

Workplace Health Prevention

La Corsia della salute

Il Progetto dell'ASL di Biella

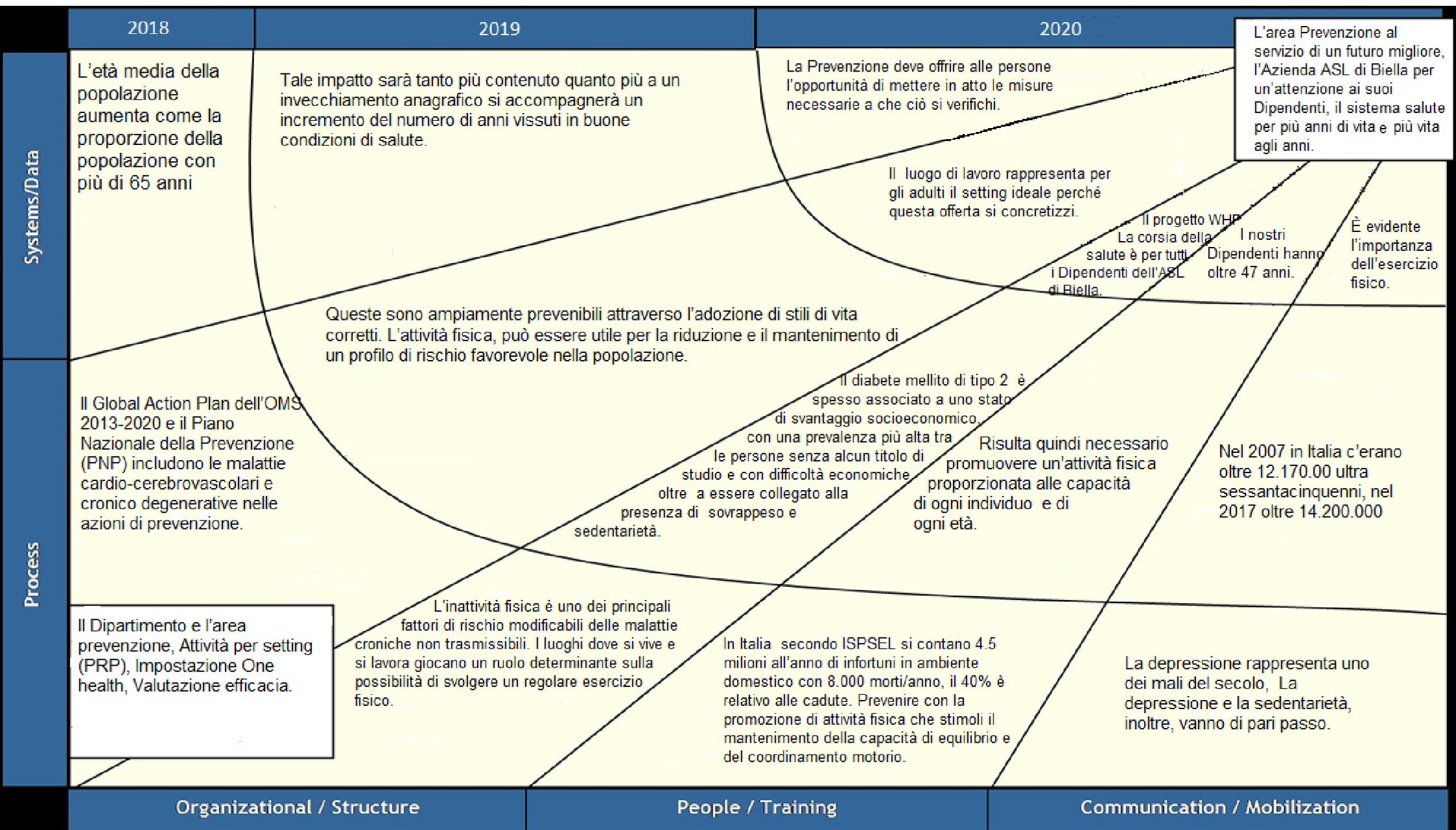


AZIENDA SANITARIA
LOCALE DI BIELLA

L.Sala, G. Graziola, M.Ruggieri, M. Bacchi, F. Ferraris, P. Tempia.
luca.sala@aslbi.piemonte.it

Attività fisica, Sport e Salute

Sala Convegni "Elvo Tempia"
Nuovo Ospedale di Biella
Ponderano, 13 ottobre 2018



L'area Prevenzione al servizio di un futuro migliore, l'Azienda ASL di Biella per un'attenzione ai suoi Dipendenti, il sistema salute per più anni di vita e più vita agli anni.

Il Dipartimento e l'area prevenzione, Attività per setting (PRP), Impostazione One health, Valutazione efficacia.

L'inattività fisica è uno dei principali fattori di rischio modificabili delle malattie croniche non trasmissibili. I luoghi dove si vive e si lavora giocano un ruolo determinante sulla possibilità di svolgere un regolare esercizio fisico.

In Italia secondo ISPSEL si contano 4.5 milioni all'anno di infortuni in ambiente domestico con 8.000 morti/anno, il 40% è relativo alle cadute. Prevenire con la promozione di attività fisica che stimoli il mantenimento della capacità di equilibrio e del coordinamento motorio.

Risulta quindi necessario promuovere un'attività fisica proporzionata alle capacità di ogni individuo e di ogni età.

Nel 2007 in Italia c'erano oltre 12.170.000 ultra sessantacinquenni, nel 2017 oltre 14.200.000

La depressione rappresenta uno dei mali del secolo, La depressione e la sedentarietà, inoltre, vanno di pari passo.



AZIENDA SANITARIA
LOCALE DI **BIELLA**

Siamo partiti dai dati raccolti per il progetto EMP-H e dal confronto fra Pazienti, Familiari e Dipendenti è emerso che le nostre Performance, le nostre abitudini per quanto riguarda gli stili di vita non sono in linea di massima ottimali. Abbiamo quindi deciso di organizzarci per un intervento di promozione della salute più mirato alle nostre esigenze.

Attività fisica, sport e salute

Sala Convegni "Elvo Tempia"
Nuovo Ospedale di Biella
Ponderano, 13 ottobre 2018



AZIENDA SANITARIA
LOCALE DI **BIELLA**

Una seconda valutazione ci ha spinto a considerare che tutti noi siamo direttamente coinvolti anche nella promozione e divulgazione di stili di vita salutari per quanto concerne la prevenzione della salute.

Attività fisica, sport e salute

Sala Convegni "Elvo Tempia"
Nuovo Ospedale di Biella
Ponderano, 13 ottobre 2018



AZIENDA SANITARIA
LOCALE DI BIELLA

Il progetto, “La Corsia della salute” prevede il coinvolgimento del più alto numero possibile di Dipendenti per quanto concerne la prevenzione primaria, si propone pertanto di agire in una prima fase sul fattore “sedentarietà”, promuovendo comportamenti virtuosi e creando ambienti e condizioni facilitanti rispetto al cambiamento.

Attività fisica, sport e salute

Sala Convegni “Elvo Tempia”
Nuovo Ospedale di Biella
Ponderano, 13 ottobre 2018



AZIENDA SANITARIA
LOCALE DI **BIELLA**

La disseminazione dell'offerta a tutti i Dipendenti ASL Biella tramite la rete informatica aziendale, l'individuazione di un primo gruppo di utenti con adesione volontaria, la formazione e informazione a piccoli gruppi con interventi frontali, provvedimenti ambientali da calendarizzare secondo priorità e economicità, una cartellonistica incentivante movimento e attività fisica, il lancio di pillole informative rispetto all'andamento del progetto, la revisione in corso d'opera e confronto dell'efficacia coi dati di partenza.

Attività fisica, sport e salute

Sala Convegni "Elvo Tempia"

Nuovo Ospedale di Biella

Ponderano, 13 ottobre 2018



AZIENDA SANITARIA
LOCALE DI **BIELLA**

Per quanto concerne la prevenzione secondaria, si sta lavorando per una partnership con l'Università del Piemonte Orientale e si prevede di adottare una griglia di profilazione per i soggetti che presentano particolari situazioni di rischio per i quali è prevista una presa in carico e la condivisione di un percorso terapeutico/riabilitativo.

Attività fisica, sport e salute

Sala Convegni "Elvo Tempia"

Nuovo Ospedale di Biella

Ponderano, 13 ottobre 2018



AZIENDA SANITARIA
LOCALE DI **BIELLA**

Si prevede che sia realizzato un parcheggio per le biciclette, la distribuzione agli aderenti di device per la misurazione dell'attività fisica sul luogo di lavoro, promuovere la creazione di gruppi di cammino, la stipula dove non già attivate, di convenzioni con palestre e piscine, spazi all'interno del perimetro aziendale incentivanti e dove potere praticare attività fisica e movimento.

Attività fisica, sport e salute

Sala Convegni "Elvo Tempia"

Nuovo Ospedale di Biella

Ponderano, 13 ottobre 2018



AZIENDA SANITARIA
LOCALE DI **BIELLA**

Il parere degli Esperti sul progetto

Maria Ruggieri, Roberta Rossi, Fabrizio Ferraris

Attività fisica, sport e salute

Sala Convegni "Elvo Tempia"

Nuovo Ospedale di Biella

Ponderano, 13 ottobre 2018