



Προαγωγή της υγείας των εργαζομένων νέων Περίληψη περιπτώσιολογικών μελετών καλής πρακτικής

Τα διαθέσιμα στοιχεία δείχνουν ότι το ποσοστό των μη θανατηφόρων εργατικών ατυχημάτων είναι κατά 40% υψηλότερο στους νέους ηλικίας μεταξύ 18-24 ετών από εκείνο του συνόλου του εργατικού δυναμικού. Οι νέοι έχουν επίσης μεγαλύτερες πιθανότητες να προσβληθούν από κάποια επαγγελματική ασθένεια.

Ωστόσο, αντί να αποτελούν χώρους πρόκλησης βλαβών στην υγεία, οι χώροι εργασίας μπορούν να αποτελέσουν σημαντικό πεδίο για την προαγωγή της υγείας, προσφέροντας την ευκαιρία βελτίωσης της υγείας των εργαζομένων και ωφελώντας παράλληλα με τον τρόπο αυτό τις επιχειρήσεις στο να μειώσουν τις δαπάνες που καταβάλλουν για τις επαγγελματικές ασθένειες και στο να βελτιώσουν την παραγωγικότητά τους.

Τι μπορεί να γίνει στο εργασιακό περιβάλλον;

Το παρόν ενημερωτικό δελτίο συνοψίζει δώδεκα παραδείγματα για την προαγωγή της υγείας στην εργασία (ΠΥΕ) από την Αυστρία, το Βέλγιο, τη Γερμανία, τη Δανία, την Ιταλία, τις Κάτω Χώρες, τη Ρουμανία και τη Σουηδία (*). Οι περιπτώσιολογικές μελέτες παρουσιάζουν ποικίλες πρωτοβουλίες και παρεμβάσεις για την προαγωγή της υγείας των εργαζομένων νέων. Οι εμπλεκόμενες επιχειρήσεις εφάρμοσαν διαφορετικά κριτήρια για τον προσδιορισμό της έννοιας του εργαζόμενου νέου. Συγκεκριμένα, ενώ οι περισσότερες ταξινόμησαν τους εν λόγω εργαζομένους με βάση την ηλικία τους, σε ορισμένες περιπτώσεις άνθρωποι οι οποίοι είχαν μόλις προσληφθεί στην εργασία τους χαρακτηρίστηκαν επίσης ως «νέοι». Τα εν λόγω προγράμματα ΠΥΕ εφαρμόστηκαν σε διάφορες επιχειρήσεις τόσο του ιδιωτικού όσο και του δημόσιου τομέα, ενώ τα περισσότερα από αυτά αφορούσαν εργαζομένους στον ιδιωτικό τομέα οι οποίοι εκτελούσαν κοπιαστικές από σωματική άποψη εργασίες.

Κύρια μηνύματα

■ Τα περισσότερα από τα προγράμματα προαγωγής της υγείας στην εργασία (ΠΥΕ) επικεντρώθηκαν στο ατομικό επίπεδο, κυρίως σε παράγοντες που αφορούν τον τρόπο ζωής

Οι περισσότερες από τις περιπτώσεις επικεντρώθηκαν σε ατομικούς παράγοντες. Οι πρωτοβουλίες και τα προγράμματα αυτά εξέτασαν κυρίως παράγοντες που αφορούν στον προσωπικό τρόπο ζωής, όπως η κατάχρηση αλκοόλ, το κάπνισμα, η διαίτα/διατροφή και η φυσική άσκηση. Αυτό είναι σημαντικό, γιατί η απασχόληση περισσότερο υγιών εργαζομένων συνεπάγεται πλεονεκτήματα και για την επιχείρηση. Άλλοι παράγοντες που εξετάστηκαν ήταν η ανάπτυξη των δεξιοτήτων και της προσωπικότητας κάθε εργαζόμενου, η επίδειξη πνεύματος ομαδικής συνεργασίας, η βελτίωση του εργασιακού περιβάλλοντος, καθώς και ψυχοκοινωνικά θέματα. Είναι σημαντικό να σημειωθεί ότι αρκετές περιπτώσεις περιλάμβαναν κατά την προσέγγισή τους περισσότερα από ένα θέματα. Από το σύνολο



των περιπτώσεων, τέσσερις αφορούσαν προσωρινές δράσεις, ενώ οι υπόλοιπες αφορούσαν προγράμματα ΠΥΕ που βρίσκονται σε συνεχή εξέλιξη. Η μελέτη προγραμμάτων ΠΥΕ που βρίσκονται σε συνεχή εξέλιξη έχει ιδιαίτερη σημασία, διότι τα προγράμματα αυτά παρουσιάζουν αυξημένες πιθανότητες βιωσιμότητας.

■ Στη φάση προετοιμασίας και εφαρμογής, καθώς και στη φάση της παρακολούθησης των προγραμμάτων ΠΥΕ χρησιμοποιήθηκαν ποικίλες προσεγγίσεις

Χρησιμοποιήθηκαν διαφορετικές προσεγγίσεις κατά τη φάση προετοιμασίας, εφαρμογής και παρακολούθησης όλων των προγραμμάτων ΠΥΕ που εξετάστηκαν. Πρώτον, διάφοροι ενδιαφερόμενοι (π.χ. εργαζόμενοι, εκπαιδευτές και επόπτες) συμμετείχαν στην προετοιμασία των προγραμμάτων ΠΥΕ, στις εννέα από τις έντεκα περιπτώσεις. Μέσω συνεντεύξεων, συναντήσεων ή ερευνών, τους δόθηκε η ευκαιρία να επηρεάσουν το περιεχόμενο του προγράμματος ΠΥΕ και να συμβάλουν στην ανάπτυξη στρατηγικών πρακτικά εφαρμόσιμων. Κατά την εφαρμογή των προγραμμάτων ΠΥΕ, έγινε διάκριση μεταξύ πέντε διαφορετικών επιμέρους παραγόντων: 1) κατάρτιση και καθοδήγηση, 2) δράσεις, 3) κίνητρα για τους εργαζομένους νέους, 4) ενημέρωση και 5) πολιτική. Καθένας από αυτούς τους επιμέρους παράγοντες ήταν καθοριστικής σημασίας για τη διασφάλιση της επιτυχίας του προγράμματος ΠΥΕ. Η πλειονότητα των περιπτώσεων περιλάμβανε «σεμινάρια, κατάρτιση και εργαστήρια». Επιπλέον, η δημιουργία δικτύων συμπεριλήφθηκε σε έξι περιπτώσεις ως (βασικό) τμήμα του προγράμματος ΠΥΕ. Παραδείγματα παρόμοιων δικτύων αποτελούν οι ομάδες ανταλλαγής εμπειριών, οι ομάδες έργου ή οι ομάδες στήριξης. Κατά τη φάση παρακολούθησης αξιοποιήθηκαν συνεντεύξεις, έρευνες, καθώς και διαδικασία ανατροφοδότησης των αποτελεσμάτων.

■ Η συνεργασία συνέβαλε σημαντικά στην προαγωγή της υγείας μεταξύ των εργαζομένων νέων

Οι συγκεκριμένες περιπτώσεις έκαναν διάκριση ανάμεσα σε αυτούς που παίζουν τον ρόλο του «εισηγητή» και σε αυτούς που παίζουν τον ρόλο του «φορέα υλοποίησης και καθοδήγησης». «Εισηγητές» είναι οι επιχειρήσεις ή οι οργανισμοί οι οποίοι ανέλαβαν την πρωτοβουλία εφαρμογής ενός προγράμματος ΠΥΕ στους χώρους εργα-

(*) EU-OSHA, βάση δεδομένων πρακτικών λύσεων, περιπτώσιολογικές μελέτες σχετικά με την προαγωγή της υγείας μεταξύ των εργαζομένων νέων, http://osha.europa.eu/en/practical-solutions/case-studies/index_html/practical-solution?SearchableText=&is_search_expanded=True&getRemoteLanguage=en&keywords%3Alist=whp&nace%3Adefault=&multilingual_thesaurus%3Adefault=&multilingual_thesaurus%3Alist=55841D&submit=Search

σίας ευθύνης τους, ενώ οι «φορείς υλοποίησης και καθοδήγησης» στηρίζουν την προετοιμασία και την εφαρμογή των προγραμμάτων ΠΥΕ. «Εισηγητές» των προγραμμάτων προαγωγής της υγείας ήταν τόσο οι επιχειρήσεις όσο και οι αρμόδιες κυβερνητικές αρχές των χωρών που συμμετείχαν. Στις περιπτώσεις όπου η αρμόδια κυβερνητική αρχή ήταν ο «εισηγητής» του προγράμματος ΠΥΕ, η τοπική κυβερνητική αρχή ήταν κατά κανόνα αυτή η οποία έθετε σε εφαρμογή το πρόγραμμα. Σε όλες τις περιπτώσεις που εξετάστηκαν, οι «φορείς υλοποίησης και καθοδήγησης» λειτούργησαν στην πράξη από κοινού σε μεγαλύτερο ή μικρότερο βαθμό.

- Η ΠΥΕ δεν βελτίωσε μόνο την υγεία των εργαζομένων νέων, αλλά επιπλέον ωφέλησε την επιχείρηση

Τα προγράμματα προαγωγής της υγείας στην εργασία ωφέλησαν όχι μόνο τους εργαζομένους αλλά και τις επιχειρήσεις. Καταρχάς, οι επιχειρήσεις ωφελήθηκαν από το γεγονός ότι το πρόγραμμα ΠΥΕ συνέβαλε στη βελτίωση τόσο της ψυχικής όσο και της σωματικής υγείας των εργαζομένων. Εκτός από τα οφέλη στην υγεία και στην ποιότητα εργασίας, το πρόγραμμα ΠΥΕ ωφέλησε επίσης την επιχείρηση από την άποψη της βελτίωσης της εικόνας και της ελκυστικότητας της έναντι των υποψήφιων για εργασία νέων.

- Η αξιολόγηση επέφερε πολλές βελτιώσεις, όμως η διαδικασία ανατροφοδότησης ενδέχεται να ωραιοποιεί την πραγματική εικόνα

Σε πολλές περιπτώσεις, για την αξιολόγηση των προγραμμάτων ΠΥΕ χρησιμοποιήθηκαν ποιοτικά στοιχεία που προέκυψαν από συνεντεύξεις και σεμινάρια εργασίας, καθώς και ποσοτικά δεδομένα από έρευνες και ερωτηματολόγια. Η διαδικασία της αξιολόγησης ήταν σημαντική, διότι παρείχε μια ένδειξη της αποτελεσματικότητας των προγραμμάτων, καθώς και τη δυνατότητα βελτίωσης των προγραμμάτων στο μέλλον. Τα προγράμματα ΠΥΕ επέφεραν βελτίωση των προσωπικών δεξιοτήτων των εργαζομένων, αύξησαν την ευαισθητοποίηση για την κατάσταση της υγείας τους και μείωσαν τα επίπεδα άγχους. Η διαδικασία ανατροφοδότησης ήταν απολύτως θετική. Ωστόσο, υπάρχουν εύλογες αμφιβολίες για τα εξαγόμενα μονίμως θετικά αποτελέσματα των προγραμμάτων ΠΥΕ. Η μέθοδος υποβολής σχετικών εκθέσεων ενδέχεται να οδηγεί σε μεροληπτική ερμηνεία των πληροφοριών.

- Οι βασικοί παράγοντες επιτυχίας των προγραμμάτων προαγωγής της υγείας μεταξύ των εργαζομένων νέων ήταν η ευρύτητα κάθε προγράμματος και η συμμετοχή των εργαζομένων

Σε αρκετές περιπτώσεις, η ενεργός συμμετοχή των εργαζομένων αποτέλεσε σημαντικό παράγοντα επιτυχίας. Σ' αυτές τις περιπτώσεις, το πρόγραμμα ΠΥΕ δεν στόχευε μόνο στις ανάγκες των εργαζομένων, αλλά τους ενθάρρυνε επίσης να συμμετάσχουν ενεργά. Επιπλέον, η ευρύτητα του προγράμματος πρόσφερε στους συμμετέχοντες εργαζόμενους την ευκαιρία να επιλέξουν ένα θέμα προσαρμοσμένο στα συγκεκριμένα προβλήματα που αντιμετώπιζον στον χώρο εργασίας τους. Άλλοι βασικοί παράγοντες επιτυχίας ήταν η ανοικτή επικοινωνία μεταξύ όλων των συμμετεχόντων, η συμμετοχή της διοίκησης και η παροχή στήριξης μέσα στους χώρους εργασίας.

Γενικά συμπεράσματα

Τα προγράμματα προαγωγής της υγείας των εργαζομένων νέων επικεντρώθηκαν κυρίως σε ατομικούς παράγοντες, όπως είναι οι παράγοντες που αφορούν τον τρόπο ζωής. Περισσότερες από τις μισές περιπτώσεις τέθηκαν σε εφαρμογή από τις ίδιες τις επιχειρήσεις, γεγονός το οποίο μπορεί να ερμηνευθεί ως θετική εξέλιξη. Ένα δεύτερο πλεονέκτημα των



προγραμμάτων προαγωγής της υγείας ήταν ότι περισσότερα από τα μισά από αυτά ήταν προγράμματα σε συνεχή εξέλιξη, είναι δε γνωστό ότι τέτοια προγράμματα είναι πιο πιθανό να οδηγήσουν σε «βιωσιμη», δηλαδή μόνιμη, αλλαγή στους εργαζόμενους νέους. Το γεγονός αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό, καθώς η υιοθέτηση ενός υγιούς τρόπου ζωής σε νεαρή ηλικία είναι πιθανό να διαρκέσει καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής των εργαζομένων και σε μεγαλύτερη ηλικία να οδηγήσει σε καλύτερη υγεία.

Συστάσεις

- Είναι σημαντικό να διασφαλιστεί ότι οι παρεμβάσεις είναι ολοκληρωμένες και εξετάζουν παράγοντες όχι μόνο σε ατομικό αλλά και σε οργανωτικό επίπεδο.
- Στο πλαίσιο αυτής της διαδικασίας είναι σημαντικό να συμμετέχουν ενεργά οι εργαζόμενοι και να λαμβάνονται υπόψη οι ανάγκες και οι απόψεις τους όσον αφορά τον τρόπο οργάνωσης της εργασίας, τις συνθήκες στους χώρους εργασίας και τις δράσεις για την υγεία και την ασφάλεια στην εργασία (ΥΑΕ).
- Μελλοντικές περιπτωσιολογικές μελέτες πρέπει επίσης να εστιάζουν στους ανασταλτικούς παράγοντες, στα εμπόδια αλλά και στα διδάγματα από την αποκτηθείσα εμπειρία.

Περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την προαγωγή της υγείας στην εργασία διατίθενται στην ηλεκτρονική διεύθυνση <http://osha.europa.eu/el/topics/whp> και για τους **νέους εργαζομένους** στη διεύθυνση http://osha.europa.eu/el/priority_groups/young_people.

Το τεχνικό δελτίο είναι διαθέσιμο σε 24 γλώσσες στην ηλεκτρονική διεύθυνση <http://osha.europa.eu/el/publications/factsheets>.

Ευρωπαϊκός Οργανισμός για την Ασφάλεια και την Υγεία στην Εργασία

Gran Vía, 33, 48009 Μπιλμπάο, ΙΣΠΑΝΙΑ
Τηλ. +34 944794360 • Φαξ +34 944794383
E-mail: information@osha.europa.eu

© Ευρωπαϊκός Οργανισμός για την Ασφάλεια και την Υγεία στην Εργασία. Επιτρέπεται η αναπαραγωγή εφόσον γίνεται μνεία της πηγής. Printed in Belgium, 2012

