

Sintesi del rapporto finale sulla prevenzione del tabagismo come strategia integrata nella promozione della salute a livello aziendale

Il progetto mirava ad accrescere la diffusione e l'impatto della prevenzione del tabagismo (PT) nelle imprese attraverso la sua integrazione nell'approccio di più ampio respiro della gestione aziendale della salute (GAS). A tale scopo sono state attuate le seguenti strategie.

- A. Integrazione delle strategie di prevenzione del tabagismo esistenti in un programma GAS sistematico
- B. Sensibilizzazione e acquisizione delle aziende per la PT integrata
- C. Attuazione nelle aziende della PT integrata nella GAS
- D. Valutazione formativa, verifica dell'efficacia e sviluppo di strategie di diffusione basate su prove scientifiche

Riguardo alla strategia A: all'inizio del progetto, il concetto della PT è stato inserito in uno svolgimento della GAS sistematico. Su questa base e avvalendosi dei materiali PT esistenti messi a disposizione dai partner del progetto, ossia Lega polmonare Zurigo e Basilea nonché Züri Rauchfrei (Zurigo senza fumo), l'organizzatore ha elaborato i materiali destinati alla sensibilizzazione e all'acquisizione di aziende nonché all'attuazione della PT come parte integrante della GAS.

Riguardo alla strategia B: nel 2007, l'organizzatore del progetto ha realizzato un mailing a tappeto a tutte le aziende zurighesi con più di 20 dipendenti. Scopo dell'operazione: rilevare la situazione iniziale. Tutte le imprese destinatarie hanno ricevuto un questionario sullo stato e sulla richiesta di offerte di supporto per la PT e la GAS. Per effettuare confronti, le singole aziende sono state assegnate in modo casuale al gruppo «approccio integrato alla PT» (n=3749) oppure al gruppo «approccio focalizzato alla PT» (n=957). A quelle del primo gruppo è stato recapitato un opuscolo riguardante la PT integrata nella GAS, a quelle del secondo l'opuscolo dedicato esclusivamente alla PT realizzato da [postodilavoro.senzafumo](http://postodilavoro.senzafumo.ch). Nel complesso, delle 4706 imprese contattate 1648 (il 36,5 %) hanno risposto al questionario. Per esse, in base allo stato della PT e alla richiesta di servizi di supporto rilevati, è stato possibile definire interventi finalizzati alla sensibilizzazione e all'acquisizione di aziende commisurati ai bisogni e ai destinatari. Tra le strategie di sensibilizzazione messe in atto, i seminari di informazione hanno suscitato scarso interesse (26 aziende partecipanti su 947 invitate). Le consulenze telefoniche e dirette in loco hanno invece riscontrato maggiore successo. Nel gruppo «approccio integrato alla PT» sono state fornite 87 consulenze, in quello «approccio focalizzato alla PT» 48.

Riguardo alla strategia C: il supporto alle aziende nell'attuazione della PT è avvenuto prevalentemente mediante consulenze telefoniche e dirette. Nel gruppo «approccio integrato alla PT» questi colloqui hanno indotto 10 imprese su 87 ad adottare ulteriori misure di supporto esterno come consulenze approfondite, corsi per smettere di fumare, offerte per progetti GAS o attuazione di progetti GAS di più ampio respiro.

Riguardo alla strategia D: il progetto è stato oggetto di una valutazione di accompagnamento dettagliata, riassunta in un rapporto particolareggiato. Un'indagine di follow-up condotta nel 2009 ha verificato il raggiungimento dei seguenti obiettivi.

1. Le aziende dispongono di maggiori conoscenze sulle conseguenze del consumo di tabacco nei loro spazi e sulle misure per prevenire il tabagismo (livello conoscitivo).
2. Le aziende sono meglio predisposte e ripongono maggiori aspettative nei confronti della prevenzione del tabagismo e della sua attuazione (livello attitudinale).
3. Il numero di aziende dove il fumo è disciplinato chiaramente è aumentato (livello strutturale).
4. Il tasso di iscrizione di aziende al sito web del progetto nazionale [postodilavoro.senzafumo](http://postodilavoro.senzafumo.ch) è aumentato (livello strutturale)

La verifica del raggiungimento degli obiettivi indica che il contributo delle consulenze dirette (nel 63 % dei casi) all'aumento delle conoscenze sulle conseguenze del tabagismo nelle aziende è maggiore rispetto a quello delle consulenze telefoniche (solo nel 13 % dei casi). Per contro, la migliore predisposizione e le maggiori aspettative nei confronti della prevenzione del tabagismo sono state raggiunte in particolare grazie alle consulenze telefoniche (nel 38 % dei casi), mentre le consulenze dirette (soprattutto nelle grandi imprese) non hanno praticamente indotto progressi sul piano della propensione. Ciò è verosimilmente dovuto alla gestione più sistematica della PT da parte delle grandi imprese, che preclude loro la possibilità di miglioramenti su questo fronte. Il cambiamento più importante emerso dal confronto tra la situazione iniziale e quella rilevata dall'indagine di follow-up risiede nell'inasprimento dei regolamenti sul fumo. Sono infatti parecchie le imprese che hanno deciso di consentire il fumo unicamente all'aperto (2007: 40,0 %, 2009: 48,6 %) e non più all'aperto e nei locali appositamente designati (2007: 47,6 %, 2009: 41,4 %). I regolamenti sul fumo più severi hanno sortito effetti favorevoli anche in relazione ai problemi dovuti all'esposizione al fumo passivo. È tuttavia possibile che questi sviluppi positivi riguardanti il disciplinamento del fumo siano da ricondurre

soprattutto alla sensibilizzazione esercitata dall'imminente entrata in vigore della legge federale sulla protezione contro il fumo passivo. Un raffronto tra le aziende interpellate e quelle non interpellate mostra che le prime si sono iscritte al sito del progetto nazionale postodilavoro.senzafumo più frequentemente rispetto alle seconde. Al riguardo, non si ravvisa per contro alcuna differenza tra le aziende del gruppo «approccio integrato alla PT» e quelle del gruppo «approccio focalizzato alla PT». In merito alle maggiori possibilità di indurre le imprese ad attuare la prevenzione del tabagismo se quest'ultima è integrata nella GAS, l'indagine non ha fornito risultati inequivocabili.

In conclusione, la strategia di intervento a più fasi – dalla consulenza iniziale al supporto approfondito e concepito appositamente per l'impresa in questione – ha dato buoni risultati sia nelle aziende del gruppo «approccio focalizzato alla PT» che in quelle del gruppo «approccio integrato alla PT». Un contatto più intenso con le imprese ha reso più probabili i training di disassuefazione dal fumo e i regolamenti sul fumo più severi. Inoltre, in entrambi i sottoprogetti è emerso, nel corso della durata del progetto, un generale inasprimento del regolamento sul fumo nelle aziende che hanno partecipato all'indagine. Ciò nonostante, il confronto tra i due gruppi depone a favore della procedura integrata: le imprese che hanno ricevuto un opuscolo sulla PT integrata, infatti, sono risultate leggermente più solerti nella richiesta di servizi e, di riflesso, hanno usufruito più frequentemente di una consulenza diretta. Anche a livello di consulenza, l'approccio integrato ha inciso maggiormente sulla severità dei regolamenti sul fumo rispetto all'approccio focalizzato, anche se in questo ambito le differenze sono relativamente esigue e non sempre è possibile mettere a confronto le due procedure.

Dal progetto sono emerse chiare raccomandazioni destinate agli attori della PT e alle aziende.
(...)

Raccomandazioni

Qui di seguito sono descritte le principali conclusioni scaturite dal progetto.

Destinatari: attori della prevenzione

Raccomandazione 1: integrare la prevenzione del tabagismo nella gestione aziendale della salute (GAS) per accrescere l'interesse delle imprese nei confronti di questo tema

La GAS offre un punto di partenza ideale per l'integrazione della prevenzione del tabagismo. Sebbene le aziende mostrino un certo interesse per la tematica anche quando la prevenzione del tabagismo viene affrontata con un approccio focalizzato, i risultati del progetto di prevenzione del tabagismo integrata nella GAS indicano che adottando un approccio integrato il numero di imprese interessate a ricevere una consulenza aumenta. A livello strutturale, è possibile ad esempio effettuare un'analisi completa dei fattori di influsso sul tabagismo come i regolamenti sul fumo, lo stress sul posto di lavoro e il sottoutilizzo delle capacità lavorative, rafforzare il potenziale dei dipendenti e ottimizzare le strutture e i processi aziendali esistenti. A livello comportamentale, l'adozione di misure come le offerte sulla disassuefazione dal fumo (in collaborazione con la **Lega polmonare Zurigo, la Lega polmonare Basilea e Züri Rauchfrei**), l'alimentazione, l'attività fisica e il rilassamento forniscono un ulteriore supporto ai lavoratori.

Raccomandazione 2: effettuare un'indagine sulla situazione dei destinatari riguardo alla prevenzione del tabagismo consente di fornire informazioni e consulenza alle aziende in modo mirato

Nel corso di una prima indagine condotta nel 2007 è stato chiesto a tutte le aziende (incluse le amministrazioni pubbliche) del Cantone di Zurigo con più di 20 dipendenti di rispondere a un questionario per fare il punto della situazione sulla prevenzione del tabagismo e sulla gestione aziendale della salute. In quell'occasione è stato rilevato anche il fabbisogno di informazione e di consulenza. La valutazione delle aziende che hanno raccolto l'invito ha consentito di mettere a punto una procedura mirata per la presa di contatto.

Raccomandazione 3: informare le aziende in merito all'abolizione del fumo sul posto di lavoro e ai training di disassuefazione dal fumo mediante una consulenza telefonica o direttamente in loco

I rappresentanti di un'azienda formulano quasi sempre domande specifiche riferite alla loro realtà e, come mostra il progetto prevenzione del tabagismo integrata nella GAS, sono poco interessati a partecipare ai seminari informativi destinati a più imprese.

Destinatari: le aziende

Raccomandazione 4: laddove possibile, introdurre sempre un divieto assoluto di fumare sul posto di lavoro

In altre parole, è consentito fumare solo all'aperto. Pur essendo più severo rispetto alle prescrizioni contemplate dalla legge federale sulla protezione contro il fumo passivo, questo disciplinamento del fumo garantisce una protezione assoluta contro il fumo passivo. Nel Cantone di Zurigo, numerose aziende (2007: 40 %, 2009: 48.6 %) lo mettono già oggi in pratica con successo. Nelle imprese dove è vietato fumare, il tasso di disassuefazione è più che doppio rispetto a quello delle imprese dove il fumo è consentito. Inoltre, i dipendenti fumatori riescono a ridurre di 4 unità il numero di sigarette fumate quotidianamente.

Raccomandazione 5: procedura da seguire per introdurre il divieto di fumare in un'azienda

L'introduzione del divieto di fumare in un'azienda può essere pianificato nell'ambito di un circolo sulla salute oppure come un singolo modulo. Ai fini della programmazione dell'intervento torna senz'altro utile costituire un gruppo di lavoro interno composto di fumatori e non fumatori.

Si raccomanda di attenersi al seguente iter:

- **analisi situazionale** del disciplinamento del fumo in vigore nell'azienda, dei posti di lavoro interessati e dei feedback inerenti al fumo passivo per creare la necessaria base informativa;
- **sviluppo delle misure**: comprende l'elaborazione di regolamenti sul fumo conformi alle disposizioni di legge, la definizione della politica d'informazione, la determinazione di misure edificatorie, la pianificazione di misure di supporto e la designazione della data di entrata in vigore;
- **attuazione**: in questa fase una buona politica d'informazione, normative chiare valide per l'intera azienda e misure di supporto riguardanti ad esempio la disassuefazione dal fumo, l'alimentazione, l'attività fisica e il rilassamento svolgono un ruolo fondamentale e aumentano il grado di accettazione dell'introduzione del divieto di fumo nell'impresa;
- **la valutazione** esamina se l'attuazione del divieto di fumo è andata a buon fine o se sono necessari chiarimenti.

La prassi insegna che spesso l'attuazione si svolge senza intoppi.

Raccomandazione 6: una volta introdotto il divieto di fumare sul posto di lavoro è importante sottoporre ai dipendenti fumatori un'offerta per smettere di fumare

Per attutire l'impatto dell'introduzione del divieto di fumare sul posto di lavoro e continuare a ridurre la percentuale di fumatori è importante offrire training di disassuefazione del fumo a intervalli regolari e per un lungo periodo di tempo. Il 60 % dei fumatori vorrebbe smettere di fumare. Come descritto sopra, l'integrazione della TP nella GAS migliora il coinvolgimento dei dipendenti.