

*CORRETTI STILI DI VITA E SICUREZZA SUL LAVORO*

*PREVENZIONE DELLE MALATTIE E DEGLI INFORTUNI CONNESSI*

ABITUDINI ALIMENTARI E  
SALUTE E SICUREZZA DEI  
LAVORATORI

SERVIZIO TUTELA DELLA SALUTE NEGLI AMBIENTI DI LAVORO - ASL BN

Dr. Francesco Pallotta

---

---

Nesso tra la tutela della sicurezza e salute sul lavoro ed educazione alimentare.

Perché un lavoratore dovrebbe alimentarsi correttamente?

Un regime alimentare troppo povero o una alimentazione troppo ricca sul luogo di lavoro possano provocare una perdita di produttività del 20% circa”.

In particolare una delle “più frequenti e gravi conseguenze della scorretta alimentazione è l’obesità che ha ripercussioni negative anche sull’attività lavorativa sia influenzando sullo svolgimento del lavoro che favorendo gli infortuni”

Il rischio di incorrere in infortuni è maggiore del 15% per i soggetti in sovrappeso e del 48% per gli obesi rispetto ai lavoratori normopeso.

SERVIZIO

TUTELA DELLA SALUTE NEGLI AMBIENTI DI LAVORO - ASL BN

Dr. Francesco Pallotta



Inoltre, i lavoratori in sovrappeso sarebbero esposti a un rischio di invalidità superiore del 26% rispetto ai loro colleghi normopeso, percentuale, questa, che salirebbe al 76% per i lavoratori obesi

# *Obesità e malattie professionali*

L'obesità :

- può contribuire a modificare la risposta immunitaria in presenza di agenti infettivi e sostanze chimiche
- può essere un fattore predisponente lo sviluppo dell'asma professionale

## *Obesità e malattie professionali*

- è un fattore di rischio per malattie dell'apparato muscolo scheletrico come la sindrome del tunnel carpale, l'osteoartrite del ginocchio
- è un fattore di rischio indipendente per le malattie cardiovascolari nell'esposizione lavorativa ad agenti cardiolesivi

# *Obesità e malattie professionali*

- accentua gli effetti delle vibrazioni con maggiore compromissione muscolare, vascolare e nervosa;
- in caso di esposizione a tricloroetilene aumenta il rischio per il carcinoma del rene e aumenta l'incidenza di melanoma cutaneo.

## *Obesità e rischio occupazionale*

La relazione tra obesità e rischio occupazionale va letta in una duplice veste, nel senso che, se da un lato l'obesità è la causa o concausa principale nel favorire l'esposizione del lavoratore al rischio di infortuni o malattie lavoro-correlate, dall'altro lato l'esposizione a taluni fattori di rischio (lavori a turni, stress, ecc.) può favorire lo sviluppo dell'obesità.

# *Obesità e rischio occupazionale*

L'obesità è statisticamente più frequente nei lavoratori la cui occupazione prevede un prolungata sedentarietà, in coloro che svolgono lavoro a turni e in quelli di sesso maschile che lavorano più di 35 ore settimanali.

Gli obesi si assentano per malattia più spesso degli altri e hanno un maggior rischio di sviluppare malattie professionali.

# *Obesità e rischio occupazionale*

L'obesità è associata ad una ridotta partecipazione alla vita lavorativa , aumento di assenteismo, disabilità e maggiore ricorso alle strutture sanitarie, minore remunerazione economica, possibili ricadute negative sulla produttività

## *Obesità e stress*

L'obesità è “correlata positivamente a stress lavorativo, nel senso che un lavoro stressante è associato a maggiore Indice di Massa Corporea”.

In questo senso uno studio prospettico condotto ha dimostrato “ che chi è esposto a stress cronico in ambiente lavorativo ha il 50% di possibilità in più di diventare obeso ”.

# *Obesità e sicurezza sul lavoro*

*È evidente come l'obesità possa determinare “importanti limitazioni fisiche nei movimenti e nell'agilità nello svolgimento dell'attività lavorativa con conseguente riduzione della sicurezza.*

# *Obesità e sicurezza sul lavoro*

E l'obesità può essere causa di sonnolenza diurna e di abitudini di sonno irregolari. In particolare il 10% degli intervistati ha riferito di soffrire di apnea notturna, una “patologia ad es. pericolosa per la sicurezza stradale”.

# *Obesità e sicurezza sul lavoro*

Un'indagine del 2005 dell'Inail mostra poi che “la maggior parte degli infortuni avviene nelle ore post-prandiali, probabilmente anche a causa del tipo di dieta che rende più rischiose le ore pomeridiane”.

# *Obesità e sicurezza sul lavoro*

Anche riguardo ai dispositivi di protezione individuale i lavoratori obesi hanno maggiore difficoltà a reperire DPI “idonei alla loro conformazione fisica (respiratori, guanti, indumenti, giubbetti di salvataggio, giubbetti antiproiettile) che, indossati male e risultando scomodi, non assicurano la dovuta protezione”.

## *Ruolo dei medici competenti*

- durante le visite mediche con la raccolta di semplici parametri quali altezza, peso, circonferenza vita e pressione arteriosa possono valutare il rischio cardiovascolare
- identificare la classe di appartenenza secondo l'Indice di Massa Corporea
- calcolare il fabbisogno calorico rispetto al lavoro svolto

## *Ruolo dei medici competenti*

Attraverso campagne aziendali di promozione della salute, possono informare sui rischi della non corretta alimentazione e valorizzare gli effetti positivi sulla salute della dieta”.

*GRAZIE PER L'ATTENZIONE*

SERVIZIO TUTELA DELLA SALUTE NEGLI AMBIENTI DI LAVORO - ASL BN

Dr. Francesco Pallotta

