



## Promozione della salute nei luoghi di lavoro — Per i datori di lavoro

### Cos'è la promozione della salute nei luoghi di lavoro?

La promozione della salute sul lavoro (PSL) è il risultato degli sforzi congiunti dei datori di lavoro, dei lavoratori e della società volti a migliorare la salute e il benessere nei luoghi di lavoro <sup>(1)</sup>. Vi contribuiscono i seguenti fattori:

- il miglioramento dell'organizzazione del lavoro e dell'ambiente di lavoro;
- l'incoraggiamento del personale a partecipare ad attività salutari;
- la promozione di scelte sane;
- l'incoraggiamento alla crescita personale.

### Esempi di misure di PSL:

Misure a livello organizzativo:

- offrire flessibilità in termini di orari e luoghi di lavoro;
- favorire la partecipazione dei lavoratori al miglioramento dell'organizzazione del loro lavoro e del loro ambiente lavorativo;
- mettere a disposizione dei lavoratori opportunità di apprendimento permanente.

Misure riguardanti l'ambiente di lavoro:

- fornire spazi di socializzazione;
- vietare completamente il fumo;
- offrire un ambiente di lavoro che promuova il benessere psicosociale.

Misure a livello individuale:

- proporre e finanziare attività ed eventi sportivi;
- incoraggiare un'alimentazione sana;
- offrire programmi per smettere di fumare;
- sostenere il benessere mentale, ad esempio attraverso consulenze esterne di tipo psicosociale in forma anonima e sedute per combattere lo stress.

### Perché investire nella PSL?

Un'organizzazione di successo si basa su lavoratori sani che lavorano in un ambiente favorevole <sup>(1)</sup>. Migliorando il benessere e la salute dei lavoratori, la PSL è in grado di <sup>(2)</sup>:

- ridurre l'assenteismo;
- aumentare la motivazione;
- accrescere la produttività;
- facilitare le assunzioni;
- ridurre il ricambio di personale;
- promuovere un'immagine positiva e attenta ai bisogni del personale.



Le ricerche dimostrano che per ogni euro investito nella PSL si ottiene un rendimento compreso tra 2,5 e 4,8 euro per la riduzione dei costi legati al tasso di assenteismo <sup>(3)</sup>.

### Come attuare la PSL?

#### Quattro fasi per un'organizzazione sana

Uno degli aspetti più importanti per portare a termine con successo le attività di PSL è rappresentato dall'impegno continuo di tutti i soggetti coinvolti. L'impegno della dirigenza è essenziale per evitare conflitti tra il programma di PSL e la prassi dirigenziale. È anche fondamentale, ove possibile, coinvolgere il personale e incoraggiare la massima partecipazione durante tutte le fasi di PSL.

Inoltre, la maggior parte dei programmi di PSL che vantano un'ottima pianificazione associano alle esigenze dell'organizzazione quelle dei lavoratori. Di conseguenza, non esiste un modello standard di PSL, ogni azienda deve adattare i principi chiave delle attività volte alla PSL in base alla propria situazione. Questi ultimi prevedono le fasi seguenti:

#### 1. Preparazione

- **Creare una task force** responsabile della pianificazione e dell'attuazione del programma di PSL, che dovrebbe coinvolgere i rappresentanti dei seguenti settori:
  - alta dirigenza;
  - comitato del personale;
  - dipartimento risorse umane;
  - servizio e comitato per la sicurezza e la salute sul lavoro.
- **Informare tutti** del programma di PSL mediante diversi mezzi di comunicazione, quali manifesti, avvisi, intranet e incontri.

<sup>(1)</sup> <http://www.enwhp.org>

<sup>(2)</sup> [http://www.who.int/occupational\\_health/topics/workplace/en/index1.html](http://www.who.int/occupational_health/topics/workplace/en/index1.html)

<sup>(3)</sup> [http://www.iga-info.de/fileadmin/texte/iga\\_report\\_3e.pdf](http://www.iga-info.de/fileadmin/texte/iga_report_3e.pdf)

- **Verificare la conformità agli obblighi normativi in materia di sicurezza e salute sul lavoro.** La PSL è efficace solo se si gestiscono in modo efficace i rischi professionali.

## 2. Pianificazione

- **Valutare le esigenze.** È possibile sfruttare al massimo l'efficacia di un programma di PSL valutando attentamente le esigenze e le aspettative dei lavoratori. A tal fine è utile:
  - organizzare gruppi tematici;
  - condurre indagini mediante questionari online;
  - combinare la valutazione con azioni analoghe esistenti (ad esempio, inserendo domande relative a salute e benessere in un sondaggio sulla valutazione dei rischi);
  - analizzare i dati a disposizione: statistiche aziendali, quali aspetti demografici della forza lavoro, assenteismo, tassi di ricambio del personale e altri dati riguardanti la salute, come il controllo sanitario del personale o gli screening sanitari volontari, possono suggerire le aree di intervento.
- **Definire le priorità.** Individuare gli obiettivi specifici del programma di PSL e stabilire le priorità. Tali obiettivi possono includere:
  - migliorare l'equilibrio tra vita professionale e vita privata;
  - ridurre i disturbi muscolo-scheletrici;
  - promuovere in generale uno stile di vita sano.
- **Stabilire un collegamento con le attività di prevenzione dei rischi.** Se possibile, i programmi e gli interventi di PSL devono essere collegati alle attività di prevenzione dei rischi.
- **Integrare le attività già esistenti e di successo,** come i gruppi podistici, all'interno del programma di PSL.
- **Attuare un programma coordinato** invece di avviare diverse iniziative separate tra loro.
- **Coinvolgere organizzazioni intermediarie,** se necessario, e approfittare di ogni offerta, materiale o iniziativa, tra cui:
  - le compagnie assicurative per la stipula dell'assicurazione obbligatoria contro gli infortuni che, ad esempio, offrono premi ridotti alle aziende che attuano programmi di PSL;
  - i piani di assicurazione sanitaria che prevedono un rimborso nel caso in cui gli assicurati si iscrivano a corsi o circoli sportivi;
  - l'utilizzo della copertura assicurativa per curare i lavoratori che hanno una dipendenza nei confronti del tabacco.
- **Dare le stesse opportunità a tutti i lavoratori** evitando disuguaglianze, ad esempio non tenendo in considerazione gli orari di tutti i lavoratori. Sarebbe utile anche valutare il modo migliore per comunicare con coloro che non dispongono di un indirizzo e-mail.
- **Considerare una valutazione dei risultati** prima di avviare il processo. Monitorare i segnali di successo o di fallimento servirà a valutare e, se necessario, a migliorare il programma.

## 3. Realizzazione

- **Ottenere un sostegno attivo e visibile da parte dell'alta dirigenza, dei quadri intermedi e subalterni.** Si tratta di uno dei principali fattori per creare una cultura della salute sul luogo di lavoro.
- **Coinvolgere il più possibile i lavoratori.** Più il programma di PSL corrisponde alle esigenze dei lavoratori, minore sarà la necessità di promuoverlo. Gli incentivi concepiti su misura per la vostra organizzazione possono favorire lo sviluppo di una cultura della salute all'interno della stessa. Questi possono comprendere:
  - incentivi finanziari e contributi per coprire i costi di attività sociali o sportive esterne;
  - tempo libero per partecipare alle iniziative;
  - concorsi e premi a riconoscimento della partecipazione ai programmi di PSL.
- **Adeguare i materiali ai destinatari.** Il grado di complessità e precisione e la difficoltà di lettura devono essere adeguati al pubblico. Chiedere informazioni di ritorno.

## 4. Valutazione e attuazione continua

- **Analizzare l'impatto del programma di PSL:**
  - sulla soddisfazione del personale, ad esempio mediante un sondaggio;
  - sui principali fattori economici, come il ricambio del personale, la produttività e i tassi di assenteismo.
- **Valutare i vantaggi finanziari** del programma di PSL.
- **Comunicare i risultati** della valutazione: informare il personale dei successi ottenuti e delle modifiche previste per il futuro.
- **Continuare a pianificare e a migliorare le attività:** una PSL valida è un processo continuo.
- **Comprendere** in modo approfondito i risultati della valutazione per pianificare le azioni future.

### Ricordate:

- Non ha senso attuare un programma di PSL senza offrire, allo stesso tempo, un ambiente lavorativo sano e sicuro. La PSL si basa su una cultura della salute che richiede innanzitutto una gestione adeguata dei rischi.
- La promozione della salute sul luogo di lavoro va al di là degli obblighi normativi, si basa sull'azione volontaria di entrambe le parti.
- La PSL è efficace solo se costituisce un elemento stabile di tutti i processi organizzativi.

**Ulteriori informazioni** sulla PSL sono accessibili all'indirizzo <http://osha.europa.eu/en/topics/whp>

**Ulteriori informazioni** in italiano sulla promozione della salute nei luoghi di lavoro sono accessibili all'indirizzo <http://www.ispesl.it>

## Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro

Gran Vía, 33, 48009 Bilbao, SPAGNA  
Tel. +34 944794360, fax +34 944794383  
E-mail: [information@osha.europa.eu](mailto:information@osha.europa.eu)

© Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro. Riproduzione autorizzata con citazione della fonte. Printed in Belgium, 2010

