

Convegno Nazionale con workshop

EXPOSICURAMENTE.

La sicurezza alimentare.

DALLA TERRA ALLA TAVOLA

Relatore: Veronica Bignetti

BRESCIA, martedì 10 aprile 2018

LA CORRETTA ALIMENTAZIONE TRA VITA E LAVORO



Siamo cresciuti mangiando insieme, perché abbiamo smesso?



2005 – Organizzazione Internazionale del lavoro

Rapporto 'Food at Work Workplace. Solutions for Malnutrition, Obesity and Chronic Diseases'

Afferma che

- una non adeguata alimentazione nei luoghi di lavoro nuoce alla salute dei lavoratori e può provocare una perdita di **produttività pari al 20%**.
 - investire in un'alimentazione sana ed equilibrata incide in modo significativo sul benessere psicofisico del lavoratore e che questo, spesso, comporta la **riduzione dei giorni di malattia e di infortunio**
- **Correlazione tra Obesità e stress e Obesità e sicurezza sul lavoro.**

BENESSERE ALIMENTARE SUL LAVORO

Oltre all'aspetto fondamentale della:

- **sicurezza d'uso**: possibilità di consumare un alimento “senza rischio per la salute”;

QUALITÀ ADEGUATA

- **composizione chimica e biodisponibilità** (la biodisponibilità è la “possibilità di essere utilizzato dall'organismo, cioè essere digerito, assorbito e impiegato per le funzioni biologiche”);
- **adeguatezza a coprire i fabbisogni di energia e nutrienti”**

QUANTITÀ ADEGUATA

- **dieta normocalorica**: l'alimentazione fornisce una **quantità di energia** equivalente all'energia che viene spesa dal soggetto in esame;
- **dieta equilibrata**: l'alimentazione fornisce una **quantità di nutrienti** atti a coprire i fabbisogni del soggetto in esame.

▪ **CREARE CULTURA AZIENDALE**

- Corsi Informativi/educazionali
- Comunicazione (cartelli, busta paga, video)
- Piattaforma del menù e valori nutrizionali

▪ **RELAZIONI CON LA RISTORAZIONE COLLETTIVA**

Migliorare la comunicazione con l'azienda di ristorazione per implementare un menù qualitativamente e quantitativamente in linea con i principi della dieta mediterranea.

▪ **ISTITUZIONI**

- Criteri minimi ambientali
- Regolamento (UE) 1169/11
- WHP

- **Casi aziendali**
 - WHP
 - **CORSI DI FORMAZIONE - Aifos**



Educare non basta: la conoscenza non cambia il comportamento, è necessario creare **dissonanza cognitiva**.

Tra le cause di obesità non ci sono solo i comportamenti individuali, **l'AMBIENTE** gioca un ruolo fondamentale.

→ **PROSPETTIVE PER IL FUTURO**

- **Luoghi di lavoro e spazi comuni adeguati**
per consumare pasti, condividere e «staccare»
- **Regole che creano cultura dissonante**
es: divieto di consumare il pasto sulla scrivania
- **Tempi e orari adeguati - flessibilità**
per fare sport e consumare un pasto equilibrato
- **Servizi per il lavoratore**
professionisti della salute, corsi di cucina, focus group, gas aziendali etc..

The **World Health Organisation** acknowledges obesity stigma and weight bias as public health issue. Unlike other forms of stigmatisation, obesity stigma is associated with significant physiological and psychological consequences.
(World Health Organisation, 2017)

*Grazie per
l'attenzione!*



AiFOS
Associazione Italiana Formatori ed
Operatori della Sicurezza sul Lavoro