

Da un Progetto di Workplace Health Promotion al Progetto “Bici in città”: l'esperienza di San Severino Marche

Ravaglia E.*, Petrocchi S.°

* Dirigente medico Dipartimento di Prevenzione ASUR Marche ZT 1 Pesaro, ex-responsabile SIAN ZT 10 Camerino - e-mail: elsa.ravaglia@sanita.marche.it

° Dirigente veterinario Dipartimento di Prevenzione ASUR Marche ZT 10 Camerino, Vice Sindaco e Assessore all'Ambiente Comune San Severino Marche

Introduzione

Le azioni di promozione della salute possono innescare un percorso virtuoso che si esplica anche oltre le persone direttamente coinvolte. Il SIAN di Camerino ha voluto percorrere la strada della **conoscenza della realtà locale per arrivare a formulare proposte operative suggerite e condivise dagli stessi potenziali utenti.**

Nel tempo, l'iniziale percorso conoscitivo si è evoluto in più tappe, comprendendo di volta in volta vari protagonisti, fino ad oggi, con ricadute formative ed attive che hanno superato i confini della zona e dell'ambito sanitario.

Metodologia e risultati

Si è perseguita una **modalità congiunta attuativa-comunicativa** che potesse **rafforzare l'interesse nei decisori e nell'ambito culturale-scientifico**, per cui i diversi obiettivi dichiarati e raggiunti sono stati oggetto di comunicazioni a vari convegni e pubblicazioni, in tempo reale rispetto all'evoluzione stessa (1- 5).

Nel 2005, accettato come progetto strategico aziendale, è stato elaborato e distribuito a tutti i 712 dipendenti della Zona 10, un **questionario di autocompilazione su tipologia di lavoro ed eventuale stress, abitudini alimentari, di attività fisica e di interesse a spazio per svolgere attività fisica in azienda.**

Obiettivi

L'iniziale progetto ha previsto un'indagine conoscitiva sul tema “Alimentazione e lavoro” sull'intera popolazione lavorativa di un'Azienda Sanitaria. Obiettivo conseguente è stata la individuazione di appropriati interventi di promozione della salute in ambito lavorativo, scaturiti dall'analisi dei bisogni. **Lusinghiero obiettivo raggiunto, sebbene inatteso, è stato soprattutto il superamento del “confine” lavorativo sanitario, essendo l'intervento giunto fino alla cittadinanza.**



Sulla scorta dei risultati (ritorno del 60% dei questionari, ma completi solo il 48% del totale distribuito; di questi solo il 6% conosceva le linee-guida INRAN e ben il 68% era interessato al suddetto spazio per attività fisica), **nel 2006** è stato **elaborato un progetto** congiunto con l'Università degli Studi di Camerino, condiviso con le Direzioni aziendali, ma tuttora fermo.

Si è potuto, invece, nella ZT Camerino, ideare e realizzare un **corso ECM** sui temi della corretta alimentazione e dell'importanza della attività fisica, in tre edizioni svoltesi **nel giugno 2008**, con coinvolgimento attivo dei dipendenti partecipanti.

Si riportano di seguito, i lavori comunicativi svolti in quanto considerabili parte dell'intero percorso:

- 1) **“Alimentazione e lavoro: indagine conoscitiva sulle abitudini alimentari degli operatori sanitari nella Zona Territoriale 10 di Camerino. Fase preliminare”** - Ravaglia E., Giordani C., Sampaolo D., De Introna S., Roscioni S., Marcuccio P. Abbadia di Fiastra – Tolentino 25-27 maggio 2005 in Atti del congresso “Lavoro Salute e Sicurezza”, Anton - Fontenoce di Recanati (Mc) 7-9 giugno 2006
- 2) **“Alimentazione e lavoro: indagine conoscitiva sulle abitudini alimentari degli operatori dell'Azienda Unica regionale Marche – Zona Territoriale 10 Camerino: primi risultati”** - Ravaglia E., De Introna S., Barboni A., Biondi M. Comunicazione presentata al III° Congresso Nazionale “La salute del consumatore tra nutrizione e sicurezza alimentare. Attori, Obiettivi, Strategie”, Centro Congressi Hotel Dune – Lido di Camaiore (LU) 11-13 Maggio 2006
- 3) **“Obiettivo facilitare l'attività fisica: un progetto tra Azienda Sanitaria Unica Regionale Marche e Università di Camerino”** Ravaglia E., De Introna S., Pompei P. - Poster presentato al Convegno Nazionale “Servizi Igiene degli Alimenti e Nutrizione e Strategie di Popolazione contro l'Obesità”, Roma, 24 novembre 2006 - Sala Conferenze APAT
- 4) **“Prevenzione: attività praticata o ciliegina sulla torta?”** Ravaglia E. in Rivista SNOP Dossier “Guadagnare salute” giugno 2007 n. 71, anno 22
- 5) Workshop **“WHP: legend or real opportunity?”** facilitators: Ravaglia E., Baccolo T., Lentisco F. nell'ambito dell'XI EWHN Conference, Bologna, 10-12 ottobre 2008, i cui intendimenti finali sono reperibili nel sito www.ewhn.eu (WS4).

Conclusioni e prospettive

Nella parte dedicata **alla ideazione di percorsi attivi di promozione WHP dei citati corsi di formazione, gli stessi partecipanti individuavano varie proposte:**

- richiesta ai bar interni agli ospedali di offerte a maggior contenuto di frutta e verdura
- richiesta di dotazione in ambito lavorativo di sale fitness con poche ma utili attrezzature
- istituzione del “Comitato Benessere del Dipendente”
- organizzazione di “Percorsi salute” sia all'interno dell'area ospedaliera che cittadina
- ideazione di corsi di cucina per menu salutari
- apertura del Servizio di counselling nutrizionale
- incentivazione all'uso delle scale e molti altri

Uno dei docenti invitati al corso, inoltre, ispirandosi al progetto ha sviluppato e proposto un'originale iniziativa di formazione attiva nella sua Zona di provenienza per il 2009 (Baiocco M. Corso di promozione della salute, Macerata Aprile-Giugno 2009).

Finora, la conseguenza più evidente, però, è stato il Progetto “Bici in città” promosso, in qualità di Assessore all'ambiente, da uno dei partecipanti al Corso, che prendendo spunto da quanto emerso, ed aderendo ai principi di salute esposti, ha poi contribuito alla stesura ed applicazione nel 2009, della **Delibera di Giunta Comunale di San Severino Marche “Bici in città” che ha portato ad offrire gratuitamente alla cittadinanza e ai turisti l'utilizzo di 18 biciclette, per favorire una mobilità urbana sostenibile, salutare ed ecologicamente corretta**, forse unico comune dell'entroterra marchigiano ad aver attuato finora una tale iniziativa, ben nota in altre città. Ancora una volta, dunque, perseguire l'invito OMS “pensare globalmente, agire localmente” ha dato i suoi frutti! **Il lungo cammino descritto, dimostra anche, come sia necessaria grande determinazione e perseveranza quando si intendono aprire e percorrere nuove strade.**

