REGIONE LAZIO

REGIONE LAZIO

Direzione: SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA

Area: PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE

DETERMINAZIONE - GSA *(con firma digitale)*

N. G00224 **del** 12/01/2024 **Proposta n.** 539 **del** 08/01/2024

Oggetto:

Piano Regionale della Prevenzione 2020/2025 approvato con DGR 970 del 21/12/2021 - Programma predefinito PP3 "Luoghi di lavoro che promuovono salute". Approvazione del Vademecum: "Indicazioni per la gestione della Promozione della salute nei luoghi di lavoro".

Proponente:

Estensore	BOSCA LAURA	_____*firma elettronica*_____
Responsabile del procedimento	DI GIORGIO MAURIZIO	_____*firma elettronica*_____
Responsabile dell' Area	A. BARCA	_____*firma digitale*_____
Direttore Regionale	A. URBANI	_____*firma digitale*_____

Firma di Concerto

Copia

Richiesta di pubblicazione sul BUR: SI

OGGETTO: Piano Regionale della Prevenzione 2020/2025 approvato con DGR 970 del 21/12/2021- Programma predefinito PP3 “Luoghi di lavoro che promuovono salute”. Approvazione del Vademecum: “Indicazioni per la gestione della Promozione della salute nei luoghi di lavoro”.

IL DIRETTORE DELLA DIREZIONE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA

SU PROPOSTA del Dirigente dell’Area Promozione della Salute e Prevenzione e del Dirigente dell’Ufficio Sicurezza nei Luoghi di Lavoro;

VISTI:

- lo Statuto della Regione Lazio;
- la Legge regionale 18 febbraio 2002, n. 6 “Disciplina del sistema organizzativo della Giunta e del Consiglio e disposizioni relative alla dirigenza ed al personale regionale” e s.m.i.;
- il Regolamento regionale 6 settembre 2002, n. 1 “Regolamento di organizzazione degli uffici e dei servizi della Giunta regionale.” e s.m.i.;

VISTA la deliberazione della Giunta Regionale 23 maggio 2023, n. 234 con la quale è stato conferito l’incarico di Direttore della Direzione regionale Salute e integrazione sociosanitaria al Dr. Andrea Urbani;

VISTO l’Atto di organizzazione n. G15498 del 14.12.2021, con il quale è stato conferito alla dott.ssa Alessandra Barca l’incarico di Dirigente dell'Area "Promozione della salute e prevenzione" della Direzione regionale "Salute e Integrazione Sociosanitaria”;

VISTO l’Atto di organizzazione n. G08017 del 20 giugno 2022, con il quale è stato conferito al dott. Maurizio Di Giorgio l’incarico di Dirigente dell’Ufficio Sicurezza nei Luoghi di Lavoro dell'Area "Promozione della salute e prevenzione" della Direzione regionale "Salute e Integrazione Sociosanitaria”;

VISTA la Determinazione 2 ottobre 2018, n. G12275 concernente “Riorganizzazione delle strutture organizzative della Direzione regionale Salute e Integrazione Sociosanitaria - Recepimento della Direttiva del Segretario Generale del 3 agosto 2018, prot. n. 484710, come modificata dalla Direttiva del 27 settembre 2018, n. 590257”, come modificata dalle Determinazioni n. G12533 del 5 ottobre 2018, n. G13374 del 23 ottobre 2018, n. G13543 del 25 ottobre 2018, n. G02874 del 14 marzo 2019 e n. G09050 del 3 luglio 2019 e n. G12929 del 4 novembre 2020, con cui è stato definito l’assetto organizzativo della Direzione regionale Salute e Integrazione Sociosanitaria e approvate le declaratorie delle competenze delle Aree, degli Uffici e del Servizio;

VISTI:

- la Legge 27 dicembre 1978, n. 833 e s.m.i. concernente “Istituzione del Servizio Sanitario Nazionale”;
- il Decreto Legislativo 30 dicembre 1992, n. 502 e s.m.i. concernente “Riordino della disciplina in materia sanitaria, a norma dell’art. 1 della legge 23 ottobre 1992, n. 421 e successive modificazioni” e s.m.i.;
- la Legge regionale 6 giugno 1994, n. 18 e s.m.i. concernente “Disposizioni per il riordino del servizio sanitario regionale ai sensi del decreto legislativo 30 dicembre 1992, n. 502 e successive modificazioni e integrazioni. Istituzione delle aziende unità sanitarie locali e delle aziende ospedaliere”;

VISTO il D.Lgs 9 aprile 2008, n. 81 e s.m.i. concernente “Attuazione dell’art. 1 della legge 3 agosto 2007, n. 123, in materia di tutela della salute e della sicurezza nei luoghi di lavoro”;

Copia

VISTO il Decreto-Legge 21 ottobre 2021, n. 146 coordinato con la legge di conversione 17 dicembre 2021, n. 215 recante «Misure urgenti in materia economica e fiscale, a tutela del lavoro e per esigenze indifferibili.»;

VISTA la Legge Regionale 17 giugno 2022, n. 11 Disposizioni per la promozione della salute e della sicurezza sul lavoro e del benessere lavorativo. Disposizioni finanziarie varie;

VISTA l'Intesa tra il Governo, le Regioni e le Province autonome di Trento e Bolzano concernente l'approvazione del Piano Nazionale della Prevenzione 2020-2025 (Rep. Atti n. 127 CSR del 6/08/2020);

VISTA la Deliberazione della Giunta regionale del 30 dicembre 2020, n. 1051 con la quale è stato recepito il Piano Nazionale della Prevenzione (PNP) 2020-2025;

VISTA la Deliberazione della Giunta regionale del 21 dicembre 2021, n. 970 con la quale è stato approvato il Piano Regionale della Prevenzione (PRP) 2021-2025, che si compone di 10 Programmi Predefiniti (PP) ovvero Programmi comuni a tutte le Regioni e 5 Programmi Liberi (PL) definiti sulla base del quadro epidemiologico e delle priorità di intervento regionali;

CONSIDERATO che tra le numerose azioni previste dal PRP, vi sono la produzione e diffusione di documenti contenenti linee di indirizzo regionali e buone pratiche per la salute e sicurezza nei luoghi di lavoro, di facile consultazione e semplice adozione ed applicazione, che possono contribuire in modo significativo alla riduzione degli infortuni e delle malattie professionali;

VISTO il Vademecum "Indicazioni per la gestione della Promozione della salute nei luoghi di lavoro", redatto in attuazione del Programma Predefinito PP3 "Luoghi di lavoro che promuovono salute" del PRP 2020-2025, approvato dal Tavolo di lavoro tecnico intersettoriale coordinato dall'Ufficio Sicurezza nei luoghi di Lavoro nella riunione del 18.12.2023, quale strumento operativo e soluzioni finalizzate a tutelare la salute e la sicurezza per i lavoratori, rivolto alle Aziende pubbliche e private, agli Enti e alle Istituzioni pubbliche, alle Organizzazioni sindacali dei Lavoratori e Associazioni Datoriali che vogliono impegnarsi, con un'adesione volontaria, a realizzare un contesto che migliori le conoscenze in tema di salute, che favorisca il cambiamento e che faciliti l'adozione da parte dei lavoratori di comportamenti e abitudini di vita sani e salutari, di cui all'allegato A, parte integrante e sostanziale del presente atto;

CONSIDERATO che il vademecum sopra citato rappresenta il risultato dell'impegno del tavolo tecnico intersettoriale, coordinati dall'Ufficio regionale Sicurezza nei Luoghi di Lavoro, composto da professionisti dei Servizi PreSAL delle 10 ASL, della Direzione regionale INAIL del Lazio, di CGIL, CISL, UIL, UGL, Unindustria, CNA Lazio, Porti di Roma, S.I.M.L. (Società Italiana di Medicina del Lavoro), A.N.M.A. (Associazione Nazionale Medici d'Azienda e Competenti), Co.Si.P.S. (Coordinamento Sindacale Professionisti della Sanità- Area Medici Competenti);

RITENUTO, per quanto sopra, di approvare il Vademecum di cui all'allegato A, parte integrante e sostanziale del presente atto;

DETERMINA

Per le motivazioni espresse in premessa, che si intendono integralmente richiamate, di approvare:

- il Vademecum “Indicazioni per la gestione della Promozione della salute nei luoghi di lavoro”, redatto in attuazione del Programma Predefinito PP3 “Luoghi di lavoro che promuovono salute” del PRP 2020-2025”, di cui all’allegato A, parte integrante e sostanziale del presente atto;

Il presente provvedimento verrà pubblicato sul Bollettino Ufficiale della Regione Lazio.

Avverso il presente atto è ammesso ricorso giurisdizionale innanzi al Tribunale Amministrativo del Lazio nel termine di sessanta giorni, ovvero, ricorso Straordinario al Capo dello Stato entro il termine di centoventi giorni, decorrenti dalla data di notifica o pubblicazione sul Bollettino Ufficiale della Regione Lazio.

IL DIRETTORE
(Andrea Urbani)

Copia

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

ALLEGATO "A"

PIANO NAZIONALE DELLA PREVENZIONE 2020-2025

PROGRAMMA PREDEFINITO PP3
"Luoghi di lavoro che promuovono salute"

VADEMECUM

"Indicazioni per la gestione della Promozione della salute nei luoghi di lavoro"

Ver. 1.1

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

INDICE

PREMESSA 4
1. DATI DESCRITTIVI 6
- FATTORI DI RISCHIO COMPORTAMENTALI NELLA POPOLAZIONE GENERALE 6
a. SOVRAPPESO E OBESITÀ 6
b. SCARSA ATTIVITÀ FISICA E SEDENTARIETÀ 7
c. FUMO 8
d. ALCOL 9
- FATTORI DI RISCHIO COMPORTAMENTALI E RICADUTE SULLA SALUTE E SICUREZZA DEI LAVORATORI 12
a. Sovrappeso e obesità 12
b. Sedentarietà e scarsa attività fisica 12
c. Abitudine al fumo 12
d. Consumo di alcol 12
2. PROMUOVERE LA SALUTE DEI LAVORATORI: PERCHÉ? 13
3. STRATEGIE E INTERVENTI DI PROMOZIONE DELLA SALUTE NEI LUOGHI DI LAVORO 14
a. Mangiare sano 14
b. L'attività fisica 15
c. Smettere di fumare 16
d. Alcol 16
4. IL MODELLO Work Health Promotion (WHP) DELLA REGIONE LAZIO 17
- Ruolo delle ASL 17
- Ruolo delle Parti Sociali 18
- Ruolo dei Medici Competenti e delle loro rappresentanze 18
5. CHE COSA SIGNIFICA ADERIRE AL PROGRAMMA WHP 19
6. COME ATTUARE IL PROGRAMMA WHP – fasi operative 19
b. COSTITUZIONE GRUPPO DI LAVORO AZIENDALE 20
c. ANALISI DEL CONTESTO E DEI BISOGNI DI SALUTE 20
d. PIANIFICAZIONE E MONITORAGGIO 21
e. RICONOSCIMENTO 21
Parole chiave 23
BIBLIOGRAFIA 25
ALLEGATO 1 26

ALLEGATO 2a 28
ALLEGATO 2c 33
ALLEGATO 3 36
ALLEGATO 4 45
ALLEGATO 5 47
ALLEGATO 6 49
MATERIALI UTILI / SITOGRAFIA 53

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

PREMESSA

Il presente documento è stato redatto in attuazione del Programma Predefinito (PP) n. 03 "Luoghi di lavoro che promuovono salute" del Piano Regionale della Prevenzione (PRP) 2021-2025 (DGR n. 970 del 21/12/2021).

In linea con le indicazioni del Piano Nazionale della Prevenzione 2020-2025, il Programma "Luoghi di lavoro che promuovono salute" si propone di promuovere la salute negli ambienti di lavoro secondo il modello *Workplace Health Promotion* (WHP) raccomandato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), ovvero creando ambienti di lavoro che incoraggino e facilitino l'adozione di stili di vita salutari da parte dei lavoratori e favorendo, di conseguenza, sia la prevenzione delle malattie cronico-degenerative sia l'invecchiamento attivo e in buona salute. Numerose evidenze scientifiche sostengono che l'implementazione del modello WHP produce benefici sulla salute, diminuisce le assenze dal lavoro e aumenta la produttività.

Tutti i soggetti aziendali della prevenzione devono contribuire partecipando attivamente a promuovere la salute negli ambienti di lavoro. Non a caso la Dichiarazione di Lussemburgo (1997) definisce la promozione della salute come lo sforzo congiunto di Datori di lavoro, lavoratori e società per migliorare la salute e il benessere dei lavoratori; in questo ambito il medico competente ha un ruolo insostituibile, previsto, tra l'altro, dal D.Lgs. n. 81 del 2008 che gli ha attribuito lo specifico compito di collaborare con il datore di lavoro "*… alla attuazione e valorizzazione di programmi volontari di promozione della salute, secondo i principi della responsabilità sociale*".

Il vademecum rappresenta il risultato dell'impegno del tavolo di lavoro coordinato dall'Ufficio Regionale Sicurezza nei Luoghi di Lavoro e composto da professionisti operanti nei Dipartimenti di Prevenzione delle ASL, della Direzione regionale INAIL del Lazio, da rappresentati sindacali di CGIL, CISL, UGL, UIL, CNA, UNINDUSTRIA e AdSP MTCS, da SIML, ANMA e COSIPS.

Il Vademecum è frutto di un percorso di confronto e condivisione per promuovere l'adozione nei luoghi di lavoro di pratiche raccomandate o **"Buone Pratiche"** validate che fanno del luogo di lavoro un ambiente favorevole a stili di vita salutari.

Il Programma è rivolto alle Aziende pubbliche e private, agli Enti e alle Istituzioni pubbliche, alle Organizzazioni sindacali dei Lavoratori e Associazioni Datoriali che vogliono impegnarsi, con un'adesione volontaria, a realizzare un contesto che migliori le conoscenze in tema di salute, che favorisca il cambiamento e che faciliti l'adozione da parte dei lavoratori di comportamenti e abitudini di vita sani e salutari. È inoltre rivolta una specifica attenzione al mondo della scuola ed in particolare alla formazione degli studenti nelle scuole secondarie di secondo grado_in quanto le Scuole rappresentano un altro setting favorevole dove diffondere la cultura della Salute e della Sicurezza agli studenti che sono i lavoratori di domani (collaborazione con il Programma Predefinito PP01 "Scuole che promuovono la salute"). Per quanto riguarda i lavoratori della scuola è necessario un raccordo con il PP01 "Scuole che promuovono salute", condividendo le buone pratiche da proporre alle Scuole attraverso la Rete SPS (https://www.regione.lazio.it/enti/scuola-universita/scuole-promuovono-salute).

Il Programma offre all'Azienda **VANTAGGI** quali:

1. Miglioramento delle condizioni di salute dei lavoratori, prevenendo l'insorgenza di patologie cronico-degenerative e/o ritardandone le complicanze in modo da poter:
    - influire favorevolmente sull'idoneità alla mansione specifica e sulla capacità lavorativa
    - ridurre il numero di assenze dal lavoro per malattia
    - aumentare la produttività dell'azienda
    - promuovere un'immagine aziendale positiva e attenta ai bisogni dei lavoratori.
2. Accesso ai benefici fiscali legati al welfare e la riduzione delle tariffe del premio INAIL con lo sconto denominato oscillazione per prevenzione (OT/23)
3. Riconoscimento come "Luogo di lavoro che promuove salute" entrando a far parte dell'elenco delle aziende e dei relativi interventi di promozione di comportamenti salutari che verrà pubblicato sul sito regionale, con l'obiettivo di creare una vera e propria rete per la promozione della salute nei luoghi di lavoro attraverso attività di comunicazione, di confronto e di coinvolgimento nelle iniziative dedicate.

4. Un ritorno positivo dell'investimento per le aziende (ROI[1]) che aderiscono ai programmi WHP con vantaggi economici per le stesse come, ad esempio, la riduzione delle assenze per malattia.

1. DATI DESCRITTIVI

Le **Malattie Croniche Non Trasmissibili** (**MCNT**) - malattie cardiovascolari, tumori, malattie respiratorie croniche, diabete, disturbi cerebrovascolari, disturbi muscolo scheletrici - restano le principali cause di morte a livello mondiale.

Tali malattie hanno spesso origine durante l'età lavorativa, colpiscono prevalentemente le classi economicamente e socialmente svantaggiate, sono altamente invalidanti e richiedono un'assistenza sanitaria a lungo termine a causa del protratto decorso, con gravi e sottovalutati effetti economici negativi sulla produttività aziendale e ricadute sul SSN[2].

Alla base di tali malattie croniche ci sono stili di vita non salutari come scorretta alimentazione, consumo di tabacco, consumo dannoso e rischioso di alcol, scarsa attività fisica e sedentarietà.

Sebbene fortemente influenzati dalle caratteristiche dei contesti di vita (politico, sociale, economico e culturale), tali stili di vita non salutari costituiscono **fattori di rischio comportamentali** che sono **modificabili** e, pertanto, le malattie croniche presentano diverse opportunità di prevenzione.

- **FATTORI DI RISCHIO COMPORTAMENTALI NELLA POPOLAZIONE GENERALE[3]**

a. SOVRAPPESO E OBESITÀ

In Italia l'eccesso ponderale (***IMC[4]*** *superiore a 25 kg/m²*) è uno dei principali fattori

[1] Il ROI – definito come il rapporto tra l'utile netto generato dall'attività (vale a dire, la differenza tra utile lordo e capitale investito) sul capitale investito necessario ad avviare e mantenere l'attività: è una metrica finanziaria ampiamente utilizzata per misurare la probabilità di fare un profitto derivante dall'impiego di una somma di denaro in una specifica operazione. In altre parole, è necessario capire se il capitale investito ha bassa o alta redditività. Gli indicatori più utilizzati per monitorare l'efficacia dell'interventi di WHP all'interno dell'azienda sono in particolare: assenza per malattia, richiesta di trasferimento, richiesta di visite straordinarie, etc.

[2] Ricorso ai servizi sanitari (consumo di farmaci, terapie non convenzionali, visite mediche e accertamenti diagnostici, ricoveri ospedalieri, servizi di emergenza e riabilitazione, servizi sociosanitari).
[3] I dati descritti nei paragrafi successivi sono tratti da "*Salute ed Equità nella Regione Lazio*" edizione dicembre 2022.
[4] L'indice più comunemente utilizzato per misurare le caratteristiche ponderali di un individuo è **l'indice di massa corporea** (IMC, o Body Mass Index, BMI) che si ottiene dividendo il peso (in kg) per la statura (in metri) elevata al quadrato (kg/m²).

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

responsabile dell'aumento delle **MCNT**. **Sovrappeso e obesità** si collocano al quinto posto dei primi dieci fattori di rischio per morte prematura e anni vissuti in disabilità. Nel Lazio, similmente al dato nazionale, il 39,7% dei cittadini adulti (18-65 anni) risulta obeso o in sovrappeso, con una maggiore prevalenza per livelli bassi di istruzione (Figura 1).

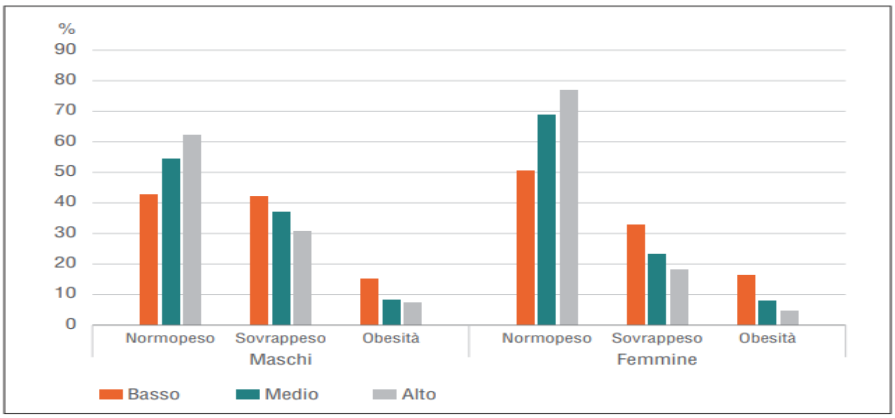


Figura 1. Peso corporeo per livello di istruzione. Fonte dati: PASSI 2017-2020 Regione Lazio.

b. SCARSA ATTIVITÀ FISICA E SEDENTARIETÀ

In base ai risultati del sistema di sorveglianza PASSI (Progressi delle Aziende Sanitarie per la Salute in Italia, nel Lazio solo un terzo delle persone 18-69enni (28%) ha uno stile di vita attivo, in quanto conduce un'attività lavorativa pesante o pratica l'attività fisica moderata/intensa raccomandata; una quota rilevante (37%) è classificabile come parzialmente attivo in quanto pratica attività fisica in quantità inferiore alle raccomandazioni. Infine, circa un terzo è completamente sedentario (35%).

La **sedentarietà** *(cioè una **attività fisica**[5] svolta per meno di 3,5 ore alla settimana*), interessa il 35% degli uomini e il 40% delle donne residenti nella Regione Lazio, con trend in aumento in entrambi i sessi nel corso degli ultimi anni (Figura 2).

L'IMC è un indice caratterizzato da una buona correlazione con la quantità di grasso corporeo, anche se non misura direttamente la massa grassa del soggetto, né come questa è distribuita nel corpo. Secondo la definizione dell'OMS, si è in sovrappeso se il valore dell'IMC è >25 kg/m² e obesi se l'IMC è >30 kg/m².

[5] L'OMS definisce **attività fisica** «qualsiasi movimento corporeo prodotto dall'apparato muscolo-scheletrico che richiede dispendio energetico» e include le attività che vengono praticate nella vita di ogni giorno sia durante il lavoro che nel tempo libero, i lavori domestici, gli spostamenti abituali a piedi o in bicicletta (**mobilità attiva**).

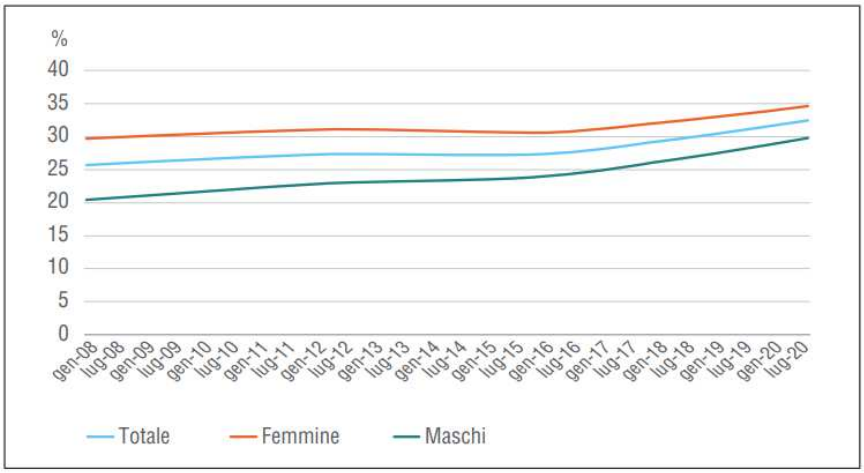


Figura 2. Trend temporale della percentuale dei sedentari. Fonte: PASSI Regione Lazio (2008-2020)

La sedentarietà è associata allo sviluppo del diabete mellito di tipo 2, condizione in costante crescita, e con tendenza all'anticipo sempre più marcato dell'età di insorgenza.

Inoltre, esiste una relazione diretta tra livelli di attività fisica e predisposizione a sovrappeso e obesità. Il 59% delle morti premature cardiovascolari, infatti, è correlato alla presenza contemporanea di sedentarietà e IMC ≥25 kg/m².

c. FUMO

Secondo i dati dell'indagine Iss-Doxa, presentati in occasione della Giornata mondiale contro il tabacco 2023, un italiano su cinque è un fumatore

Il trend rilevato nel triennio 2017-2019 che vedeva una costante diminuzione delle fumatrici, non viene invece confermato nel triennio successivo: infatti si assiste a un incremento nella percentuale dei fumatori che riguarda entrambi i sessi

Secondo i dati del sistema di sorveglianza PASSI, nella popolazione adulta (18-69 anni) del Lazio, la prevalenza di fumatori è più alta della media nazionale (30% negli uomini e 24% nelle donne); è maggiore nella classe d'età 18-34 anni e diminuisce con l'aumentare dell'età.

L'abitudine al fumo risente del livello di istruzione, della posizione socioeconomica e della cittadinanza (Figura 3); la prevalenza risulta più alta nei fumatori con livello di istruzione più basso, nelle classi economiche più svantaggiate e in coloro che hanno cittadinanza straniera.

Da sottolineare il crescente utilizzo dei nuovi dispositivi elettronici immessi sul mercato, sigarette elettroniche (e-cig) e dispositivi a tabacco riscaldato (HTP): il trend che si osserva dal momento in cui PASSI ha iniziato ad indagare l'uso dei nuovi dispositivi elettronici

(2014 per la e-cig e 2018 per HTP) mostra una riduzione costante della quota di chi utilizza esclusivamente sigarette tradizionali **a favore di un aumento** di coloro che utilizzano sia sigarette tradizionali che dispositivi elettronici, cui si aggiunge poi una quota, anche questa in lenta crescita di coloro che utilizzano solo dispositivi elettronici in particolare negli adolescenti e, tra questi, nelle ragazze (dati sorveglianza Global Youth Tobacco Survey-GYTS 2022).

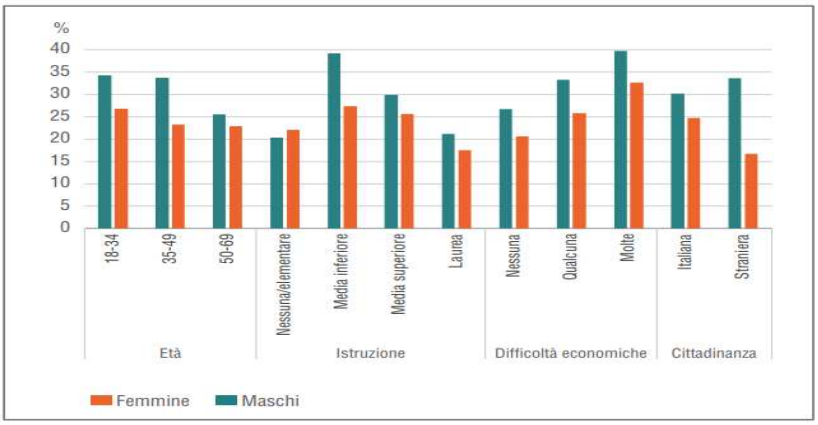


Figura 3. Abitudine al fumo per classe di età, livello di istruzione, difficoltà economiche e cittadinanza - Fonte: PASSI 2017-2020, Regione Lazio.

d. ALCOL

Il **consumo di alcol** può creare dipendenza e avere conseguenze sfavorevoli per la salute a tutte le età. Esso è associato a numerose patologie croniche e contribuisce a determinare molteplici problemi sanitari e sociali che includono ad esempio gli incidenti stradali, ma anche infortuni sul lavoro ed episodi di violenza.

In base alle conoscenze attuali non è possibile identificare delle quantità di consumo alcolico raccomandabili o "sicure" per la salute. Ai fini della tutela della salute è più adeguato parlare di quantità "a basso rischio", evidenziando che il rischio esiste a qualunque livello di consumo ed aumenta progressivamente con l'incremento delle quantità di bevande alcoliche consumate. È da considerare a **basso rischio** una quantità di alcol giornaliera da assumersi durante i pasti principali (non fuori pasto) che non deve superare i 20 grammi/die per gli uomini adulti e i 10 grammi/die per le donne adulte e per

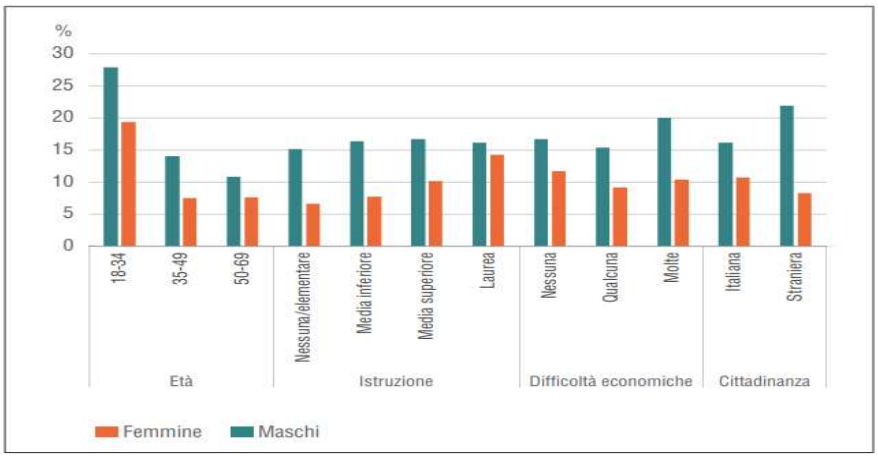
gli anziani.[6]

Prima di analizzare i seguenti dati bisogna comprendere cosa si intende per **Unità di bevanda alcolica** (Figura 4).

Figura 4. Unità di bevanda alcolica

Secondo la sorveglianza Passi, nel Lazio, circa la metà (54%) dei 18-69enni riferisce di aver consumato nell'ultimo mese, almeno un'unità di bevanda alcolica, ovvero una lattina di birra (*330 ml*), un bicchiere di vino (*125 ml*) o un bicchierino di liquore (*40-80 ml*).

Sono definiti **consumatori a rischio** coloro che hanno un consumo abituale elevato di alcol (più di 2 unità alcoliche/die per gli uomini e più di 1 unità alcoliche/die per le donne) e/o consumo episodico eccessivo (più di 5 unità alcoliche per gli uomini e più di 4 unità alcoliche per le donne in una sola occasione) e/o consumo fuori pasto. Questo fenomeno ha una prevalenza pari al 14% ed è significativamente più frequente negli uomini (18% vs 11% nelle donne), nelle persone con istruzione medio/alta (15% con diploma di scuola media superiore e 16% con diploma di laurea) e nei giovani di 18-24 anni (Figura 5), tra i quali circa 1 su tre ha modalità di assunzione di alcol a rischio (33%).



[6] Linee guida per una sana alimentazione rev. 2018 – CREA

Figura 5. Percentuale di assunzione di alcol a rischio per titolo di studio nella popolazione adulta - Fonte: PASSI 2017-2020, Regione Lazio.

- **FATTORI DI RISCHIO COMPORTAMENTALI E RICADUTE SULLA SALUTE E SICUREZZA DEI LAVORATORI**

Le abitudini e gli stili di vita scorretti hanno ricadute anche sulla salute e sicurezza dei lavoratori.

a. Sovrappeso e obesità

Associandosi a molte patologie croniche-degenerative ed osteoarticolari, possono determinare:

- ridotta capacità nello svolgimento di attività di base
- maggior rischio di sviluppare malattie professionali e di infortuni sul lavoro
- minore produttività con effetti economici negativi per le aziende
- maggiore assenteismo e maggiore richiesta di assistenza sanitaria dovuti ad un peggioramento della salute psico-fisica.

b. Sedentarietà e scarsa attività fisica

Sono frequentemente associate a sovrappeso e obesità, ma possono aumentare il rischio di insorgenza di patologie cronico-degenerative e in particolare dell'**apparato muscoloscheletrico** anche nei lavoratori normopeso.

c. Abitudine al fumo

Può determinare:

- l'insorgenza di numerose patologie cronico degenerative, in particolare a carico dell'**apparato respiratorio** e **cardiovascolare**
- un **effetto sinergico**[7] in una eventuale esposizione a fattori di rischio professionali specifici (ad esempio Idrocarburi Policiclici Aromatici e fumo, amianto e fumo, Radon e fumo, ecc.)
- un aumento degli **infortuni sul lavoro** con una frequenza superiore del 40% rispetto ai non fumatori.

d. Consumo di alcol

Può causare **minore attenzione e accuratezza** nello svolgimento delle proprie attività, determinando comportamenti a rischio per se stessi e per terze persone, come ad esempio:

- **incidenti stradali** (nel 2016 circa il 42% di tutti i decessi per incidente stradale

[7] L'effetto sinergico insorge quando l'effetto combinato di due o più sostanze tossiche è maggiore della somma degli effetti di ogni singola sostanza.

sono correlabili all'alcol)

- **infortuni sul lavoro** (le stime dell'OMS riportano valori tra il 10% e il 30% della quota di infortuni sul lavoro ed in particolare di quelli gravi; inoltre, il 23% di tutti i morti per infortunio sono stati causati dall'alcol).

2. PROMUOVERE LA SALUTE DEI LAVORATORI: PERCHÉ?

I luoghi di lavoro sono contesti ideali per promuovere uno stile di vita sano e contribuire al miglioramento della salute dei lavoratori poiché:

- il lavoratore vi trascorre gran parte del proprio tempo.
- è possibile raggiungere contemporaneamente un elevato numero di lavoratori, sia singolarmente che a gruppi di lavoratori
- è possibile ripetere le iniziative nel tempo, in popolazioni lavorative relativamente stabili.

Il programma "*Workplace Health Promotion – Luoghi di lavoro che Promuovono la Salute*" nasce dalla convinzione che la promozione della salute di chi lavora sia interesse anche delle imprese in quanto ha una diretta influenza sulla propensione alle malattie professionali e agli infortuni sul lavoro, sull'assenteismo, sulla capacità di lavorare, sul turnover lavorativo e sui livelli di disabilità e inabilità, sul senso di appartenenza all'organizzazione e quindi, in definitiva, sulla competitività aziendale.

Alla Promozione della Salute negli ambienti di lavoro (WHP) contribuiscono vari **fattori**:

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

Gli interventi di promozione della salute nei luoghi di lavoro sono tanto più attuali nel momento in cui la forza lavoro sta rapidamente invecchiando con conseguenze sulla *workability* (capacità lavorativa).

Essi hanno anche un ruolo importante nella **riduzione delle disuguaglianze** di salute se indirizzati e adattati verso i gruppi bersaglio più esposti e più vulnerabili, quali i lavoratori manuali, quelli meno qualificati e gli stranieri.

Aderire al programma WHP consente alle imprese e agli enti di:

- assumere, nell'ambito della loro responsabilità sociale, un ruolo attivo nella promozione della salute e del benessere dei propri lavoratori
- orientare in modo positivo le abitudini di vita dei lavoratori
- ridurre l'assenteismo, le malattie croniche non trasmissibili, i tassi di mortalità
- accrescere nei lavoratori il senso di appartenenza alla comunità lavorativa e la motivazione al lavoro ed alla crescita professionale.

Inoltre, lo sviluppo tra i lavoratori di una cultura della salute che favorisca il miglioramento della qualità della vita individuale ed organizzativa, si estende direttamente e indirettamente alle famiglie e anche a tutta la comunità locale, in un'ottica di valore condiviso e benessere diffuso.

3. STRATEGIE E INTERVENTI DI PROMOZIONE DELLA SALUTE NEI LUOGHI DI LAVORO

a. **Mangiare sano**, mantenere il giusto peso corporeo, fare regolarmente attività fisica ed evitare il consumo dannoso e rischioso di bevande alcoliche, svolge un'azione protettiva nei confronti di gran parte delle MCNT (ad esempio riduce il rischio di ammalarsi di cancro del 30%). Alcune condizioni lavorative possono influenzare negativamente le abitudini alimentari favorendo lo sviluppo di **sovrappeso e obesità** (ad esempio impieghi di per sé sedentari, condizioni stressanti di lavoro, orari troppo impegnativi, poche pause e turni di lavoro notturni, presenza di distributori automatici con prevalente disponibilità di alimenti ad alta densità energetica e con scarso potere saziante, tempi ristretti per consumare i pasti).

Gli interventi di promozione di una sana e corretta alimentazione possono essere di due tipi:

- **individuali** (*educazione alimentare, screening antropometrico, counselling motivazionale*) effettuati dai Medici Competenti nell'ambito della sorveglianza sanitaria;
- **aziendali** attraverso azioni di informazione (poster sull'alimentazione sana, piramide alimentare), una selezione di distributori automatici in modo da favorire l'offerta di prodotti più salutari, proposta di menù equilibrati sotto il profilo

energetico-nutrizionale nelle mense aziendali

Gli interventi in campo nutrizionale si devono ispirare al modello alimentare mediterraneo, ritenuto universalmente il più efficace a prevenire le MCNT e, nel contempo, la sostenibilità ambientale[8].

b. **L'attività fisica,** praticata regolarmente, contribuisce a mantenere la salute ed a migliorare la qualità della vita, sostenendo in particolare le componenti fisiche e mentali, il rendimento lavorativo e contribuendo a diminuire le malattie e gli infortuni sul lavoro.

Secondo **le più recenti raccomandazioni**, gli adulti (18-64 anni) dovrebbero:

- praticare almeno 150-300 minuti settimanali di attività fisica aerobica (es. camminata a passo sostenuto, bicicletta…) di moderata intensità (attività per cui c'è un aumento lieve del battito cardiaco che non impedisce di continuare a parlare) o 75-150 minuti settimanali di attività fisica aerobica vigorosa (attività in cui l'aumento del battito cardiaco rende difficoltoso parlare), oppure combinazioni equivalenti delle due modalità
- per ottenere ulteriori benefici, dovrebbero eseguire attività di rafforzamento muscolare a intensità moderata o superiore che coinvolga tutti i principali gruppi muscolari, almeno due giorni a settimana.

Gli interventi di promozione dell'attività fisica possono essere:

- favorire la possibilità di svolgere attività fisica all'interno dell'Azienda stessa
- incoraggiare l'uso della bicicletta nei viaggi casa-lavoro, creando spazi coperti per il rimessaggio
- attivare convenzioni con palestre
- promuovere l'utilizzo delle scale in alternativa all'ascensore
- suggerire l'uso di contapassi
- posizionare poster informativi specifici.

[8] Il modello alimentare mediterraneo oltre ad essere salutare per le persone lo è anche per l'ambiente. Si stima in media che per ottenere 100 calorie, la dieta mediterranea provoca un impatto ambientale di circa il 60 % inferiore rispetto ad una alimentazione di tipo nordeuropeo o nordamericano, basata in misura maggiore su carni e grassi animali, piuttosto che su vegetali e cereali. La dieta mediterranea, come già sottolineato dall'UNESCO, va oltre il concetto di cibo. Il termine stesso dieta deriva dal greco antico *δίαιτα* (stile di vita) proprio ad indicare la valenza sociale e culturale di questo modello alimentare. Considerando gli effetti positivi sulla sfera sociale, economica ed ambientale, si può considerare la dieta mediterranea un **modello alimentare sostenibile**. https://www.fondazionedietamediterranea.it/dieta/sostenibilita/

c. **Smettere di fumare** accresce l'aspettativa di vita riducendo fortemente il rischio di infarto del miocardio e di tumore polmonare.

Il fumo può determinare una minore produttività, particolari necessità organizzative e costi aggiuntivi (per esempio per il tempo che i lavoratori impegnano a fumare durante il turno di lavoro, per il turn-over dei fumatori che si ammalano, per adempiere gli obblighi di legge riguardanti il divieto di fumare).

L'obiettivo principale di una politica per ambienti di lavoro liberi dal fumo è di proteggere i lavoratori, specialmente i non fumatori dall'esposizione al fumo di tabacco e favorirne la cessazione tra i fumatori.

L'Azienda quindi può:

- definire e attuare una policy e un regolamento aziendale di "Luogo di lavoro libero dal fumo" con il coinvolgimento attivo dei diversi ruoli aziendali
- organizzare eventi a carattere informativo e formativo per la disassuefazione al fumo
- promuovere servizi e programmi di consulenza, anche attraverso l'offerta di percorsi di disassuefazione ai lavoratori che fumano (servizi specialistici territoriali)
- attuare azioni individuali e/o di gruppo attraverso la figura del Medico Competente (minimal advice, counseling breve, counseling motivazionale, …)

d. **Alcol**: le strategie di prevenzione specifiche dell'OMS (2010) raccomandano di promuovere politiche per i luoghi di lavoro basate sull'educazione, la prevenzione, l'identificazione precoce dell'abuso di alcol e il trattamento da integrarsi nei programmi di sorveglianza sanitaria.

L'Azienda quindi può:

- definire e attuare una policy e un regolamento aziendale di prevenzione del consumo di alcol sul lavoro, con il coinvolgimento attivo dei diversi ruoli aziendali, inserendo una definizione chiara di uso/abuso di alcol, delle procedure per la gestione di casi di accertata o sospetta assunzione di alcol, delle conseguenze per la violazione della policy e per l'individuazione formale e formazione delle figure preposte alle procedure
- organizzare eventi a carattere informativo e formativo su alcol/dipendenze e/o

incidenti correlati, sul **consumo responsabile** di bevande alcoliche

- promuovere servizi e programmi di consulenza, per i lavoratori preoccupati per il loro consumo di alcolici, attraverso il supporto del medico competente con la collaborazione del medico di base o di altri professionisti sanitari, al fine di essere indirizzati alla struttura più idonea.
- attuare azioni individuali e/o di gruppo attraverso la figura del Medico Competente (minimal advice, counseling breve, counseling motivazionale, …)

4. IL MODELLO Work Health Promotion (WHP) DELLA REGIONE LAZIO

Il Programma "*Luoghi di lavoro che promuovono salute – Rete WHP Lazio*" rientra nelle azioni previste dal Piano Regionale di Prevenzione di Regione Lazio 2021-2025 e, sulla base delle migliori evidenze di efficacia, ha quale obiettivo prioritario promuovere l'adozione nei luoghi di lavoro di pratiche raccomandate al fine di renderli ambienti favorevoli alla adozione competente e consapevole di sani stili di vita.

- **Ruolo delle ASL**

Nell'ambito del Programma le ASL svolgono un ruolo di **assistenza, accompagnamento e orientamento** attraverso:

- **il supporto metodologico** ai soggetti aziendali nelle fasi di analisi di contesto, di pianificazione delle azioni raccomandate o di valorizzazione, sulla base di criteri di efficacia, delle azioni e attività già in corso di realizzazione;
- **la condivisione di informazioni e indicazioni** sui servizi del Servizio Sanitario Regionale (Centri per il trattamento del tabagismo, ambulatori e centri di prevenzione nutrizionale e alimentare, Servizi per il trattamento delle Dipendenze, Servizi di Screening Oncologico, ecc.) e su programmi, iniziative, risorse e opportunità disponibili sul territorio;
- **la creazione di una rete di aziende che promuovono salute** che favorisca e faciliti occasioni di confronto e di scambio di esperienze, di condivisione degli strumenti, e collaborazioni con soggetti esterni alle Aziende e al SSR (Associazioni del terzo settore, Comuni, USR,).

- **Ruolo delle Parti Sociali**

La consulenza delle parti sociali è uno degli elementi indispensabili della sicurezza nei luoghi di lavoro. Le organizzazioni sindacali e datoriali possono collaborare con le aziende, imprenditori e datori di lavoro, per identificare, valutare e quantificare i rischi specifici ai fini della redazione di specifici DVR (Documento di Valutazione dei Rischi) e sviluppare strategie personalizzate per prevenirli e garantire lo stato di benessere e una efficace tutela migliorando anche la produttività e la soddisfazione dei lavoratori.

Il ruolo delle parti sociali, Enti Bilaterali, Organismi Paritetici e RLS/RLST è di fondamentale importanza anche nella realizzazione di programmi di promozione della salute, in particolare nelle realtà aziendali medio-piccole: possono incoraggiare l'adozione di buone pratiche, contribuire alle attività di **formazione/informazione/sensibilizzazione,** favorire la condivisione e la diffusione delle buone prassi.

- **Ruolo dei Medici Competenti e delle loro rappresentanze**

L' art. 25 c. 1 lett. a) del D.Lgs. 81/2008 ha attribuito al medico competente il compito di collaborare con il datore di lavoro "*… alla attuazione e valorizzazione di programmi volontari di promozione della salute, secondo i principi della responsabilità sociale*".

Questo compito non è così semplice, considerando che lo scenario produttivo e occupazionale attuale è caratterizzato dalla presenza della forza lavoro occupata in maggioranza nelle piccole aziende con poche unità, per le quali le azioni di Promozione della Salute sono rese difficoltose dalle loro caratteristiche strutturali. Ben più agevole è l'attività nell'ambito di contesti aziendali più grandi.

Importante è il contributo che il medico competente può dare all'analisi del contesto e del bisogno di salute della popolazione lavorativa al fine di individuare le criticità e le aree tematiche su cui intervenire.

La sorveglianza sanitaria, inoltre, rappresenta l'occasione che gli consente di mettere in atto possibili azioni individuali e/o di gruppo (informazione e formazione, counselling breve, valutazioni funzionali,).

5. CHE COSA SIGNIFICA ADERIRE AL PROGRAMMA WHP

Significa definire una politica aziendale e/o attuare uno standard minimo di pratiche raccomandate, da implementare nel corso degli anni, attraverso il coinvolgimento attivo del Datore di Lavoro e di tutte le figure della prevenzione, quali Responsabile Servizio Prevenzione e Protezione (RSPP), Medico Competente (MC), Rappresentante dei Lavoratori per la Sicurezza (RLS o RLST), preposti e i lavoratori (anche coloro che non sono sottoposti a sorveglianza sanitaria).

L'impresa o l'ente che aderisce al WHP realizzazioni di provata efficacia, dette **Buone Pratiche**[9], finalizzate a sensibilizzare i propri lavoratori ad adottare comportamenti protettivi per la salute e ad accrescere il loro benessere nell'ambito di 4 Aree Tematiche principali (1-4) e un'Area Trasversale (5):

a. la promozione di una corretta alimentazione
b. il contrasto al fumo di tabacco
c. la promozione dell'attività fisica
d. il contrasto al consumo di alcol
e. la promozione dei programmi di screening oncologici (screening del tumore del colon, della mammella e della cervice uterina) e dei programmi vaccinali.

6. COME ATTUARE IL PROGRAMMA WHP – fasi operative

a. **ADESIONE** - inviare al Referente WHP della ASL competente per territorio[10] la SCHEDA COMUNICAZIONE ADESIONE (**Allegato 1**) in cui l'Azienda:
   - riporta tutte le principali informazioni identificative (Nome, Partita IVA/Codice Fiscale, Comune, Indirizzo, Comparto/Attività, Numero Lavoratori Uomini e Donne, recapiti Referente per la Promozione della Salute, recapiti Medico Competente, ove nominato)
   - esprime la volontà di partecipare al programma WHP della Regione Lazio
   - si dichiara disponibile ad un incontro, da concordare con gli operatori della ASL

[9] La buona pratica è quella che comprende interventi che soddisfano una serie di criteri predefiniti a vari livelli e riflettono le priorità della società o dell'organizzazione nel tempo. Le migliori pratiche sono programmi consolidati che si sono dimostrati efficaci attraverso valutazioni rigorose e quindi adatti ad essere replicati in altri contesti. Infatti, elemento cruciale per la definizione di Buona pratica, è il concetto di trasferibilità in situazioni e contesti specifici: una buona pratica è quella che mostra il suo funzionamento, o la sua efficacia, in situazioni diverse e può essere esportabile o replicabile. Da "*Manuale per l'implementazione del programma Luoghi di lavoro che promuovono salute – Rete WHP*"

[10] Elenco nell'Allegato 8

di riferimento per ricevere assistenza metodologica in merito al programma WHP.

b. **COSTITUZIONE GRUPPO DI LAVORO AZIENDALE** - Per pianificare il percorso di promozione della salute e organizzarne le attività è necessario il coinvolgimento in un **processo partecipato** di tutte le figure aziendali, secondo il loro ruolo e funzioni, quali Datore di lavoro o delegato con poteri decisionali, RSPP, Medico Competente (ove presente), RLS/RLST, Rappresentanze Sindacali.

A tali fini è suggerita la formazione di un **Gruppo di Lavoro (GdL) per la Promozione della Salute** nonché la creazione di alleanze e collaborazioni con Enti, Associazioni ed altri stakeholder presenti sul territorio locale, i quali potrebbero avere un ruolo nello sviluppo delle attività.

Essenziale l'informazione ed il coinvolgimento di tutti i lavoratori, anche coloro che non sono sottoposti a sorveglianza sanitaria, in merito all'adesione dell'Azienda al Programma ed ai relativi sviluppi. Molto importante, a supporto della sostenibilità e dell'efficacia del percorso di WHP, il contributo del Medico Competente, in particolare in relazione all'analisi dei fattori di rischio individuali ed all'offerta, ad esempio, di counselling motivazionale breve.

La grandezza e la composizione del gruppo di lavoro dipendono dal numero di lavoratori e dalla struttura dell'azienda. Se l'azienda è molto piccola, può essere composto dal datore di lavoro e da un rappresentante dei lavoratori, ovvero da più aziende dello stesso territorio o comparto produttivo consociate.

Se l'azienda è molto grande è utile costituire un gruppo di lavoro più ampio (magari organizzato in sottogruppi) in modo che sia rappresentativo di ogni settore produttivo della stessa.[11]

c. ANALISI DEL CONTESTO E DEI BISOGNI DI SALUTE

Per individuare le priorità di intervento, al fine di modificare le abitudini di vita non corrette della propria popolazione lavorativa e pianificare le azioni più coerenti al contesto aziendale, è importante che il GdL individui "alla partenza" la situazione esistente, attraverso la compilazione della CHECK LIST DI AUTOVALUTAZIONE (**Allegato 2a**) delle azioni di promozione della salute già in essere, utile per orientare gli ambiti su cui sviluppare le scelte successive, sotto la guida dei referenti ASL. La

[11] Da "Manuale per l'implementazione del programma Luoghi di lavoro che promuovono salute – Rete WHP"

check list è suddivisa in sezioni di cui una di carattere generale e le altre relative a ciascuna delle 5 aree tematiche specifiche di cui al paragrafo precedente.

È possibile utilizzare anche i seguenti strumenti di valutazione:

- ANALISI DEI BISOGNI DI SALUTE della popolazione lavorativa aziendale (**Allegato 2b**): elenco non esaustivo di argomenti utili ad ottenere informazioni rilevanti per la salute dal punto di vista fisico, organizzativo, sociale, relazionale. In questo modo è possibile fotografare il contesto aziendale per scegliere e attuare pratiche efficaci e sostenibili, sia sul piano strutturale sia economico, in accordo con il principio di equità (superamento di eventuali situazioni di disuguaglianza).
- QUESTIONARIO (**Allegato 2c**) di autopercezione dei fattori di rischio comportamentali (alimentazione, attività fisica, fumo, alcol) da somministrare in forma anonima ai lavoratori.

d. PIANIFICAZIONE E MONITORAGGIO

Sulla base di quanto emerso dall'analisi del contesto, dei bisogni di salute della popolazione lavorativa e del questionario di autopercezione, il Gruppo di Lavoro aziendale pianifica le azioni di promozione della salute attingendo all'elenco di BUONE PRATICHE (**Allegato 3**) indicate dal programma che potranno essere condivise con il referente del WHP della ASL competente per territorio, inviando la scheda di cui all'**Allegato 4.**

Ai fini del riconoscimento di "**Luogo di lavoro che Promuove Salute**", il Programma prevede, quale standard minimo, che le Aziende:

- nel 1° anno realizzino almeno due Buone Pratiche in un'Area Tematica ovvero una Buona Pratica in due Aree Tematiche
- negli anni successivi, oltre a mantenere attive le pratiche intraprese, realizzino almeno due nuove pratiche l'anno nelle Aree Tematiche già selezionate in precedenza o di nuova scelta.

Alla fine di ogni anno, le aziende devono dare evidenza delle pratiche realizzate alla ASL di riferimento, mediante la compilazione della **Scheda di Monitoraggio** di cui all'**Allegato 5** con una breve descrizione delle modalità utilizzate e degli obiettivi raggiunti e su come intendono mantenere la pratica successivamente.

e. RICONOSCIMENTO

Le aziende, che realizzano le azioni previste secondo lo standard minimo di cui al precedente paragrafo, ottengono il riconoscimento come "**Luogo di lavoro che Promuove Salute**" entrando a far parte dell'elenco, e dei relativi programmi di Promozione della Salute nei luoghi di Lavoro, presente sul sito regionale in via di realizzazione, affinché si realizzi uno scambio di esperienze e pratiche tra le Aziende partecipanti alla Rete regionale.

L'inserimento nella lista regionale presuppone il pieno rispetto di tutte le normative vigenti in materia di:

- disposizioni in materia di salute e sicurezza nei luoghi di lavoro previste dal D.lgs. 81/08
- norme ambientali (D.Lgs. 152/06 e s.m.i.)
- oneri contributivi e assicurativi
- non aver riportato nei 5 anni precedenti condanne definitive relative all'applicazione del D.Lgs. 231/2001 (Art 25 - septies - omicidio colposo o lesioni gravi o gravissime commesse con violazione delle norme sulla tutela della salute e sicurezza sul lavoro o art 25 - undecies - reati ambientali).

Si rappresenta che le aziende potranno richiedere l'accesso agli **sconti INAIL** (**OT23**) per aver messo in atto interventi di promozione della salute secondo le previsioni di cui all'**Allegato 6.**

Parole chiave [12]

Salute (**Health**)

La Costituzione dell'OMS del 1948 ha definito la salute come: "Uno stato di completo benessere fisico, sociale e mentale, e non soltanto l'assenza di malattia o di infermità. In promozione della salute, la salute viene considerata non tanto una condizione astratta, quanto un mezzo finalizzato ad un obiettivo che, in termini operativi, si può considerare una risorsa che permette alle persone di condurre una vita produttiva sul piano individuale, sociale ed economico. La salute è una risorsa per la vita quotidiana e non lo scopo dell'esistenza. Si tratta di un concetto positivo che valorizza le risorse sociali e personali, oltre alle capacità fisiche. (…)"

Promozione della salute (**Health promotion**)

"La promozione della salute è il processo che consente alle persone di esercitare un maggiore controllo sulla propria salute e di migliorarla. Riferimento bibliografico: Ottawa Charter for Health Promotion. WHO, Geneva, 1986 La promozione della salute rappresenta un processo sociale e politico globale, che non comprende solo azioni volte a rafforzare le abilità e le capacità dei singoli individui, ma anche azioni volte a modificare le condizioni sociali, ambientali ed economiche, in modo da attenuare il loro impatto sulla salute del singolo e della collettività. La promozione della salute è il processo che consente alle persone di esercitare un maggiore controllo sui determinanti di salute e, quindi, di migliorare la propria salute. La partecipazione è fondamentale per supportare le azioni di promozione della salute. (…)"

Stile di vita- Stili di vita che favoriscono la salute (**Lifestyle – lifestyles conducive to health**)

Lo stile di vita è un modo di vivere basato su modelli di comportamento identificabili, che sono determinati dall'interazione tra le caratteristiche personali dell'individuo, le interazioni sociali e le condizioni di vita socioeconomiche e ambientali.

Buone pratiche in promozione della salute

Le due definizioni principali di buone pratiche sono:

1) Quella del 2001 di Kahan e Goodstadt "… quegli insiemi di processi ed attività che, in armonia con i principi/valori/credenze e le prove di efficacia e ben integrati con il contesto ambientale, sono tali da poter raggiungere il miglior risultato possibile in una determinata situazione"
2) Quella operativa proposta da Ng, E. De Colombani: le "best practices" sono pratiche che hanno mostrato evidenza di efficacia nel migliorare la salute della popolazione quando implementate in uno specifico contesto di vita reale e sono suscettibili di essere replicabili in altri contesti

In definitiva la buona pratica è quella che comprende interventi che soddisfano una serie

[12] *Da Manuale WHP Regione Lombardia*

di criteri predefiniti a vari livelli e riflettono le priorità della società o dell'organizzazione nel tempo. Le migliori pratiche sono programmi consolidati che si sono dimostrati efficaci attraverso valutazioni rigorose e quindi adatti ad essere replicati in altri contesti. Infatti, elemento cruciale per la definizione di Buona pratica è il concetto di trasferibilità in situazioni e contesti specifici: una buona pratica è quella che mostra il suo funzionamento, o la sua efficacia, in situazioni diverse e può essere esportabile o replicabile.

Promozione della Salute nei luoghi di lavoro (Workplace Health Promotion-WHP)

L'OMS ha definito "sano" il luogo di lavoro in cui i datori di lavoro, lavoratori e soggetti a vario titolo coinvolti, sulla base dei bisogni evidenziati, collaborano attivamente nell'ambito di un processo di continuo miglioramento per tutelare e promuovere la salute, la sicurezza e il benessere di tutti i lavoratori, nonché la sostenibilità dell'Azienda, prestando particolare attenzione a:

- fattori di rischio fisico presenti negli ambienti di lavoro che possono avere un impatto negativo su salute e sicurezza;
- fattori di rischio psicosociale, inclusa l'organizzazione del lavoro, che possono avere un impatto negativo su salute, sicurezza e benessere dei lavoratori;
- risorse dedicate al miglioramento delle condizioni di salute dei lavoratori (inclusa la promozione di stili di vita sani da parte del Datore di Lavoro);
- possibilità di trasferire alle famiglie, e quindi alla comunità, le esperienze positive e gli interventi per il miglioramento della salute dei lavoratori.

L'OMS ha indicato le "5 chiavi" (WHO Five Keys) per ambienti di lavoro sani, cui si ispira il Network Europeo per la Promozione della Salute nei Luoghi di Lavoro (European Network for Workplace Health Promotion - ENWHP):

- Chiave 1: Impegno e coinvolgimento della leadership
- Chiave 2: Coinvolgimento dei lavoratori e dei loro rappresentanti
- Chiave 3: Etica del lavoro e legalità
- Chiave 4: Sostenibilità e integrazione
- Chiave 5: Utilizzo di un processo sistematico e globale che assicuri efficacia e continuo miglioramento.

Equità nella salute (Equity in health)

Equità significa imparzialità. Equità nella salute significa che sono i bisogni delle persone ad orientare la distribuzione delle opportunità per il conseguimento del benessere. Riferimento bibliografico: Equity in health and health care. WHO, Geneva, 1996 La strategia mondiale dell'OMS, volta al raggiungimento della Salute per Tutti (Health for All), intende sostanzialmente raggiungere una maggiore equità nella salute tra le diverse popolazioni, al loro interno e tra i vari paesi. Questo implica che tutte le persone devono poter avere le stesse opportunità di migliorare e preservare la propria salute, in virtù di un accesso equo e giusto alle risorse per la salute.

BIBLIOGRAFIA

- Anderson LM, Quinn TA, Glanz K et al: Task Force on Community Preventive Services. The effectiveness of worksite nutrition and physical activity interventions for controlling employee overweight and obesity: a systematic review. Am J Prev Med. 2009 Oct; 37(4): 340-57.
- Annali dell'Istituto Superiore di Sanità (ISS) nell'articolo "Smoking prevalence among healthcare workers in Italy,PASSI surveillance system data, 2014-2018"
- Cherniack M. Integrated health programs, health outcomes, and return on investment: measuring workplace health promotion and integrated program effectiveness. J Occup Environ Med. 2013 Dec; 55 (12 Suppl): S38- 45. Review.
- Glossario O.M.S. della Promozione della Salute – DORS (Regione Piemonte) https://www.dors.it/documentazione/testo/201303/OMS_Glossario%201998_Italiano.pdf
- Goetzel RZ, Jacobson BH, Aldana SG et al: Health care costs of worksite health promotion participants and non-participants. JOEM 1998; 40: 341- 346.
- Jeffery RW, Foster JL, Dunn BV et al: Effects of work-site health promotion on illness-related absenteeism. JOM 1993; 35: 1142-1146.World Health Organization, Healthy workplaces: a model for action for employers, workers, policymakers and practitioners, Geneva 2010
- OSCE "The Heavy Burden of Obesity. The Economics of Prevention" 2019 https://www.oecd.org/health/the-heavy-burden-of-obesity-67450d67-en.htm
- Pelletier KR. A review and analysis of the clinical and cost-effectiveness studies of comprehensive health promotion and disease management programs at the worksite: update VIII 2008 to 2010. J Occup Environ Med. 2011 Nov; 53(11): 1310-31. 18
- Pollack KM, Cheskin LJ. Obesity and workplace traumatic injury: does the science support the link? Inj Prev. 2007 Oct;13(5):297-302. Review.
- Ryan J, Zwerling C, Orav EJ. Occupational risks associated with smoking: a prospective study. Am J Public Health 1992; 82: 29-32. 7 Pollack KM, Cheskin LJ. Obesity and workplace traumatic injury: does the science support the link? Inj Prev. 2007 Oct;13(5):297-302. Review
- Soler RE, Leeks KD, Razi S et al: A systematic review of selected interventions for worksite health promotion. The assessment of health risks with feedback. Am J Prev Med 2010; 38: 237-262. Jeffery 3)RW, Foster JL, Dunn BV et al: Effects of work-site health promotion on illness-related absenteeism. JOM 1993; 35: 1142-1146
- DI PRINZIO RR1, CICCHETTI A., MARAZZA M., MAGNAVITA N., ROSSI P., CHIRICO F., ZAFFINA S. "Return-on-Investment of Workplace Health Promotion programs: New Total Worker Health® strategies in the framework of the "One Health" approach", J Health Soc Sci 2022, 7, 4, 355–362. Doi: 10.19204/2022/RTRN1
- Regione Emilia Romagna
- Regione Lombardia
- Azienda senza Fumo, Regione Veneto
- Kahan B., M. Goodstadt, Health Promotion Practice, 2001
- Ng, E., & de Colombani, P. (2015). Framework for Selecting Best Practices in Public Health: A Systematic Literature Review. Journal of public health research, 4(3), 577.
- Recommendations report on applicability and transferability of practices into different settings and countries. February 2017. http://chrodis.eu/wp-content/uploads/2014/10/170223_wp5-t5_report-successfactorstransf-scalability_wotable2.pdf (accesso 23/10/2021)
- Barnfield, A., Savolainen, N., & Lounamaa, A. (2020). Health Promotion Interventions: Lessons from the Transfer of Good Practices in CHRODIS-PLUS. International journal of environmental research and public health, 17(4), 1281.

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

ALLEGATO 1

SCHEDA DI ADESIONE AL PROGRAMMA
"Luoghi di lavoro che promuovono salute"
PROMOSSO DALLA REGIONE LAZIO

Il/la sottoscritto/a *(Nome e Cognome)* _____

Luogo di nascita _____ Data di nascita _____

Cod. Fiscale: _____

in qualità di TITOLARE / RAPPRESENTANTE LEGALE dell'Impresa *(denominazione esatta)*

Ragione sociale _____

Partita IVA / CF _____

UNITÀ PRODUTTIVA _____
(compilare una scheda per ogni unità produttiva)

Indirizzo Unità produttiva _____

Comparto _____ Codice ATECO _____

Individuazione tipologia di impresa in base al DM 18 aprile 2005

❒ MICRO meno di 10 occupati ❒ PICCOLA 10-49 occupati
❒ MEDIA 50-249 occupati ❒ GRANDE oltre 249 occupati

N° totale lavoratori dell'Unità produttiva |_____| di cui |_____| *femmine* |_____| *maschi*

ADERISCE AL PROGRAMMA DELLA REGIONE LAZIO
"LUOGHI DI LAVORO CHE PROMUOVONO SALUTE"

pertanto, indica quale **Referente aziendale** per lo sviluppo degli interventi previsti da tale progetto il/la Sig./ra (*Cognome Nome*)

_____

Telefono _____ e-mail

_____

L'Azienda si dichiara disponibile ad un incontro, da concordare con gli operatori della ASL _____, per ricevere assistenza metodologica in merito al programma WHP.

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

Il Rappresentante legale

_____

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

ALLEGATO 2a

Check list di autovalutazione

Sez. A	**Promozione della Salute nei Luoghi di Lavoro (WHP)** *da compilare anche con l'ausilio del Medico Competente*	NO	SI
1	È stata adottata una politica aziendale sulla promozione della salute nei luoghi di lavoro condivisa con tutte le figure aziendali della Prevenzione?	❒	❒
2	I lavoratori hanno ricevuto una specifica INFORMAZIONE su questa politica?	❒	❒
3	L'Azienda ha implementato piani di FORMAZIONE ed EDUCAZIONE ALLA SALUTE (concordati dal Datore di lavoro con il Medico Competente e RLS, o RLST o RLS di sito) rispetto ad esigenze specifiche?	❒	❒
4	L'Azienda dà attuazione ad ACCORDI/PROTOCOLLI con una struttura sanitaria per un programma di sensibilizzazione per la prevenzione dell'insorgenza di Malattie Croniche Non Trasmissibili?	❒	❒
5	L'Azienda ha attuato/sta attuando PROGRAMMI SPECIFICI DI PROMOZIONE DELLA SALUTE su almeno uno dei seguenti fattori di rischio per la salute: fumo, alcol, alimentazione e sedentarietà?	❒	❒
6	Se sì, tali programmi sono stati affidati ad un coordinatore e/o a un GRUPPO DI LAVORO e/o ad un esperto esterno?	❒	❒
7	È stato preventivato un BUDGET specifico per la realizzazione dei programmi di Promozione della Salute?	❒	❒
8	Il MEDICO COMPETENTE ha partecipato attivamente alla realizzazione dei programmi di promozione della salute dei lavoratori anche attraverso la raccolta di informazioni anamnestiche e di eventuale counselling breve/minimal advice?	❒	❒

Note:

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

Sez. B	**ALIMENTAZIONE** *da compilare anche con l'ausilio del Medico Competente*	NO	SI
1	È stata adottata una POLITICA AZIENDALE sull'alimentazione sana rivolta ai lavoratori condivisa con tutte le figure aziendali della Prevenzione?	❒	❒
2	L'Azienda si è impegnata nella diffusione di INFORMAZIONI su una sana alimentazione, in termini di quantità e qualità, con il supporto di esperti del settore?	❒	❒
3	Sono stati realizzati corsi di FORMAZIONE/ EDUCAZIONE ALIMENTARE specifici su tale tema?	❒	❒
4	È presente un LOCALE RISTORO a disposizione dei lavoratori durante la pausa pranzo?	❒	❒
5	Se sì il locale ristoro è ATTREZZATO (frigorifero, microonde)?	❒	❒
6	Sono stati fatti interventi sui DISTRIBUTORI AUTOMATICI in Azienda per favorire il consumo di alimenti sani?	❒	❒
7	È presente una MENSA AZIENDALE?	❒	❒
8	Se sì il MENÙ offerto è approvato dal SIAN oppure redatto da un nutrizionista abilitato in modo da garantire una composizione dei pasti equilibrata da un punto di vista energetico-nutrizionale?	❒	❒
9	Se sì, i pasti serviti nella mensa aziendale prevedono la presenza di:		
	-frutta e verdura tutti i giorni e legumi almeno 3 volte a settimana?	❒	❒
	-pane a basso contenuto di sale e pane integrale?	❒	❒
	-sale iodato per le preparazioni?	❒	❒
	-alimenti per celiaci?	❒	❒
10	La pausa pranzo è regolamentata?	❒	❒
11	Il MEDICO COMPETENTE effettua un counselling breve ai lavoratori in sovrappeso/obesità durante le visite mediche periodiche in Azienda?	❒	❒
12	L'Azienda offre ai lavoratori, che decidono di intraprendere misure correttive del proprio comportamento alimentare, la possibilità di accedere a servizi specialistici sia pubblici che privati per la realizzazione di programmi riguardanti una sana alimentazione?	❒	❒

Note:

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

Sez. C	**ATTIVITÀ FISICA** *da compilare anche con l'ausilio del medico competente*	NO	SI
1	È stata adottata una POLITICA AZIENDALE sulla promozione dell'attività fisica rivolta ai lavoratori, condivisa con tutte le figure aziendali della Prevenzione?	❒	❒
2	L'Azienda si impegna nella diffusione di INFORMAZIONI sull'importanza dell'attività fisica?	❒	❒
3	Sono stati realizzati corsi di FORMAZIONE specifici su tale tema?	❒	❒
4	I lavoratori hanno accesso facilitato a palestre (o impianti sportivi) dentro o fuori l'Azienda?	❒	❒
5	I lavoratori, che svolgono attività fisica durante le pause lavorative o prima del lavoro (es. uso della bicicletta per recarsi al lavoro), hanno a disposizione docce/spogliatoi in Azienda?	❒	❒
6	L'Azienda ha distribuito ai suoi lavoratori dei contapassi per il monitoraggio volontario dell'attività fisica?	❒	❒
7	Il MEDICO COMPETENTE, durante le visite mediche periodiche in Azienda, effettua un counselling breve per incentivare l'attività fisica?	❒	❒
8	L'Azienda organizza attività sportive (es. torneo calcetto, padel) interne di qualche tipo?	❒	❒
9	È presente un gruppo di cammino aziendale?	❒	❒
10	La sede è raggiungibile in bicicletta dal più vicino centro abitato, da fermata metro e/o Autobus e/o FFSS, da fermata bike sharing?	❒	❒

Note:

Sez. D	**ALCOL** *da compilare anche con l'ausilio del Medico Competente*	NO	SI
1	È stata adottata una POLITICA AZIENDALE sull'alcol rivolta ai lavoratori, condivisa con tutte le figure aziendali della Prevenzione?	❒	❒
2	Nella vostra Azienda è applicato e verificato il DIVIETO di somministrazione e vendita di alcol?	❒	❒
3	L'Azienda si è impegnata nella diffusione di INFORMAZIONI sulla prevenzione del consumo di alcol?	❒	❒
4	Sono stati realizzati corsi di FORMAZIONE specifici su tale tema?	❒	❒
5	Il MEDICO COMPETENTE, durante le visite mediche periodiche in Azienda, effettua un counselling breve per i problemi alcol correlati?	❒	❒
6	Il MEDICO COMPETENTE utilizza questionari validati per la rilevazione del consumo a rischio di alcol?	❒	❒
7	L'Azienda si è rivolta a servizi specialistici per la realizzazione di programmi di prevenzione in tema di alcol?	❒	❒

Note:

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

Sez. E	**FUMO** *da compilare anche con l'ausilio del medico competente*	NO	SI
1	È stata adottata una POLITICA AZIENDALE sul fumo rivolta ai lavoratori, condivisa con tutte le figure aziendali della Prevenzione?	❒	❒
2	L'Azienda ha un REGOLAMENTO scritto che prevede il divieto di fumare in tutti gli ambienti di lavoro chiusi?	❒	❒
3	L'Azienda si è impegnata nella diffusione di INFORMAZIONI sulla prevenzione del tabagismo?	❒	❒
4	Sono stati realizzati corsi di FORMAZIONE rivolti ai lavoratori su tale tema?	❒	❒
5	L'Azienda sostiene i lavoratori che vogliono smettere di fumare? (es. counselling individuale o di gruppo, incentivi, ecc.)	❒	❒
6	Il MEDICO COMPETENTE, durante le visite mediche periodiche in Azienda, effettua un counselling breve per la cessazione dell'abitudine al fumo rivolto ai fumatori?	❒	❒
7	Il MEDICO COMPETENTE, durante le visite mediche periodiche in Azienda, effettua test di valutazione della dipendenza dal fumo e della motivazione a smettere di fumare?	❒	❒
8	L'Azienda ha fatto ricorso a servizi specialistici per la realizzazione del programma sul tabagismo?	❒	❒

Note:

SEZ. F	**SCREENING ONCOLOGICI** *da compilare anche con l'ausilio del medico competente*	NO	SI
1	L'azienda favorisce la sensibilizzazione/partecipazione dei lavoratori a programmi di screening raccomandati dal SSN anche attraverso il Medico Competente?	❒	❒

Note:

SEZ. G	**VACCINAZIONI** *da compilare anche con l'ausilio del medico competente*	NO	SI
1	L'azienda favorisce la sensibilizzazione/partecipazione dei lavoratori a programmi di vaccinazione raccomandati dal SSN anche attraverso il Medico Competente?	❒	❒
2	L'Azienda ha attivato programmi vaccinali da effettuarsi direttamente in azienda o presso la ASL competente?	❒	❒

Note:

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

ALLEGATO 2b

ANALISI dei BISOGNI DI SALUTE della popolazione lavorativa aziendale	
Esempi di argomenti da valutare anche con l'ausilio del Medico Competente	**NOTE**
Età media e prevalenza di genere della popolazione lavorativa	
Livello di istruzione medio della popolazione lavorativa	
Presenza di lavoratori con disabilità	
Presenza di lavoratori stranieri (in riferimento non solo alle difficoltà linguistiche, nel rispetto delle differenze socioculturali)	
Tipologia di lavoro (a turni, notturno, lavoro agile o a distanza)	
Modalità di lavoro itinerante (trasferta, rappresentanti commerciali, servizi esterni)	
Presenza di lavoratori pendolari	
Tasso di assenze per malattia	
Analisi degli infortuni sul lavoro	
Analisi delle malattie professionali	
Prevalenza fumatori (dato fornito da Medico Competente)	
Prevalenza lavoratori in sovrappeso/obesità (dato fornito da Medico Competente)	
Eventi sentinella per abuso alcool	
Eventi sentinella fumo di tabacco (es. esposti/segnalazioni diatribe fumatori-non fumatori)	
Presenza di fattori di rischio lavorativi sinergici con fumo di tabacco e alcol	
Altro……..	
Altro……..	

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

ALLEGATO 2c

QUESTIONARIO LAVORATORI

percezione del sé, percezione dei bisogni, motivazione al cambiamento

Sesso ❑ M ❑ F **Età** ❑ 18-44 anni ❑ 45-55 anni ❑ più di 55 anni

Area ALIMENTAZIONE

- Pensa di mangiare sano? ❑ Sì ❑ No
- Se la sua azienda organizzasse incontri formativi sulla sana alimentazione parteciperebbe? ❑ Sì ❑ No
- Pensa di aver bisogno di perdere peso? ❑ Sì ❑ No ❑ Non mi serve
- Se la sua azienda attivasse dei percorsi presso strutture accreditate per perdere peso aderirebbe? ❑ Sì ❑ No
- Pensa che la pausa pranzo sia sufficiente per consentirle di consumare un pasto adeguato? ❑ Sì ❑ No perché _____
- Durante la pausa pranzo (selezionare la modalità prevalente):
  - ❑ Consuma pasti portati da casa
  - ❑ Consuma pasti preparati dalla mensa aziendale
  - ❑ Mangia nei luoghi di ristorazione vicino al luogo di lavoro
  - ❑ Altro _____
- Le capita spesso, durante l'orario di lavoro, di rifornirsi presso i distributori automatici di bevande/cibo? ❑ Sì ❑ No ❑ Non applicabile
- Pensa che il locale ristoro della sua azienda sia confortevole e ben attrezzato? ❑ Sì ❑ No ❑ Non applicabile
- Pensa che la mensa della sua azienda offra menù vari e accessibili alle esigenze di tutti? ❑ Sì ❑ No ❑ Non applicabile

SUGGERIMENTI ALL'AZIENDA

sul tema ALIMENTAZIONE mi piacerebbe che la mia azienda _____

_____

_____

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

Area FUMO

- Fuma? ❑ No ❑ Sì _____
- Se sì quante sigarette al giorno? ❑ meno di 10 ❑ tra 10 e 20 ❑ più di 20
- Se sì, pensa di dover smettere di fumare? ❑ No ❑ Sì
- Se pensasse di dover smettere di fumare, aderirebbe a percorsi di disassuefazione organizzati dall'azienda? ❑ No ❑ Sì
- Parteciperebbe a degli incontri formativi/informativi sul tema fumo? ❑ No ❑ Sì

SUGGERIMENTI ALL'AZIENDA

sul tema FUMO mi piacerebbe che l'azienda _____

_____

Area ATTIVITÀ FISICA

- Pensa di condurre uno stile di vita attivo? ❑ No ❑ Sì
- La sua mansione lavorativa è sedentaria? ❑ No ❑ Sì
- Come si reca a lavoro (*segnare la modalità prevalente*)?
  ❑ autobus/metropolitana ❑ bicicletta ❑ a piedi ❑ macchina/motorino ❑ treno
  ❑ bicicletta elettrica ❑ monopattino elettrico ❑ altro _____
- Pratica regolarmente attività fisica? ❑ No ❑ Sì
- In caso di risposta negativa, quali sono gli ostacoli per praticare regolarmente attività fisica? ❑ mancanza di tempo ❑ stanchezza ❑ pigrizia ❑ costi ❑ Altro _____
- Ha intenzione nei prossimi mesi di praticare più attività fisica? ❑ No ❑ Sì ❑ non so
- Parteciperebbe a degli incontri formativi/informativi sul tema attività fisica organizzati dalla sua Azienda? ❑ No ❑ Sì
- Se l'azienda le desse l'opportunità di effettuare attività fisica in convenzione lei aderirebbe? ❑ No ❑ Sì ❑ non so
- Se l'azienda attivasse un gruppo di cammino parteciperebbe? ❑ No ❑ Sì ❑ Non so

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

SUGGERIMENTI ALL'AZIENDA

sul tema ATTIVITÀ FISICA mi piacerebbe che l'azienda _____

_____

_____

Area ALCOL

- Parteciperebbe a degli incontri formativo/informativi sul tema del consumo di bevande alcoliche? ❑ No ❑ Sì

SUGGERIMENTI ALL'AZIENDA

sul tema ALCOL mi piacerebbe che l'azienda _____

_____

Area SCREENING ONCOLOGICO / VACCINAZIONI

- È a conoscenza dell'esistenza e del significato di uno screening oncologico (tumore del collo dell'utero, tumore della mammella, tumore del colon-retto)? ❑ No ❑ Sì
- Se sì, ha mai aderito a qualche programma di screening oncologico? ❑ No ❑ Sì
- Se l'azienda le desse l'opportunità di poter accedere a dei percorsi per effettuare lo screening oncologico lei aderirebbe? ❑ No ❑ Sì
- È a conoscenza dell'esistenza di un programma nazionale di vaccinazione (antinfluenzale, anti HPV, ecc.)? ❑ No ❑ Sì
- Se sì, ha mai aderito a qualche programma vaccinale? ❑ No ❑ Sì
- Se l'azienda le desse l'opportunità di poter accedere a programmi di vaccinazione, lei aderirebbe? ❑ No ❑ Sì

SUGGERIMENTI ALL'AZIENDA

sul tema SCREENING ONCOLOGICO/VACCINAZIONI mi piacerebbe che la mia azienda __

_____

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

ALLEGATO 3

BUONE PRATICHE

- **AZIONI DI PROMOZIONE DI UNA SANA ALIMENTAZIONE**
- **AZIONI DI PROMOZIONE DELL'ATTIVITÀ FISICA E CONTRASTO DELLA SEDENTARIETÀ**
- **AZIONI PER IL CONTRASTO AL FUMO DI TABACCO**
- **AZIONI PER IL CONTRASTO AL CONSUMO DI ALCOL**

PRINCIPIO DI EQUITÀ

La realizzazione delle pratiche deve tener conto di eventuali barriere linguistiche, bassi livelli di alfabetizzazione, ecc. mediante la realizzazione del Profilo di Salute.

Le azioni facilmente realizzabili dalle microimprese e dalle piccole imprese sono contrassegnate con il simbolo
Fondamentale il supporto delle Parti Sociali (Associazioni di categoria…) e del Medico Competente.

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

AZIONI DI PROMOZIONE DI UNA SANA ALIMENTAZIONE

<table>
<tr><td rowspan="3">AZIONI a carattere INFORMATIVO</td><td colspan="2">Realizzazione di una “BACHECA DELLA SALUTE”, ovvero creazione di uno spazio materiale e/o virtuale su sito web/intranet aziendale, accessibile facilmente ai lavoratori per:
illustrare e divulgare la volontà dell’Azienda a realizzare programmi di Promozione della Salute nei Luoghi di lavoro (Policy aziendale)
diffondere materiali informativi (opuscoli, documenti illustrativi vari, link specifici) e locandine relative a eventi, iniziative e incontri sulla “sana alimentazione”, preferibilmente in collaborazione con la ASL territoriale.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Affissione di poster e cartelli o altro materiale divulgativo inerente alla tematica nei punti di ristoro, locali mensa, vicino ai distributori automatici, (ad esempio la piramide alimentare mediterranea, il decalogo IARC per una sana alimentazione italiana, il regolo per il calcolo del Body Mass Index, tovagliette per la copertura dei tavoli, ad uso della mensa, con stampa di indicazioni sulla corretta alimentazione)</td></tr>
<tr><td colspan="2">ALTRA INIZIATIVA proposta dall’Azienda, preferibilmente condivisa dalla ASL territoriale</td></tr>
<tr><td rowspan="3">AZIONI a carattere FORMATIVO</td><td colspan="2">Realizzazione di incontri di educazione alimentare in collaborazione con i Servizi Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN) della ASL o, in alternativa, con esperti qualificati del settore scelti in ambito privato, favorendo la partecipazione di tutto il personale (lavoratori, dirigenti, ecc.) e includendo argomenti sia di igiene della nutrizione che aspetti di base per la sicurezza alimentare casalinga (corretta preparazione e conservazione dei cibi).</td></tr>
<tr><td colspan="2">Incontri informativi/formativi rivolti al personale della ditta che gestisce la mensa (ove presente) per favorire la preparazione dei pasti, nel rispetto di una composizione adeguata sotto il profilo energetico-nutrizionale ed una corretta porzionatura.</td></tr>
<tr><td colspan="2">ALTRA INIZIATIVA proposta dall’Azienda, preferibilmente condivisa dalla ASL territoriale</td></tr>
<tr><td rowspan="3">AZIONI SPECIFICHE</td><td rowspan="3">MENSA AZIENDALE</td><td>Attivazione, ove possibile, di una MENSA AZIENDALE (con pasti preparati in sede o trasportati da centro cottura)</td></tr>
<tr><td>Affidare la gestione della mensa ad una ditta di ristorazione collettiva che garantisca l’adozione di tabelle dietetiche e la somministrazione di pasti equilibrati sotto il profilo energetico- nutrizionale, come da LARN vigenti e Linee Guida per una Sana Alimentazione</td></tr>
<tr><td>La MENSA pertanto offrirà:
Menù equilibrati sotto il profilo energetico-nutrizionale
Menù speciali per soggetti con intolleranze alimentari e/o allergie (principio di equità)
Menù dedicati ad utenti con particolari esigenze etico-religiose (principio di equità)
In particolare, saranno garantiti:
Rispetto della variabilità settimanale dei pasti, come da indicazioni delle Linee Guida per una Sana Alimentazione
Presenza di una varietà di frutta e verdure di stagione
presenza di contorni a base di verdura
presenza di piatti unici equilibrati, anche come alternativa al menu di base</td></tr>
</table>

Segue **AZIONI SPECIFICHE**		• consumo di **alimenti a ridotto contenuto di sale iodato** • consumo di **pane poco salato** (a basso contenuto di sodio), preferibilmente **integrale** • consumo di **olio di oliva extravergine** • consumo di **acqua** (acquedotto cittadino o minerale in bottiglia), da privilegiare rispetto a bevande alternative È opportuno, al fine di garantire l'adeguatezza nutrizionale dei menù adottati nella mensa, sottoporli preliminarmente alla valutazione nutrizionale del SIAN della ASL.
		Attuare iniziative per la riduzione dello **spreco alimentare** e/o iniziative di "valorizzazione" di eccedenze
		ALTRA INIZIATIVA proposta dall'Azienda, preferibilmente condivisa con la ASL territoriale
	LOCALE RISTORO	Allestimento o adeguamento di un locale/area idoneamente attrezzati per il consumo dei pasti portati dai lavoratori, creando un ambiente adeguato e confortevole in cui garantire la presenza di: • DISTRIBUTORI DI ACQUA GRATUITA • FORNO A MICROONDE O DI ALTRO TIPO per il riscaldamento dei pasti individuali • FRIGORIFERO per la conservazione di pasti (se di preparazione domestica riposti in confezioni chiuse) • altri requisiti organizzativi che garantiscono la salubrità del pasto nel rispetto dei criteri di **sicurezza alimentare**
		Assicurare la **disponibilità di frutta e/o verdura fresca di stagione gratuita** almeno a cadenza settimanale (eventualmente anche attraverso accordi con i produttori locali)
		ALTRA INIZIATIVA proposta dall'Azienda, preferibilmente condivisa con la ASL territoriale
	PAUSA PRANZO	Adeguamento della **DURATA** della pausa pranzo che deve essere di almeno 30 minuti, incoraggiando i lavoratori a rispettarla
		ALTRA INIZIATIVA proposta dall'Azienda, preferibilmente condivisa con la ASL territoriale
	DISTRIBUTORI AUTOMATICI	Miglioramento dei prodotti forniti dai distributori automatici, definendo nel Capitolato l'offerta di almeno il 30% di alimenti salutari. *Esempio: spremute, frutta secca, yogurt, frutta fresca, snack a ridotto contenuto di grassi e sale, prodotti dolciari e bevande a basso contenuto di zuccheri, succhi di frutta senza zuccheri aggiunti.*
		Favorire il **consumo di acqua** mediante punti di approvvigionamento dedicati (fontanelle o serbatoi con dispenser) o, in alternativa ed in caso di scelta preferenziale di acque minerali, fornitura adeguata di bottigliette d'acqua.
		ALTRA INIZIATIVA proposta dall'Azienda, preferibilmente condivisa con la ASL territoriale

	BAR INTERNI	Condividere con i gestori proposte per garantire la presenza di un'offerta salutare dei pasti.
		ALTRA INIZIATIVA proposta dall'Azienda, preferibilmente condivisa con la ASL territoriale
	CONVENZIONI	**Attivazione di Convenzioni** con esercizi pubblici (negozi alimentari, bar, ristoranti) che distribuiscono/somministrano pasti **equilibrati** sotto il profilo energetico - nutrizionale.
		ALTRA INIZIATIVA proposta dall'Azienda, preferibilmente condivisa dalla ASL territoriale
AZIONI del MEDICO COMPETENTE	Corso di formazione rivolto ai **Medici Competenti** su **minimal advice** e/o counseling motivazionale organizzato dalla Regione Lazio	
	Screening antropometrico rivolto a tutti i lavoratori (anche coloro che non sono sottoposti a sorveglianza sanitaria): peso, altezza, calcolo del BMI e misura della circonferenza vita con archiviazione dei dati.	
	Counseling motivazionali, individuali o di gruppo, per i lavoratori in sovrappeso e/o obesi per favorire un salutare cambiamento dello stile di vita (corretta alimentazione ed attività fisica). Qualora siano presenti specifici servizi territoriali della ASL di competenza, indirizzare i lavoratori in sovrappeso/obesità, previa attivazione di convenzioni / protocolli d'intesa, per offrire la possibilità di effettuare un trattamento mirato, che aiuti ad individuare e correggere gli errori nutrizionali ed indichi le misure correttive da adottare con il supporto di specialisti del settore.	
	Inserimento del dato sulla prevalenza dello stato ponderale dei lavoratori nella **relazione periodica annuale.**	
	ALTRA INIZIATIVA proposta dall'Azienda, preferibilmente condivisa con la ASL territoriale	

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

AZIONI DI PROMOZIONE DELL'ATTIVITÀ FISICA E CONTRASTO DELLA SEDENTARIETÀ

<table>
<tr><td rowspan="4">AZIONI
a carattere
INFORMATIVO</td><td colspan="2">Realizzazione di una "BACHECA DELLA SALUTE", ovvero creazione di uno spazio materiale e/o virtuale su sito web/intranet aziendale, accessibile facilmente ai lavoratori per:
▪ illustrare e divulgare la volontà dell'Azienda a partecipare a programmi di Promozione della Salute nei Luoghi di lavoro (Policy aziendale)
▪ diffondere materiali informativi sui benefici di uno stile di vita attivo (opuscoli, documenti illustrativi vari, link specifici) e locandine relative a eventi, iniziative e incontri sulla promozione della salute predisposti dalle ASL, dai Servizi Sanitari Regionale e Nazionale, dal Ministero della Salute, da altre Istituzioni pubbliche ed associazioni qualificate.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Affissione di poster e cartelli in punti strategici (in prossimità degli ascensori, nei locali mensa, vicino ai distributori automatici, nelle aree di ristoro (ad esempio la piramide dell'attività fisica, messaggi che incentivino l'uso delle scale invece dell'ascensore, Tabella ISS sulle raccomandazioni dell'OMS, pause attive in ufficio)</td></tr>
<tr><td colspan="2">Creazione di spazio dedicato dove trovare informazioni su opportunità di mobilità attiva (mezzi e modalità di trasporto, mappe delle piste ciclabili, società bike sharing, ecc.)</td></tr>
<tr><td colspan="2">ALTRA INIZIATIVA proposta dall'Azienda, preferibilmente condivisa con la ASL territoriale</td></tr>
<tr><td rowspan="2">AZIONI
a carattere
FORMATIVO</td><td colspan="2">Realizzazione di incontri educativi/formativi sui benefici di uno stile di vita attivo e sul contrasto della sedentarietà, in collaborazione con i Servizi della ASL di riferimento o, in alternativa, con esperti qualificati del settore scelti in ambito privato, favorendo la partecipazione di tutto il personale (lavoratori, dirigenti, ecc.)</td></tr>
<tr><td colspan="2">ALTRA INIZIATIVA proposta dall'Azienda, preferibilmente condivisa con la ASL territoriale</td></tr>
<tr><td rowspan="6">AZIONI
SPECIFICHE</td><td rowspan="5">Attività
PROMOZIONALI</td><td>-Incentivare l'uso delle scale (es. affiggendo poster e/o banner in prossimità degli ascensori, dei locali della mensa, ai distributori automatici di cibo e bevande; migliorando la sicurezza, l'illuminazione e la pulizia delle scale; ritinteggiando le pareti; organizzando in questo vano l'esposizione di quadri oppure trasmettendo musica, ecc.)</td></tr>
<tr><td>-Promuovere l'utilizzo dei mezzi pubblici di trasporto che permettano di fare esercizio fisico quali autobus, tram, metropolitana, treno, anche attraverso eventuale rimborso/contributo per l'abbonamento.</td></tr>
<tr><td>-Favorire l'impiego della bicicletta per recarsi al lavoro (es. mettendo a disposizione una rastrelliera e/o creando un parcheggio coperto per le biciclette; prevedendo la fornitura di attrezzatura come giubbetti ad alta visibilità, palette per portapacchi, luci, catarifrangenti per ruote, caschetti; fornendo biciclette in comodato d'uso ai lavoratori; attivando delle convenzioni con le società che erogano il servizio di bike sharing)</td></tr>
<tr><td>-Incoraggiare il raggiungimento del luogo di lavoro a piedi, se possibile, o parcheggiando più lontano se si è costretti ad utilizzare la macchina.</td></tr>
<tr><td>-Distribuire contapassi individuali ai lavoratori o promuovere l'utilizzo di applicazione gratuita su Smartphone per il monitoraggio volontario dell'attività fisica.</td></tr>
<tr><td>SPAZI AZIENDALI</td><td>Allestimento/adeguamento locali adibiti a:</td></tr>
</table>

		• DOCCE/SPOGLIATOI con armadietti per i lavoratori che si recano al lavoro a piedi e/o in bicicletta e/o con mezzi di trasporto o per coloro che frequentano un corso di attività fisica strutturata o partecipano a un gruppo di cammino durante le pause lavorative • PALESTRA/SALA ATTREZZI/CAMPI DI CALCETTO…
	PAUSA ATTIVA	Concessione di brevi **pause lavorative** (di almeno 10 minuti) per fare attività fisica soprattutto per contrastare le mansioni sedentarie (es. esercizi di stretching, di riscaldamento e di ginnastica posturale, brevi passeggiate)
	ORGANIZZAZIONE ATTIVITÀ FISICA	Gruppi di Cammino Aziendali individuando un walking leader interno o esterno, adeguatamente formato
		Manifestazioni sportive interne all'azienda quali ad esempio tornei, marce non competitive, biciclettate, coinvolgendo anche le famiglie, laddove è possibile
		Corsi di attività fisica strutturata sul posto di lavoro (allestendo uno spazio dedicato oppure una palestra)
	CONVENZIONI	Palestre/piscine/impianti sportivi e/o con negozi di attrezzature sportive
		Ambulatori di medicina dello sport per la valutazione medico sportiva e funzionale, finalizzata a determinare le controindicazioni alla pratica di attività fisica e al rilascio del certificato di idoneità sportiva.
	ALTRA INIZIATIVA proposta dall'Azienda, condivisa con la ASL territoriale	
AZIONI del MEDICO COMPETENTE	**Corso di formazione** rivolto ai Medici Competenti su **minimal advice** e/o counselling motivazionale organizzato dalla Regione Lazio	
	Counselling motivazionali, individuali o di gruppo, per i lavoratori per favorire il cambiamento dello stile di vita (attività fisica e corretta alimentazione)	
	Screening antropometrico dei lavoratori: peso, altezza, calcolo del BMI e misura della circonferenza vita, con elaborazione e inserimento dei dati antropometrici rilevati e prevalenza della sedentarietà, ad esempio, nella relazione periodica annuale	
	ALTRA INIZIATIVA proposta dall'Azienda, preferibilmente condivisa con la ASL territoriale	

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

AZIONI PER IL CONTRASTO AL FUMO DI TABACCO

<table>
<tr><td>DEFINIZIONE DI UNA POLICY AZIENDALE</td><td colspan="2">Definire e attuare una policy e un regolamento aziendale di “Luogo di lavoro libero dal fumo”, attraverso un adeguato percorso di condivisione e preparazione con le principali figure aziendali (Dirigenza, RSPP, organizzazioni sindacali, medico competente, RLS, ecc.) e di informazione e promozione con i lavoratori e altri soggetti frequentanti l’azienda.
▪ Diffondere la Policy Aziendale sul fumo
▪ Definire un regolamento scritto che preveda il divieto di fumare in tutti gli ambienti di lavoro
▪ monitorare e valutare periodicamente la politica antifumo aziendale
▪ predisporre idonei spazi/pause per i fumatori
▪ regolamentare l’utilizzo delle E-CIG e dei dispositivi a tabacco riscaldato (IQOS, Glo…)
▪ Informare sui danni da fumo attivo e passivo e sui benefici della cessazione a qualsiasi età</td></tr>
<tr><td rowspan="3">AZIONI a carattere INFORMATIVO</td><td colspan="2">Realizzazione di una “BACHECA DELLA SALUTE”, ovvero creazione di uno spazio materiale e/o virtuale su sito web/intranet aziendale, accessibile facilmente ai lavoratori per:
▪ illustrare e divulgare la volontà dell’Azienda a partecipare a programmi di Promozione della Salute nei Luoghi di lavoro (Policy aziendale Regolamento aziendale)
▪ diffondere materiali informativi sui benefici della disassuefazione dal fumo di tabacco (opuscoli, documenti illustrativi vari, link specifici) e locandine relative a eventi, iniziative e incontri sul tema predisposti dalle ASL, dai Servizi Sanitari Regionale e Nazionale, dal Ministero della Salute, da altre Istituzioni pubbliche ed associazioni qualificate SITAB, ISS, LILT.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Affissione di poster e cartelli in punti strategici (nelle aree fumatori, in prossimità degli ascensori, nei locali mensa, vicino ai distributori automatici, nelle aree di ristoro (ad esempio il poster con i benefici – vedi SITOGRAFIA)</td></tr>
<tr><td colspan="2">ALTRA INIZIATIVA proposta dall’Azienda, preferibilmente condivisa con la ASL territoriale</td></tr>
<tr><td rowspan="2">AZIONI a carattere FORMATIVO</td><td colspan="2">Realizzazione periodica di incontri di sensibilizzazione sugli effetti del fumo da parte del medico competente o, in alternativa in collaborazione con i Centri Antifumo delle ASL (vedi SITOGRAFIA), favorendo la partecipazione di tutto il personale (lavoratori, dirigenti, ecc.).</td></tr>
<tr><td colspan="2">ALTRA INIZIATIVA proposta dall’Azienda, preferibilmente condivisa con la ASL territoriale</td></tr>
<tr><td rowspan="6">AZIONI SPECIFICHE</td><td rowspan="3">SUPPORTO</td><td>Offerta di percorsi di disassuefazione ai lavoratori che fumano attraverso: consulenti, terapie farmacologiche, counselling individuale o di gruppo, incentivi</td></tr>
<tr><td>Utilizzo di servizi specialistici per la realizzazione del programma sul tabagismo (Centri Antifumo della Regione Lazio)</td></tr>
<tr><td>Attivazione di iniziative - concordate con la ASL territorialmente competente - per promuovere la conoscenza dell’offerta dei Centri per il Trattamento del Tabagismo del Sistema Sanitario Nazionale</td></tr>
<tr><td>LOCALI INTERNI</td><td>- Fornire un ambiente sicuro per tutti i lavoratori, evitando l'esposizione al fumo passivo
- Definizione aree fumatori esterne all’Azienda</td></tr>
<tr><td>PAUSA LAVORATIVA</td><td>Regolamentazione pause lavorative</td></tr>
<tr><td colspan="2">ALTRA INIZIATIVA proposta dall’Azienda, preferibilmente condivisa con la ASL territoriale</td></tr>
</table>

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

AZIONI a cura del MEDICO COMPETENTE	**Corso di formazione** rivolto ai Medici Competenti su **minimal advice** e/o counseling motivazionale promosso dalla Regione Lazio
	Counselling breve rivolto a tutti i lavoratori fumatori (anche coloro che non sono sottoposti a sorveglianza sanitaria) per la cessazione dell'abitudine al fumo (eventuale somministrazione di test validati Mondor e Fagerström)
	Interventi di supporto per il personale che decide di intraprendere un percorso di disassuefazione dal fumo
	Inserimento del dato sulla prevalenza del fumo dei lavoratori nella relazione periodica annuale
	Individuazione dei gruppi di lavoratori esposti a fattori di rischio **sinergici** rispetto al fumo
	ALTRA INIZIATIVA proposta dall'Azienda, preferibilmente condivisa con la ASL territoriale

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

AZIONI PER IL CONTRASTO AL CONSUMO DI ALCOL

Comprese anche le Aziende contemplate già nell'Allegato 2 del Provvedimento del 16 marzo 2006

(Intesa in materia di individuazione delle attività lavorative che comportano un elevato rischio di infortuni sul lavoro ovvero per la sicurezza, l'incolumità o la salute dei terzi, ai fini del divieto di assunzione e di somministrazione di bevande alcoliche e superalcoliche, ai sensi dell'articolo 15 della legge 30 marzo 2001, n. 125)

DEFINIZIONE DI UNA POLICY AZIENDALE	Definire e attuare una policy e un regolamento aziendale di "Luogo di lavoro libero dall'alcol", attraverso un adeguato percorso di condivisione e preparazione con le principali figure aziendali (Dirigenza, RSPP, organizzazioni sindacali, medico competente, RLS, ecc.) e di informazione e promozione con i lavoratori e altri soggetti frequentanti l'azienda: ▪ normative, regolamenti, divieti (somministrazione e vendita di alcol in azienda) ▪ dichiarazione di cosa l'azienda intende per uso/abuso di alcol con procedure per la gestione di casi di alterazione franca o sospetta per assunzione di alcol ▪ eventuali conseguenze per la violazione della policy ▪ individuazione formale e formazione delle figure preposte alle procedure	
AZIONI a carattere INFORMATIVO	Realizzazione di una *"BACHECA DELLA SALUTE"*, ovvero creazione di uno spazio materiale e/o virtuale su sito web/intranet aziendale, accessibile facilmente ai lavoratori per: ▪ illustrare e divulgare la volontà dell'Azienda a partecipare a programmi di Promozione della Salute nei Luoghi di lavoro (Policy aziendale Regolamento aziendale) ▪ diffondere **materiali informativi** sul consumo responsabile di alcolici, sulla conoscenza dei rischi legati all'abuso di alcool, sul rinforzo della resilienza e sulle modalità per ottenere aiuto (opuscoli, documenti illustrativi vari, link specifici) e **locandine** relative a eventi, iniziative e incontri sul tema predisposti dalle ASL, dai Servizi Sanitari Regionale e Nazionale, dal Ministero della Salute, da altre Istituzioni pubbliche ed associazioni qualificate ISS, LILT.	
	Affissione di **poster** e **cartelli** in punti strategici quali (locali mensa, vicino ai distributori automatici, aree di ristoro, ecc.).	
	ALTRA INIZIATIVA proposta dall'Azienda, condivisa con la ASL territoriale	
AZIONI a carattere FORMATIVO	Realizzazione periodica di **incontri di sensibilizzazione sugli effetti del consumo di alcool** da parte del medico competente o, in alternativa in collaborazione con i Centri per le dipendenze delle ASL o con altro personale qualificato, favorendo la partecipazione di tutto il personale (lavoratori, dirigenti, ecc.).	
	ALTRA INIZIATIVA proposta dall'Azienda, preferibilmente condivisa con la ASL territoriale	
AZIONI SPECIFICHE	**SUPPORTO**	Offerta di servizi per la realizzazione di programmi di prevenzione in tema di alcol che offrano **consulenza** (informazioni, consigli, counseling) ai lavoratori e che indirizzino agli opportuni servizi di trattamento presenti sul territorio.
	ALTRA INIZIATIVA proposta dall'Azienda, preferibilmente condivisa con la ASL territoriale	
AZIONI a cura del MEDICO COMPETENTE	**Corso di formazione** rivolto ai Medici Competenti su **minimal advice** e/o counseling motivazionale organizzato dalla Regione Lazio	
	Counselling breve e/o motivazionale rivolto a tutti i lavoratori (anche coloro che non sono sottoposti a sorveglianza sanitaria) ed eventuale invio ai Servizi specialistici del SSN.	
	Somministrazione sistematica del **questionario AUDIT C e/o CAGE** con inserimento del punteggio nella cartella sanitaria e di rischio e dei risultati in forma aggregata nella relazione sanitaria periodica.	
	ALTRA INIZIATIVA proposta dall'Azienda, preferibilmente condivisa con la ASL territoriale	

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

ALLEGATO 4

Con la presente scheda l'Azienda comunica il proprio impegno a realizzare, durante il periodo di validità del Piano Regionale della Prevenzione 2021-2025, le seguenti **BUONE PRATICHE** finalizzate alla Promozione della Salute e di sani stili di vita dei lavoratori:

1. **Alimentazione**
   - ❒ Azioni a carattere informativo _____
   - ❒ Azioni a carattere formativo _____
   - ❒ Azioni specifiche _____
   - ❒ Azioni del Medico Competente _____
   - ❒ Altra iniziativa _____
2. **Fumo**
   - ❒ Azioni a carattere informativo _____
   - ❒ Azioni a carattere formativo _____
   - ❒ Azioni specifiche _____
   - ❒ Azioni del Medico Competente _____
   - ❒ Altra iniziativa _____
3. **Alcol**
   - ❒ Azioni a carattere informativo _____
   - ❒ Azioni a carattere formativo _____
   - ❒ Azioni specifiche _____
   - ❒ Azioni del Medico Competente _____
   - ❒ Altra iniziativa _____
4. **Attività fisica**
   - ❒ Azioni a carattere informativo _____
   - ❒ Azioni a carattere formativo _____
   - ❒ Azioni specifiche _____
   - ❒ Azioni del Medico Competente _____
   - ❒ Altra iniziativa _____
5. **Screening e Vaccinazioni**
   - ❒ Azioni a carattere informativo _____
   - ❒ Azioni a carattere formativo _____
   - ❒ Azioni specifiche _____
   - ❒ Azioni del Medico Competente _____
   - ❒ Altra iniziativa _____

Anno di invio dell'adesione e periodo di validità: ❒ 2023 – 2025 ❒ _____

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

Le **Buone Pratiche** scelte saranno realizzate con la collaborazione di:
(indicare nome e Cognome)

- Medico Competente _____
- RSPP _____
- RLS _____
- Altre figure, specificare (Funzione, Nome e Cognome):

  _____

- L'Azienda comunicherà l'attuazione e/o il mantenimento nel tempo delle azioni intraprese e indicherà quale nuova azione intende promuovere entro il mese di GENNAIO di ogni anno**.**

- L'Azienda acconsente all'inserimento del proprio nome nell'elenco presente sul sito della Regione Lazio

  ○ NO ○ SI, solo il nome dell'Azienda ○ SI, il nome dell'Azienda e il sito internet

Data _____

Il Rappresentante legale/Referente
per la promozione della salute

_____

Ai sensi del GDPR (*General Data Protection Regulation*) 2016/679 i dati forniti saranno utilizzati per le finalità di gestione amministrativa del programma, trattati con modalità cartacee e informatizzate.
Si autorizza il trattamento dei dati ai sensi del GDPR 2016/679.

Data: /_____/_____/_____/ Firma _____

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

ALLEGATO 5

SCHEDA MONITORAGGIO

BUONE PRATICHE		AZIONE **AVVIATA** NELL'ANNO			AZIONE **REALIZZATA** NELL'ANNO			AZIONE **MANTENUTA**			**NOTE**
		2023	**2024**	**2025**	**2023**	**2024**	**2025**	**2023**	**2024**	**2025**	*specificare modalità di realizzazione*
ALIMENTAZIONE	○ Azioni di **informazione**										
	○ Azioni di **formazione**										
	○ Azioni **specifiche**										
	○ Azioni del **MC**										
	○ Altro										
ATTIVITÀ FISICA	○ Azioni di **informazione**										
	○ Azioni di **formazione**										
	○ Azioni **specifiche**										
	○ Azioni del **MC**										
	○ Altro										

PAGINA 1

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

SCHEDA MONITORAGGIO

BUONE PRATICHE		AZIONE **AVVIATA** NELL'ANNO			AZIONE **REALIZZATA** NELL'ANNO			AZIONE **MANTENUTA**			**NOTE**
		2023	**2024**	**2025**	**2023**	**2024**	**2025**	**2023**	**2024**	**2025**	*specificare modalità di realizzare*
ALCOOL	o Azioni di **informazione**										
	o Azioni di **formazione**										
	o Azioni **specifiche**										
	o Azioni del **MC**										
	o Altro										
FUMO	o Azioni di **informazione**										
	o Azioni di **formazione**										
	o Azioni **specifiche**										
	o Azioni del **MC**										
	o Altro										

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

ALLEGATO 6
SCONTI INAIL PER LE AZIENDE CHE INVESTONO IN PROMOZIONE DELLA SALUTE NEI LUOGHI DI LAVORO

Ogni anno le Aziende sono tenute a versare all'INAIL un premio assicurativo obbligatorio a garanzia della compartecipazione, dei vari settori produttivi, alle prestazioni erogate dall'Istituto in caso di infortuni e malattie professionali.

Tale premio è correlato all'applicazione di tariffe predefinite che, in funzione dell'andamento infortunistico proprio di ciascuna Azienda, possono variare. Il tasso medio di tariffa può infatti subire oscillazioni in relazione all'andamento degli infortuni e delle malattie professionali e le Aziende virtuose beneficeranno di uno sconto applicato direttamente dall'Istituto (**oscillazione del tasso per andamento infortunistico**).

In aggiunta a ciò, per le Aziende che decidono di investire anche in prevenzione, effettuando interventi per il miglioramento delle condizioni di salute e sicurezza nei luoghi di lavoro in aggiunta a quelli previsti dalla normativa vigente, è possibile accedere a una ulteriore diminuzione del premio assicurativo, attraverso gli sconti INAIL per **oscillazione del tasso per prevenzione**.

SCONTO INAIL PER PREVENZIONE OT23: CHE COS'È?

L'INAIL premia, con uno sconto denominato "oscillazione del tasso per prevenzione", le Aziende che mettono in atto 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.Lgs 81/2008 e s.m.i.).

L'oscillazione per prevenzione riduce il tasso di premio applicabile all'azienda, determinando un risparmio sul premio dovuto all'INAIL.

Nel primo biennio di costituzione di una nuova PAT la riduzione è applicata nella misura fissa dell'8%.

Successivamente la riduzione è riconosciuta in misura fissa, in relazione al numero dei lavoratori-anno del periodo, come segue:

lavoratori-anno	riduzione
fino a 10	28%
da 11 a 50	18%
da 51 a 200	10%
oltre 200	5%

Si segnala che lo sconto per prevenzione si somma all'oscillazione del tasso per buon andamento infortunistico (infortuni e malattie professionali pari a zero nel triennio di osservazione).

Quest'ultimo varia dal 7% al 30% in misura inversamente proporzionale al numero di lavoratori-anno.
Un'azienda virtuosa, con un numero di lavoratori-anno non superiore a dieci, ad esempio, potrebbe usufruire di una riduzione del tasso del premio assicurativo fino al 58%.

CHI PUÒ PRESENTARE DOMANDA?

Possono presentare domanda le aziende che, alla data del 31 dicembre dell'anno precedente quello cui si riferisce la domanda:
sono operative da almeno un biennio;
sono in possesso dei requisiti per il rilascio della regolarità contributiva ed assicurativa;
sono in regola con le disposizioni obbligatorie in materia di prevenzione infortuni e di igiene del lavoro;
hanno effettuato interventi migliorativi per la prevenzione degli infortuni e igiene del lavoro fra quelli individuati dall'INAIL e riportati in un modulo disponibile insieme alle istruzioni per la compilazione sul sito istituzionale nella sezione Assicurazione (https://www.inail.it/cs/internet/atti-e-documenti/moduli-e-modelli/assicurazione/premio-assicurativo.html).

COME SI APPLICA LA RIDUZIONE DEL TASSO DI PREMIO?

La riduzione riconosciuta dall'INAIL opera solo per l'anno nel quale è stata presentata la domanda ed è applicata dall'azienda stessa, in sede di regolazione del premio assicurativo dovuto per lo stesso anno.
Ad esempio, per l'anno 2023 la richiesta di riduzione può essere presentata da un'azienda che abbia iniziato la propria attività entro il 1° gennaio 2021, con interventi di miglioramento effettuati nell'anno 2022.

COME SI PRESENTA LA DOMANDA?

La domanda deve essere inoltrata esclusivamente in modalità telematica attraverso i Servizi online del portale INAIL, entro il 28 febbraio (29 febbraio in caso di anno bisestile) dell'anno per il quale la riduzione è richiesta.

NEL MODULO OT 23 SONO PREVISTI INTERVENTI DI PROMOZIONE DELLA SALUTE?

Il modulo di domanda prevede, per l'accesso agli sconti, anche interventi di promozione della salute in azienda, ai quali viene attribuito un punteggio diversificato.
Per accedere allo sconto occorre aver realizzato interventi tali da raggiungere un punteggio almeno pari a 100.
Per ciascun intervento nel modulo di domanda OT23 è indicata la documentazione probante da

allegare. Si sottolinea che va documentata l'attuazione dell'intervento selezionato nell'anno precedente quello della domanda.

Di seguito sono elencati quelli previsti nel Modulo OT23 per l'anno 2023.

C-4.1. L'azienda ha realizzato un'attività di promozione della salute osteoarticolare e muscolare (50 PUNTI)
L'intervento deve prevedere:
formazione teorica svolta in aula e attività pratiche, entrambe condotte da un medico chirurgo o da un fisioterapista;
consegna di materiale informativo sulle procedure da attuare in caso di movimentazione manuale dei carichi e sugli esercizi posturali per la prevenzione dei disturbi muscolo-scheletrici.

C-4.4. L'azienda ha attuato un'attività volta alla prevenzione dei disturbi muscolo scheletrici che prevede l'offerta ai propri dipendenti di piani personalizzati di assistenza fisioterapica (50 PUNTI)
L'attività deve prevedere:
erogazione, a titolo gratuito, di trattamenti fisioterapici specifici, oltre a interventi formativi pratici volti all'acquisizione delle posture corrette sul luogo di lavoro.

C-5.1. L'azienda ha attuato un accordo/protocollo con una struttura sanitaria per un'attività di prevenzione dell'insorgenza di malattie cardiovascolari e/o di tumori nei lavoratori (50 PUNTI)
L'intervento si intende realizzato se l'azienda ha formalmente stipulato e attuato un accordo/protocollo con una struttura sanitaria, con lo scopo primario di ridurre l'insorgenza delle malattie cardiovascolari e/o dei tumori, che preveda almeno due tra le seguenti iniziative:
-uno screening di valutazione del rischio cardiovascolare e/o oncologico in relazione al proprio stile di vita;
-prestazioni specialistiche e diagnostico-terapeutiche finalizzate alla prevenzione primaria e secondaria;
-attività di informazione ed educazione sanitaria sui corretti stili di vita svolta da professionisti sanitari;
consulenza dietologica per gruppi e individuale (casi selezionati);
esami diagnostici per la valutazione delle condizioni generali di salute e della situazione cardiologica (ecocardiogramma, test ergometrico, Holter ECG delle 24 ore e Holter pressorio delle 24 ore) o monitoraggio del sistema respiratorio e cardiovascolare;
esami diagnostici volti a individuare formazioni pretumorali o tumori allo stadio iniziale (mammografia, epiluminescenza, ecc.).

C-5.2. L'azienda ha attuato un'attività per la prevenzione dell'uso di sostanze psicotrope o stupefacenti o dell'abuso di alcol (40 PUNTI)

L'intervento si ritiene realizzato se l'azienda ha effettuato:
un'attività per la prevenzione dell'uso di sostanze psicotrope o stupefacenti o dell'abuso di alcol che comprenda interventi svolti in aula da personale sanitario.

ESEMPI TEORICI DI APPLICAZIONE DELLO SCONTO OT 23

Per un'azienda della Gestione Industria che svolge lavori edili in genere il tasso medio di tariffa è pari al 110‰, ovvero ogni 1.000 euro di retribuzione 110 euro sono da riservare all'assicurazione obbligatoria.
Pertanto, supponendo che l'azienda in questione abbia 3 dipendenti e che in un anno dichiari complessivamente 100.000 euro di retribuzione, il premio da pagare all'INAIL sarebbe di 11.000 euro.
Con lo sconto OT23 le aziende fino a 10 lavoratori anno risparmiano sul tasso di premio il 28%.
Di conseguenza, se l'azienda avesse accesso a tale tipologia di sconto, il tasso medio si ridurrebbe del 28% e sarebbe pari a 110‰x (110‰ x 0,28) = 79,2‰ (per arrotondamento 79‰)
Il premio annuo scontato sarebbe dunque pari a 100.000 x 79‰ = 7.900 euro con un risparmio pari a 3.100 euro.

Per un'azienda della Gestione Terziario, che svolga ad esempio attività di facchinaggio negli aeroporti, il tasso medio di tariffa è pari al 29,61‰, ovvero ogni 1.000 euro di retribuzione 29,61 euro sono da riservare all'assicurazione obbligatoria.
Pertanto, supponendo che l'azienda in questione abbia 15 dipendenti e che in un anno dichiari complessivamente 350.000 euro di retribuzione, il premio da pagare all'INAIL sarebbe di 10.360 euro.
Con lo sconto OT23 le aziende tra 11 e 50 lavoratori anno risparmiano sul tasso di premio il 18%.
Di conseguenza, se l'azienda avesse accesso a tale tipologia di sconto, il tasso medio si ridurrebbe del 18% e sarebbe pari a 29,61‰x (29,61‰ x 0,18) = 24,2‰ (per arrotondamento 24‰)
Il premio annuo scontato sarebbe dunque pari a 350.000 x 24‰ = 8.400 euro con un risparmio di circa 2.000 euro.

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

MATERIALI UTILI / SITOGRAFIA

SITOGRAFIA/LINK utili dove scaricare OPUSCOLI /POSTER/MATERIALI informativi

ALIMENTAZIONE	
Linee Guida per una Sana Alimentazione	https://www.crea.gov.it/documents/59764/0/LINEE-GUIDA+DEFINITIVO.pdf/28670db4-154c-0ecc-d187-1ee9db3b1c65?t=1576850671654
sito WASH	https://www.worldactiononsalt.com/
10 Raccomandazioni del Fondo Mondiale per la Ricerca sul Cancro - WCRF: World Cancer Research Fund	https://www.istitutotumori.mi.it/documents/848032/7150478/WCRF_2018_20_06_Le_10_Raccomandazioni_per_la_prevenzione_del_cancro.pdf/589f9561-0bd3-7b14-f83a-3a3ded1a8c41
Cancer prevention reccomendations - WCRF	https://www.wcrf.org/diet-activity-and-cancer/cancer-prevention-recommendations/
Dieta Mediterranea - sostenibile	https://www.fondazionedietamediterranea.it/dieta/sostenibilita/
Piramide Alimentare Mediterranea - sostenibile	https://www.fondazionedietamediterranea.it/dieta/la-piramide-alimentare/
Opuscoli e poster area nutrizione - MIN SALUTE	https://www.salute.gov.it/portale/nutrizione/archivioOpuscoliNutrizione.jsp
Poster LOG…EVO è il mio stile - MIN SALUTE	https://www.salute.gov.it/imgs/C_17_opuscoliPoster_529_allegato.pdf
Alimentazione -EPICENTRO/ISS	https://www.epicentro.iss.it/alimentazione/documentazione-italia
Centri regionali Obesity DAY	https://www.obesityday.org/cosa-facciamo/centri/regioni/lazio/rm/
allegati whp def.pdf **AZIONI DI PROMOZIONE DI UNA SANA ALIMENTAZIONE**	

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

ALCOL	
Osservatorio Nazionale alcol ISS	https://www.epicentro.iss.it/alcol/
Materiali comunicazione ISS	https://www.epicentro.iss.it/alcol/materialiComunicazione
10 Raccomandazioni del Fondo Mondiale per la Ricerca sul Cancro - WCRF: World Cancer Research Fund	https://www.istitutotumori.mi.it/documents/848032/7150478/WCRF_2018_20_06_Le_10_Raccomandazioni_per_la_prevenzione_del_cancro.pdf/589f9561-0bd3-7b14-f83a-3a3ded1a8c41
Centro di Riferimento Alcologico della Regione Lazio (CRARL)	https://www.aslroma1.it/centro-di-riferimento-alcologico-della-regione-lazio-crarl https://www.aslroma2.it/attachments/article/903/PRP_Mappa_Servizi.pdf
SER-D NELLA REGIONE LAZIO DA AGGIORNARE	https://www.politicheantidroga.gov.it/it/servizi-e-contatti-utili/serd/i-serd-della-regione-lazio/
ATTIVITÀ FISICA	
Piramide attività fisica	https://www.cuore.iss.it/prevenzione/attivita
Video Every move counts - WHO	https://www.youtube.com/watch?v=jY7YvglA92s
Poster scale	https://www.salute.gov.it/imgs/C_17_opuscoliPoster_244_allegato.pdf
Altri poster	https://www.dors.it/documentazione/testo/202303/Poster_6aprile23_gmaf.pdf https://www.dors.it/documentazione/testo/202303/Decal_10ragioni_gmaf23.pdf https://www.dors.it/documentazione/testo/202303/Guida_Ispah_ita23.pdf
10 Raccomandazioni del Fondo Mondiale per la Ricerca sul Cancro - WCRF: World Cancer Research Fund	https://www.istitutotumori.mi.it/documents/848032/7150478/WCRF_2018_20_06_Le_10_Raccomandazioni_per_la_prevenzione_del_cancro.pdf/589f9561-0bd3-7b14-f83a-3a3ded1a8c41
CANCER PREVENTION RECCOMENDATIONS - WCRF	https://www.wcrf.org/diet-activity-and-cancer/cancer-prevention-recommendations/
Le Linee guida OMS su attività fisica e sedentarietà pubblicate a novembre 2020	https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128
Attività Fisica - ISS	https://www.epicentro.iss.it/attivita_fisica/linee-guida-oms-2020
Sostegno alle attività di counselling da parte dei medici di medicina generale (MMG) e pediatri di libera scelta (PLS) per sensibilizzare e motivare sui	https://www.epicentro.iss.it/attivita_fisica/smovatt-materiali-comunicazione

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

vantaggi dell'attività fisica regolare in raccordo con l'offerta del territorio	
PAUSE ATTIVE	https://www.aslroma2.it/attachments/article/903/PP2%20Pause%20attive%20in%20ufficio.pdf
	https://www.epicentro.iss.it/attivita_fisica/documentazione-Italia
Giornata mondiale dell'attività fisica 2023	https://www.epicentro.iss.it/attivita_fisica/giornata-mondiale-attivita-fisica-2023#:~:text=Fai%20movimento!%E2%80%9D%3A%20%C3%A8%20lo,regolare%20attivit%C3%A0%20fisica%20e%20promossa
Palestre impianti sportivi	In base al territorio
Bike sharing	In base al territorio
Piste ciclabili	In base al territorio, esempio https://www.piste-ciclabili.com/comune-roma
FUMO	
MINISTERO SALUTE	https://www.salute.gov.it/portale/fumo/homeFumo.jsp
CENTRI ANTIFUMO	https://smettodifumare.iss.it/it/centri-antifumo/
VIDEO	https://youtu.be/9cWTuJVHGPc
SMETTO DI FUMARE	https://smettodifumare.iss.it/it/informazioni/
10 Raccomandazioni del Fondo Mondiale per la Ricerca sul Cancro - WCRF: World Cancer Research Fund	https://www.istitutotumori.mi.it/documents/848032/7150478/WCRF_2018_20_06_Le_10_Raccomandazioni_per_la_prevenzione_del_cancro.pdf/589f9561-0bd3-7b14-f83a-3a3ded1a8c41
CANCER PREVENTION RECCOMENDATIONS - WCRF	https://www.wcrf.org/diet-activity-and-cancer/cancer-prevention-recommendations/
POSTER	https://www.salute.gov.it/imgs/C_17_opuscoliPoster_469_allegato.pdf
DATI SORVEGLIANZA PASSI FUMO- EPICENTRO/ISS	https://www.epicentro.iss.it/passi/dati/fumo#:~:text=Dal%202018%20PASSI%20ha%20iniziato,3%2C4%25%20nel%202022
LILT	https://www.lilt.it/sites/default/files/guide/2023-05/LOCANDINA%20DEF%20GMST%20LILT%202023%2B5x1000.pdf
LILT	https://www.lilt.it/sites/default/files/guide/2018-01/dai_spegnila.pdf
WHO	https://www.who.int/campaigns/world-no-tobacco-day/2023

REGIONE LAZIO

DIREZIONE REGIONALE SALUTE E INTEGRAZIONE SOCIOSANITARIA
AREA PROMOZIONE DELLA SALUTE E PREVENZIONE
UFFICIO SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO

Elenco dei Centri Antifumo	https://smettodifumare.iss.it/it/centri-antifumo/
LINEE GUIDA SITAB	https://www.tabaccologia.it/PDF/2020_italian%20guidelines.pdf
VERSO UNA AZIENDA LIBERA DAL FUMO. REGIONE VENETO	http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_1896_allegato.pdf
VERSO OSPEDALI E SERVIZI SANITARI LIBERI DAL FUMO. REGIONE VENETO	https://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_1897_allegato.pdf
ESEMPIO DI POLICY ANTIFUMO	https://www.promozionesalute.regione.lombardia.it/wps/wcm/connect/da615f78-1767-476b-9adb-5477ed3593f3/Mod.-Policy-antifumo.pdf?MOD=AJPERES&CONVERT_TO=URL&CACHEID=da615f78-1767-476b-9adb-5477ed3593f3
POLICY FUMO ASL ROMA 6	https://www.aslroma6.it/progetto-whp
GUIDA AI SERVIZI TEERITORIA PER LA CESSAZIONE DAL FUMO DI TABACCO (ISS REV. 2021)	https://www.iss.it/documents/20126/0/21_S1+web.pdf/272d5cb6-e163-f47f-1168-f0d794e327c9?t=1622450825748