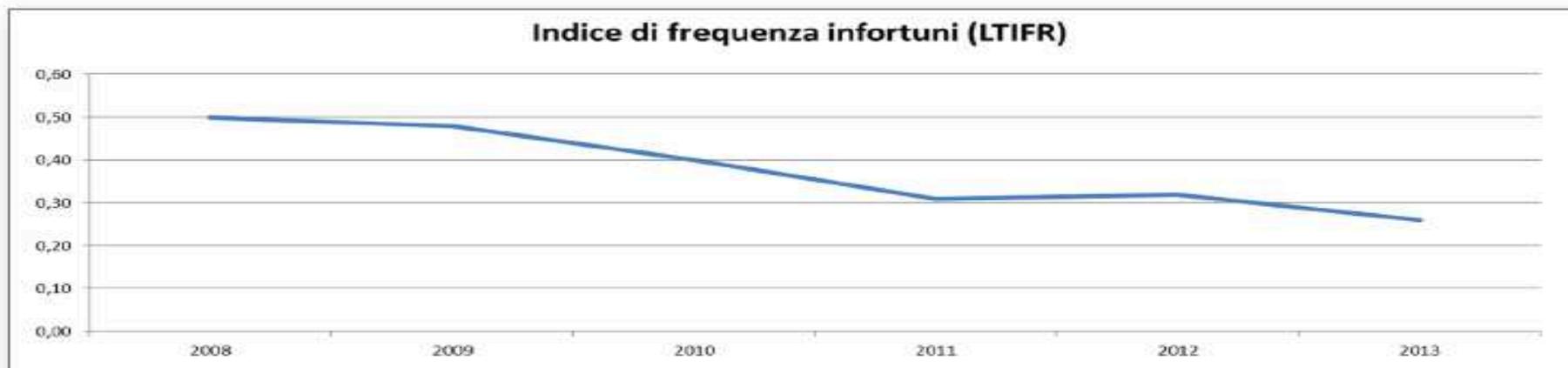


Grafico 2: andamento indice di frequenza infortuni "Lost Time Injury (LTI)" (numero LTI in 1.000.000 ore lavorate) dopo introduzione LiHS

Esempio SAIPEM

- Il programma **Leadership in Health and Safety (LiHS)** è stato preparato per **identificare gli strumenti più appropriati per comprendere e incidere sui comportamenti**, incoraggiando **quelli virtuosi e isolando quelli ritenuti dannosi** in termini di sicurezza.
- **LiHS** si configura **come una strategia per diffondere** nell'intera organizzazione aziendale **una corretta e solida cultura di salute e sicurezza**.
- Il programma prevede **uno sviluppo in tre fasi**. La prima fase è un **workshop** di un giorno e mezzo, a cui partecipa **la direzione aziendale**.
- Il **workshop parte** dall'elaborazione **dei valori chiave** che il **Top Management** aziendale ha **sviluppato** con la **creazione della Saipem Health & Safety Vision**, un **documento** che **delinea quello che vuole essere Saipem** nel futuro:

un'azienda leader mondiale anche nella salute e sicurezza.

Esempio SAIPEM



The banner features the LHS logo on the left, the title 'SAIPEM HEALTH & SAFETY VISION' in large bold letters, and the tagline 'Our commitment for a safer and better future'. On the right, three workers in orange safety gear are smiling. A large, faint star graphic is in the background.

➤ The safer, the better.
Our Vision for Saipem is to be “winners through passion for safety and health”

- **multicultural company**, where thousands are united by a passion for safety and health
- **transparent company**, where everyone is a safety leader, everyone speaks up for safety and everyone’s voice is heard
- **frontier company**, where people keep safe and well while working on tasks that range from the routine to the extreme
- **innovative company**, where health & safety is a way of life, not just a procedure
- **company** that is better because it is safer

“The safer we become, the more efficient we become...so literally the safer the better”

lhs@saipem.com | © 2011 ENI SpA - SAIPEM SpA

eni saipem
People, ideas, energy.

Fig 1: Manifesto Health & Safety Vision

La sottoscrizione del manifesto, che viene firmato da ogni partecipante rappresenta un momento importante di presa in carico e impegno diretto da parte della Direzione.

Esempio SAIPEM

- Il workshop propone una serie di strumenti pratici, tra cui il metodo **ABC**, utile a comprendere le motivazioni che spingono gli individui a mettere in pratica **comportamenti rischiosi**, e il **Five Stars**, che mostra come intervenire in modo efficace per **correggere comportamenti di concreto o potenziale pericolo senza creare conflitti** e come **rinforzare i comportamenti sicuri**.
- **L'alto coinvolgimento emotivo e l'utilizzo di forme innovative di comunicazione** sono tra i punti di forza del programma, che in questo modo punta a **trasmettere efficacemente i concetti chiave e a facilitarne l'interiorizzazione**.

Esempio SAIPEM

- **La seconda fase punta sulla diffusione a cascata di tali messaggi alla forza lavorativa. I manager stessi organizzano e gestiscono un meeting di circa un'ora che ha l'obiettivo di informare e coinvolgere i team di lavoro, rendendoli partecipi del necessario cambiamento culturale.**
- **A tutta la forza lavoro è indirizzata la terza fase, che consiste in un breve evento formativo focalizzato sull'utilizzo pratico dello strumento Five Stars che consente di gestire comportamenti insicuri che dovessero riscontrarsi in azienda, in ogni occasione lavorativa e ad ogni livello della catena gerarchica.**

Esempio SAIPEM



ENG

DEALING WITH AN UNSAFE ACT

Start intervention

- ★ Intervene calmly and firmly | *Hello, (Mark) I was on my way to...*
- ★ Open conversation

Target the act (not the person)

- ★ Describe what you see avoiding judgement of the person | *I notice you are not (wearing)...
I see the area is (untidy)...*

Agree approved methods

- ★ Ask the person to describe how the task should be done safely | *What is the procedure for...?*
- ★ Inform them of approved methods | *As you know... are required...*

Reason behind unsafe behaviour

- ★ Get them to explain why they were acting in this way | *Why are you (not wearing)...?*
- ★ Listen and show you have understood | *I see, if I understand you...*
- ★ Ask them to identify solution | *What can be done to (resolve)...?*

Self-impact

- ★ Ask how the negative consequences of this behaviour can impact on them | *What could happen if you don't (wear)...?
And how would that impact on (your family)...?*
- ★ Give an example | *For example, I saw a safety alert that...*

Every situation is different. Every person is different.
Adapt to the situation and the individual.



ENG

REINFORCING SAFE BEHAVIOUR

Start intervention

- ★ Intervene calmly and firmly | *Hello, (Mark) I was on my way to...*
- ★ Open conversation

Target the act

- ★ Describe what you see | *I notice you are (wearing)...
I see the area is (tidy)...*

Agree approved methods

- ★ Confirm approved methods | *(Wearing)... is exactly what is required*

Reinforce safe behaviour

- ★ Show why this behaviour is positive | *You're setting an excellent example to the new members...*

Self-impact

- ★ Ask what are the positive consequences for them personally | *What's the benefit for you...*
- ★ Give an example | *Yesterday I heard a case of someone who didn't (wear)... and he...*

Every situation is different. Every person is different.
Adapt to the situation and the individual.
© LHS Foundation

Fig. 4: "Five Stars" tool

Esempio SAIPEM

- Sviluppo: Estendere l'impegno aziendale alla sfera 'Health'.
- Tale impegno si è concretizzato nella **campagna *Choose Life***, che mira a **tutelare il benessere degli individui** - non solo delle proprie risorse, ma **anche dei loro familiari, amici e conoscenti**, coinvolgendo così tutta la società - dentro e fuori dal lavoro.
- **L'iniziativa al momento è focalizzata sui rischi per la salute** cui i dipendenti Saipem, in Italia e all'estero, sono maggiormente esposti:

la i disturbi cardiovascolari;

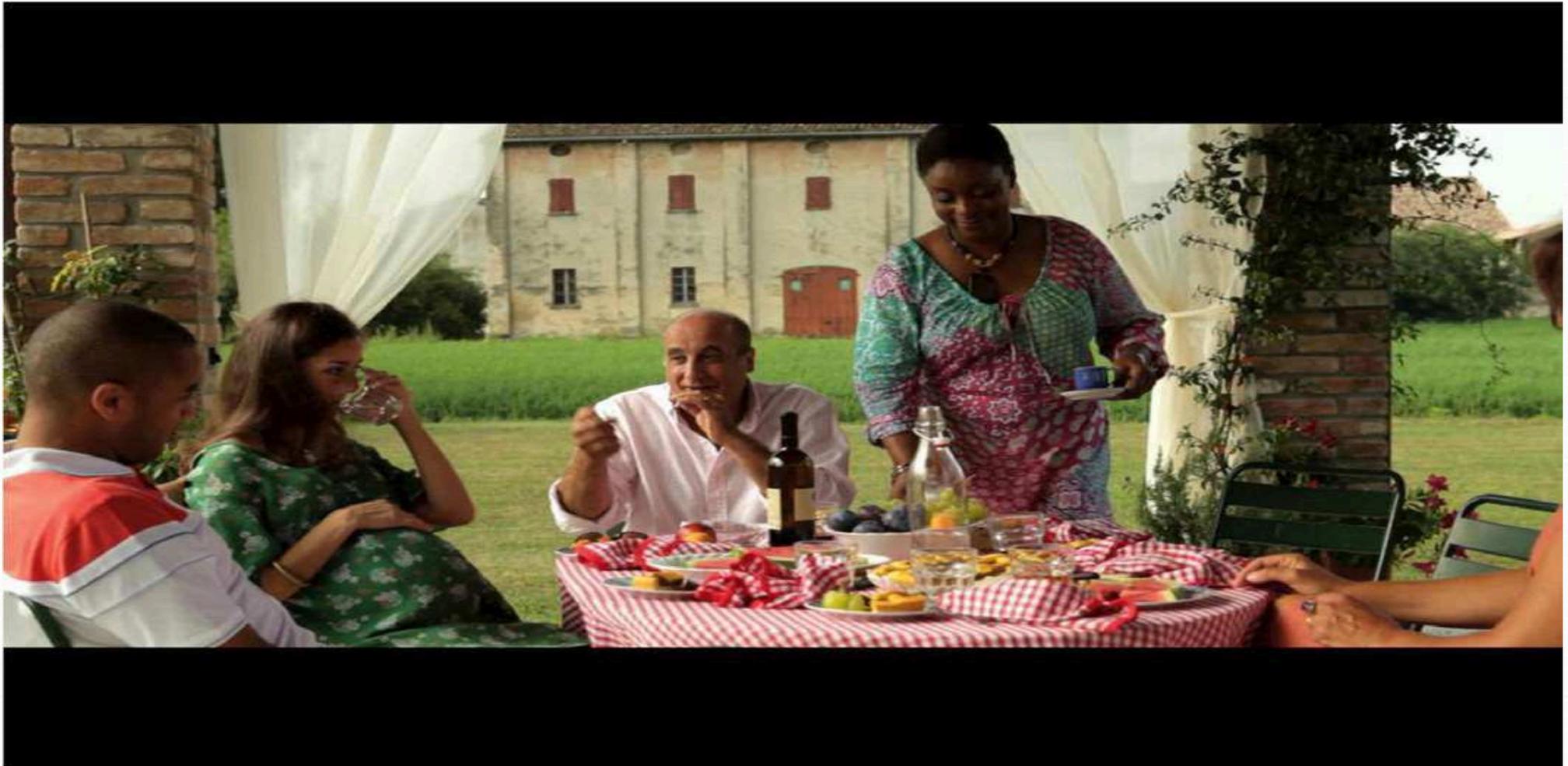
la malaria;

le malattie sessualmente trasmissibili.

- La campagna punta a **rinforzare la cultura della prevenzione** e a diffondere **l'adozione di scelte di vita più salutari**, insistendo sull'importanza di seguire **una corretta alimentazione, mantenersi attivi, fare controlli medici e seguire le procedure di profilassi.**

Esempio SAIPEM

- A supporto della campagna è stato realizzato un breve cortometraggio – il film “**Choose Life**”- che, prendendo spunto da esempi di vita familiare in cui ciascuno può immedesimarsi, è in grado di sensibilizzare chiunque su questo argomento così importante.



Esempio SAIPEM

- **Il successo dell'iniziativa dimostra l'efficacia dello strumento utilizzato, che interviene su tutta la catena organizzativa sfruttando il potente veicolo comunicativo rappresentato dal coinvolgimento emotivo.**
- **I vantaggi economici sono stati notevoli: ad oggi, facendo riferimento a dati OSHA (Occupational Safety and Health Administration), il risparmio "vivo" è calcolato in 57. 000. 000 \$, quello indiretto viene stimato in oltre 62. 000. 000 \$, quello morale e di immagine è incalcolabile.**

ESEMPIO EMA



Europea Microfusioni Aerospaziali S.p.A.

**Presentazione
Progetto AHEAD
ACTIVE HEALTHY ERGONOMICS
AGAINST DISEASE**

EMA Progetto AHEAD (pre-progetto):

Situazione Iniziale:

La situazione di partenza è stata l'analisi approfondita dei dati provenienti dall'assenteismo per malattia e dallo studio statistico degli accessi nell'Infermeria Aziendale. La valutazione dei dati è stata illuminante.

Le questioni legate agli aspetti ergonomici del luogo di lavoro possono causare potenziale di assenteismo, bassa produttività e cause di lavoro. Non sempre il miglioramento oggettivo del posto di lavoro e delle attività manuali, qualunque essa sia, risolve i problemi del tutto individuali.

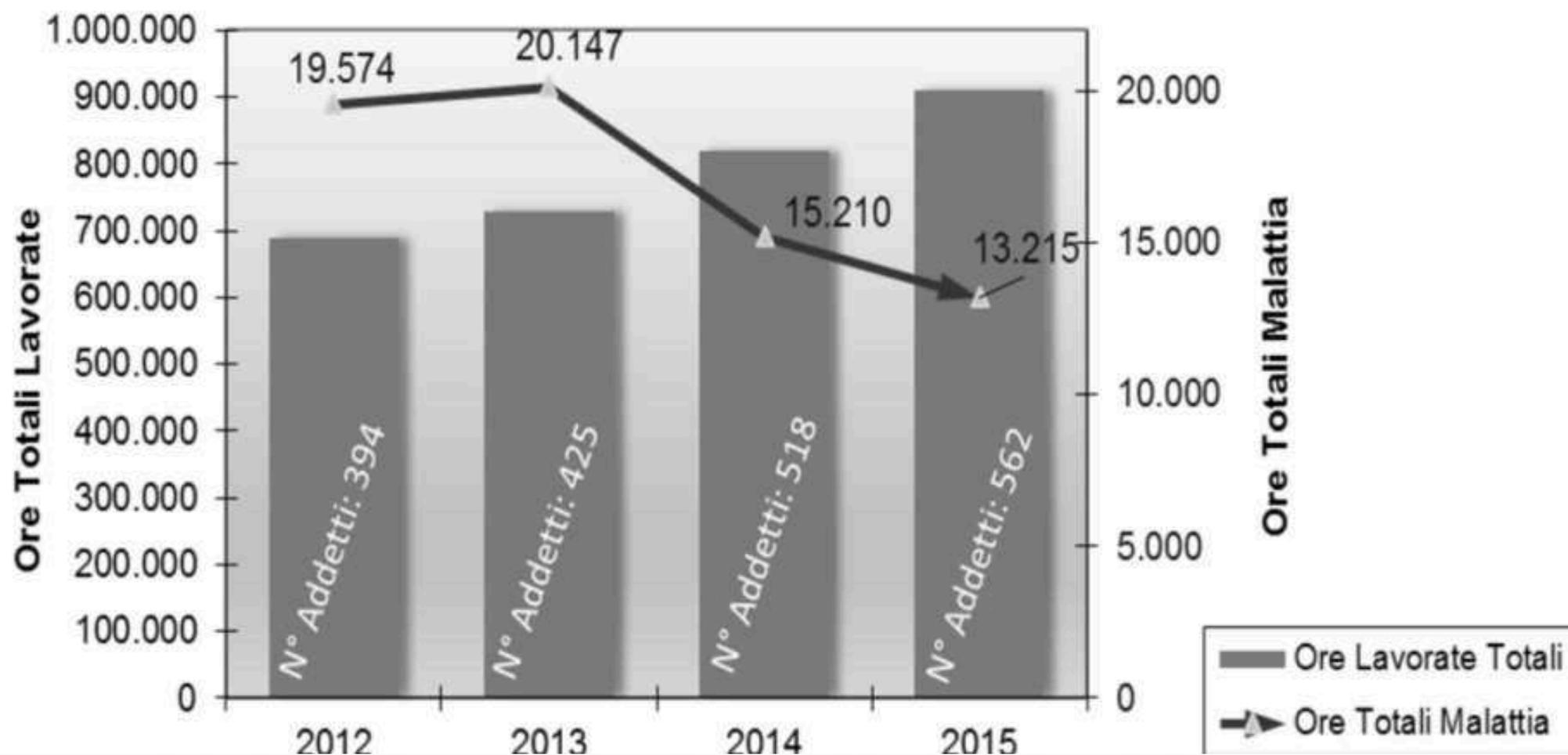
Le statistiche, quindi, hanno mostrato che su circa 500 accessi, all'Infermeria Aziendale EMA in un periodo di circa 1 anno, circa 300 casi erano attribuibili a mancanza di esercizio fisico e ad una cattiva postura (ipertensione, emicrania, mal di schiena e disturbi muscoloscheletrici).

Da queste valutazioni è nata l'idea del Progetto AHEAD.

EMA Progetto AHEAD (post 1^a fase):

Strategie Elaborate e Risultati Ottenuti (Prima fase):

I risultati ottenuti a tutt'oggi, e quindi ancora limitati, sono il primo frutto di alcuni degli strumenti messi in campo, quali ad esempio (Fisioterapia durante l'orario di lavoro e Sport durante le pause), si veda il grafico sotto:



Progetto AHEAD (Active Healthy Ergonomics Against Disease):

Prevenzione:

- Esami Ematici particolari inseriti nella Medicina del Lavoro (PSA, etc.);
- Assicurazione Medica Integrativa (attiva dal 2009), estesa ai familiari;
- Check Up Annuale (attivo dal 2011);
- Nutrizionista e Dietologo/a per dieta controllata in Mensa aziendale (completamento Maggio 2016);
- Visite Specialistiche Gratuite (Senologiche, Dermatologiche, Cardiologiche, etc.).

Attività Sportive:

- **Sessioni settimanali di Fisioterapia/Massaggi (già attivo da Giugno 2014);**
- Pista Running interna al sito (si veda pianta allegata, completamento Aprile 2016);
- Palestra dipendenti Rete POEMA (si veda pianta allegata, completamento Maggio 2016);
- Convenzioni con Piscine e Palestre in zone limitrofe (max 15 min in auto);
- Organizzazione di Tornei Sportivi Aziendali (Calcio, Tennis e Triathlon).

Progetto AHEAD (Active Healthy Ergonomics Against Disease):

Emergenze:

- Infermeria Attrezzata con n° 2 DAE ed attrezzature mediche (Adulti e Bambini);
- Acquisto di un ulteriore Defibrillatore/Monitor LIFEPAK® 15 (Physio Control) con capacità di trasmissione dei dati ECG al centro UTIC di Ariano Irpino (AV) diretto dal Dr. Bellizzi – Unico Centro Campano di riferimento dotato di software Lifenet che permette di richiedere un consulto cardiologico a distanza;
- Acquisto di un sistema per compressioni toraciche LUCAS 2;
- Personale interno opportunamente formato BLS-D (N° 40 addetti);
- Personale interno opportunamente formato Lotta agli Incendi (N° 80 addetti);
- Locali gestione Emergenze attrezzati (Anti NBC e Autorespiratori);
- N° 27 ASPP formati a copertura di ogni area;
- Elisuperficie H2 (36 x 36 metri) per Emergenze;
- Sito produttivo già adeguato, con opere di miglioramento antisismico al D.M. 14/01/2008).

Responsabilità Sociale:

- Sessioni settimanali (3 giorni su 6) con Psicologo/a (completamento Aprile 2016);
- Pulmino Aziendale giornaliero (attivo dal 2004) – potenziato in numero di persone nel Febbraio 2016;
- Asilo Nido Aziendale (già attivo dal 2005) da estendere a 30 bambini (completamento Giugno 2016) e Mensa Aziendale;



Venerdì, 4 Marzo 2016 dalle ore 15:00

AMDOS Alta Irpinia, in collaborazione con EMA e POEMA, effettuerà

VISITE SENOLOGICHE GRATUITE

Dott. Carlo IANNACE – Senologo;

Dott. Danilo PALMIERI – Senologo;

Dott. Domenico VOLINO – Radiologo;

Dott. Dina VOLINO – Radiologo;

Team AMDOS Alta Irpinia.

Le visite verranno effettuate presso la sede della EMA – Morra De Sanctis (AV).

Nella giornata del 4 Marzo 2016 dalle ore 15 alle 21:30, sono state effettuate un totale di 175 visite al personale EMA, con le seguenti risultanze:

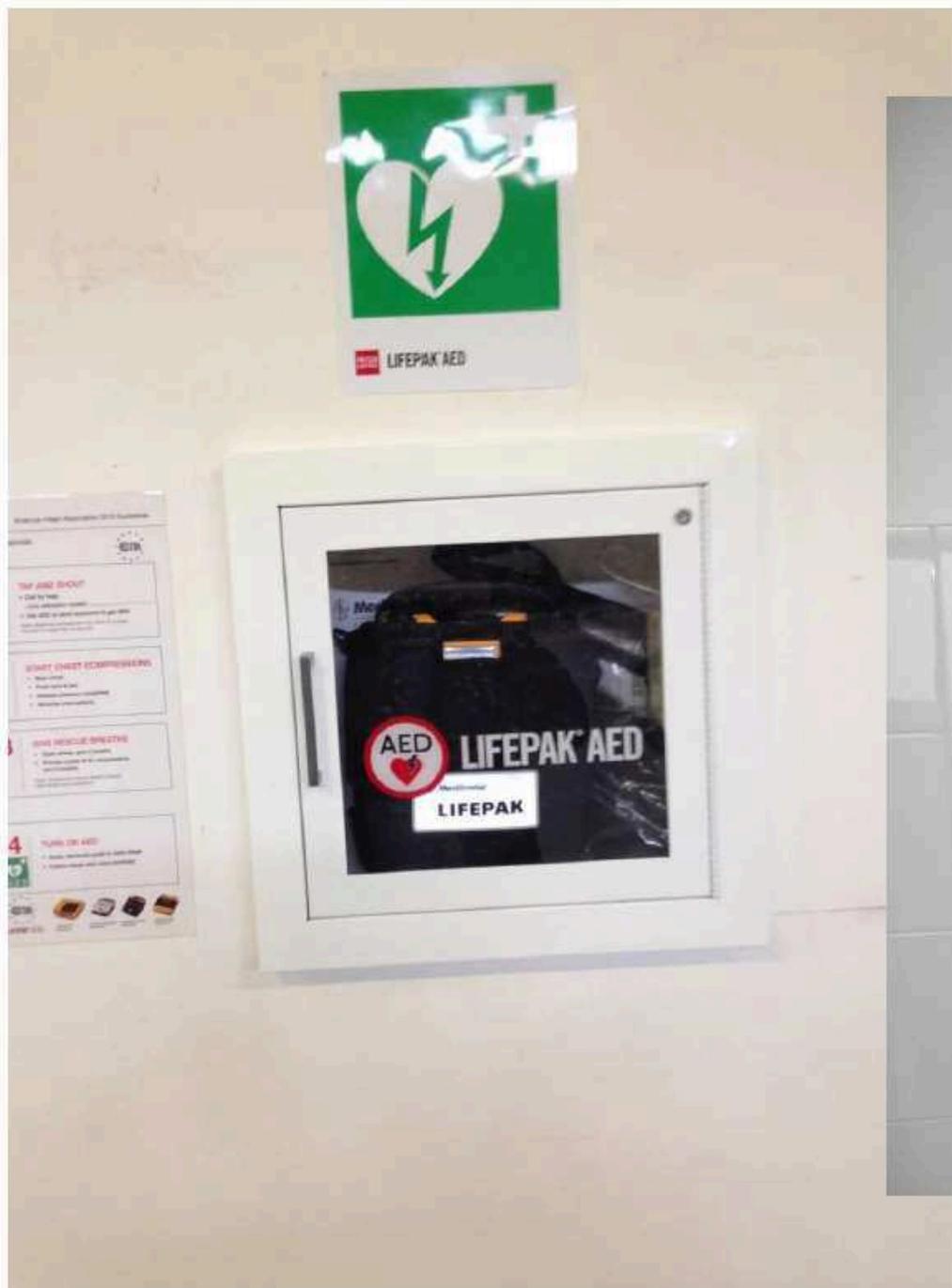
N° 4 donne necessità di ulteriori indagini;

N° 1 uomo necessità di effettuare ulteriori indagini.

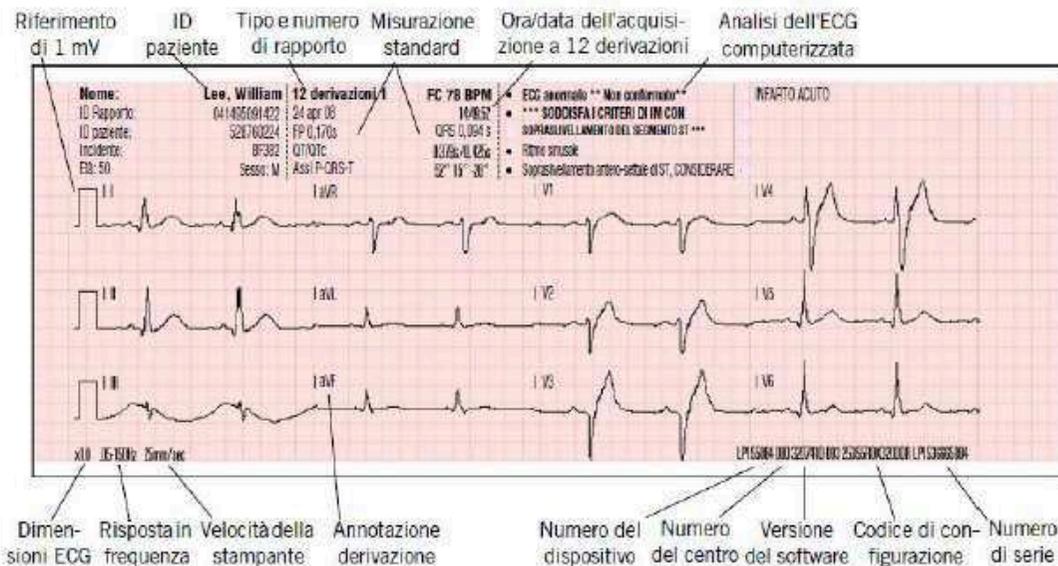
Giornate della Prevenzione Volontaria



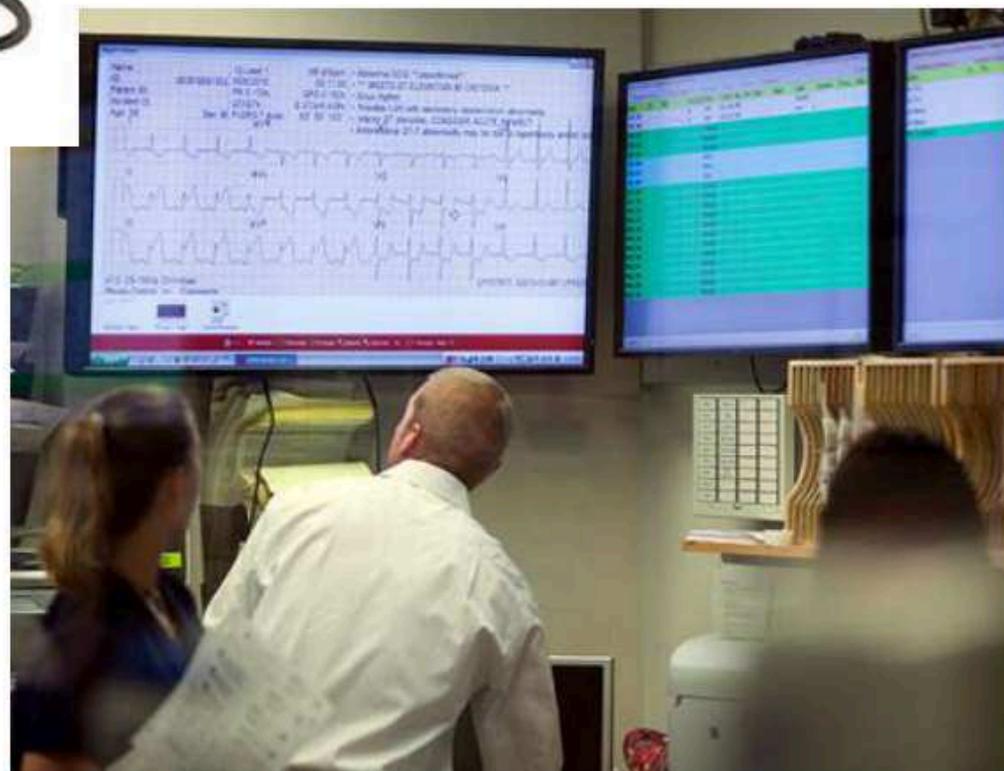
Asilo Nido EMA



N° 2 Defibrillatori semiautomatici (Lifepak CR+ e 1000)



N° 1 DAE Defibrillatore semiautomatico Lifepak 15 con capacità di trasmissione dati in remoto al centro di riferimento regionale (UTIC di Ariano Irpino AV) dotato di sistema LIFENET





LUCAS ® 2 Sistema per compressioni toraciche.

Progettato per effettuare compressioni toraciche efficaci, a pressione costante e senza interruzioni in conformità alle linee guida AHA, il LUCAS è destinato all'utilizzo su pazienti adulti, in ambiente extra e intra-ospedaliero.

N° 1 LUCAS 2 Sistema per compressioni toraciche



Esempio di Simulazione Emergenze:



Politica di Riduzione Fumo nei luoghi di lavoro

Raffaele d'Angelo
CONTARP

INAIL- direzione regionale per la Campania
r.dangelo@inail.it



GRAZIE