

# Troppi autisti sovrappeso : l'azienda ordina la dieta

SAN DONA'. "Noi siamo quello che mangiamo", come sosteneva il filosofo tedesco Feuerbach. E l'Atvo, azienda trasporti del Veneto Orientale deve aver preso questa riflessione molto sul serio. Per i dipendenti è iniziata una serie di corsi di formazione sulla giusta dieta al lavoro. Prima un'analisi delle abitudini alimentari, peso e strato adiposo, per un monitoraggio completo e poi un'adeguata formazione già iniziata con adesione pressoché totale. Perché una dieta scorretta al lavoro può essere pericolosa soprattutto per gli utenti oltre che per se stessi, e rappresentare un costo. Non ci saranno sanzioni né procedure di licenziamento per chi abbonda in pancia, mangia senza regole e non partecipa ai corsi, ma l'importanza della giusta dieta si imporrà giocoforza sensibilizzando i dipendenti, consolidando una nuova cultura del cibo. Anche perché le commissioni mediche sono sempre più severe e il rischio di essere giudicati inabili alla guida è una delle possibilità anche se teoriche e remote. Tra i dipendenti c'è chi si è sottoposto volentieri al test, chi invece ha storto il naso, paventando la possibilità che in futuro la poca forma fisica possa diventare uno sbarramento per accedere alla professione di autista. Sia come sia, Atvo è così la prima azienda in Italia ad avere coinvolto i dipendenti nel progetto della sociologa aziendale Eleonora Buratti assieme al formatore *safety and wellbeing* Carlo Giolo. «Tutto questo», spiega il presidente Atvo Fabio Turchetto, «perché è nostra convinzione si debba lavorare per la qualità della vita dei dipendenti, tanto quanto dei nostri utenti. E il benessere nell'ambiente di lavoro passa anche attraverso la consapevolezza di una corretta alimentazione». A marzo, tutti i dipendenti hanno ricevuto un questionario su base volontaria per valutare il rischio alimentazione. Obiettivo, comprendere se l'alimentazione non fosse consona alla mansione svolta e

quanto potesse compromettere la salute psicofisica e il benessere di chi lavora, quindi con ricadute sui costi diretti e indiretti e la qualità della giornata lavorativa. Sono emerse in controluce le abitudini alimentari dei dipendenti e in particolare l'organizzazione aziendale alla pausa pranzo. Hanno risposto circa 300 dipendenti, tra impiegati, autisti e lavoratori dell'officina. I dati sono interessanti e fanno riflettere. Il 69% degli autisti ha l'abitudine di bere più di due caffè al giorno, mentre non sono abituati a mangiare almeno i tre pasti di frutta al giorno come suggerito dall'Oms. Il 78% degli autisti ritiene di svolgere un lavoro stressante. Il 65% non è normopeso. I lavoratori dell'officina sono soliti arrivare alla pausa pranzo molto affamati (66%), correndo il rischio, a tavola, di una sovralimentazione. Consumano bibite gassate (58%) e hanno l'abitudine di guardare uno schermo mentre mangiano sia esso un pc, lo smartphone o la tv, per il 91%. Anche loro, come gli autisti, risultano essere in eccesso ponderale, quindi con un peso eccessivo. Il 67% è sovrappeso o soffre di obesità lieve, moderata o grave. Per quanto riguarda gli impiegati di Atvo, nonostante abbiano una propensione maggiore alla lettura di articoli sul tema alimentazione, e migliora nettamente l'indice di massa corporea con una percentuale più bassa di soggetti in eccesso ponderale (28%), continuano a essere forti consumatori di caffè: il 63% ne beve più di due al giorno. Non ritengono di avere una alimentazione varia (53%) e non consumano frutta e verdura a sufficienza. Ad aprile è stato consegnato a tutto il personale il manuale "La dieta dei mestieri, dimmi che lavoro fai e ti dirò cosa devi mangiare", scritto da Eleonora Buratti, con la consulenza di Carlo Gioco. A maggio e giugno è iniziata la formazione di tutti i dipendenti che avevano compilato il questionario, quindi affrontato un percorso guidato di apprendimento, con l'obiettivo di migliorare le abitudini alimentari attraverso un approccio olistico, relazionale che parte dai rischi specifici dei lavoratori e propone il giusto menu per ogni tipo di mansione. Grande la partecipazione dei lavoratori. E oggi parte la seconda fase

del progetto “Rischio alimentazione” per insegnare a masticare. ( **da La Nuova** )