

# Un progetto pilota alla Fondazione Bruno Kessler di Trento promuove uno stile di vita sano

17 Febbraio 2017

**PAT, APSS, INAIL e FBK sperimentano il progetto “Key to Health” che mira a promuovere stili di vita sani sui luoghi di lavoro e a prevenire alcune tra le cronicità più diffuse**

- Secondo le stime dell’OMS, l’organizzazione mondiale della sanità, nel 2012 circa 38 milioni di persone sono morte a causa di malattie croniche (di cui 17,5 milioni per malattie cardiovascolari), pari al 68% di tutti i decessi registrati
- Il progetto è stato inserito nel Piano provinciale della prevenzione 2015-2018 ed è concepibile come uno studio pilota volto a testare un modello estendibile in seguito sul resto del territorio provinciale e nazionale

Presentato oggi pomeriggio alla FBK di Povo (TN) “Key to Health” il progetto innovativo che mira a promuovere stili di vita sani sui luoghi di lavoro e a prevenire l’insorgere di malattie croniche, agendo in particolare sull’alimentazione e l’attività fisica.

Dal prossimo aprile, la Fondazione Bruno Kessler diventerà il campo di sperimentazione del progetto, ma l’obiettivo è di **costruire un modello diffondibile presso altre organizzazioni presenti sul territorio provinciale e nazionale.**

Alla sua attuazione stanno lavorando le principali istituzioni attive nel campo della salute e della prevenzione sui luoghi di lavoro: il **Dipartimento salute e solidarietà sociale della Provincia autonoma di Trento, l’Unità operativa prevenzione e sicurezza negli ambienti di lavoro (Uopsal) dell’Azienda provinciale per i servizi sanitari e l’INAIL – Direzione Provinciale di Trento.**

La sperimentazione sarà possibile grazie a “**TreCLifeStyle**”, un sistema di coaching virtuale che verrà utilizzato dal personale FBK – selezionato su base volontaria – per circa sei mesi. “

**TreCLifeStyle**” è una applicazione mobile sviluppata dalla Fondazione Bruno Kessler che, combinata con altre azioni, come il supporto di professionisti della salute, o interventi sulla mensa e il coinvolgimento del circolo ricreativo aziendale, seguirà gli utenti in un percorso per ridurre un rischio già esistente o per prevenire l’insorgenza di malattie attraverso una modifica consapevole degli stili di vita.

“Investire sulla salute delle persone” – ha detto il presidente FBK **Francesco Profumo** durante il suo intervento – “significa anche valorizzare e custodire l’insieme di conoscenze, competenze, abilità e relazioni che rappresentano il patrimonio di un centro di ricerca e di studi come FBK”.

Un’iniziativa che trova il pieno consenso dell’assessorato alla Salute della Provincia autonoma di Trento. “Forse” – è il commento di **Luca Zeni** – “la “chiave” che questa iniziativa cerca potrebbe nascondersi proprio nel concetto stesso di salute. In altre parole: adottare ciascuno stili di vita corretti per il nostro proprio benessere, ma anche come senso di responsabilità nei confronti degli altri”.

### **Presentazione della tecnologia utilizzata: TreCLifeStyle**

Il personale di FBK coinvolto in “Key To Health” verrà affiancato, per tutta la durata del progetto, da TreCLifeStyle, uno strumento di coaching virtuale che supporterà gli utenti al raggiungimento degli obiettivi e, più in generale, alla modifica dello stile di vita. Lo strumento TreCLifeStyle si basa su una App e su un’interfaccia Web che interagiscono con la piattaforma di virtual coaching in grado di rilevare comportamenti corretti e scorretti dell’utente. Gli eventi da monitorare per rilevare i comportamenti dell’utente sono, ad esempio, i pasti consumati che l’utente inserisce in un diario alimentare presente nella App e l’attività fisica rilevabile grazie a dei sensori indossabili (come il braccialetto contapassi). La App genererà messaggi persuasivi e motivazionali che permetteranno all’utente di ricevere informazioni sulle quantità di calorie assunte durante ogni singolo pasto, di verificare l’attività fisica durante la giornata, rispondere alle sfide per il raggiungimento di determinati obiettivi e ricevere suggerimenti personalizzati.

### **Costruire un’organizzazione attenta al benessere**

Oltre agli interventi tecnologici, il progetto “Key to Health” prevede anche un insieme di interventi professionali e organizzativi diretti a tutti i lavoratori dell’azienda. In primo luogo, i lavoratori reputati a rischio, dopo una prima fase di valutazione curata dal medico competente, saranno assistiti dallo stesso e da un servizio di counselling, importanti per supportare la persona in un percorso di miglioramento dello stile di vita. Allo stesso tempo, si organizzeranno iniziative al fine di informare i dipendenti FBK dell’importanza dell’alimentazione e dell’attività fisica per la riduzione del rischio.

In particolare, per la Fondazione Bruno Kessler è coinvolta l’area ad alto impatto Health and Wellbeing (Centro per l’Information and Communication Technology) che si occuperà di coordinare operativamente e scientificamente il progetto “Key to Health”.

Il servizio Risorse Umane di FBK inoltre mette in campo le proprie professionalità nell’ottica di un allargamento dello spazio del welfare aziendale, passando dal welfare organizzativo al welfare delle persone. L’orientamento della Fondazione è infatti quello di avere ruolo attivo e incentivante nel contesto di un progetto partecipato (coinvolgimento di tutti gli attori interessati), condiviso (contrattazione sindacale e linee guida) e regolamentato.

L’Azienda provinciale per i servizi sanitari (APSS), e in particolare l’UOPSAL (Unità operativa prevenzione e sicurezza negli ambienti di lavoro), si occuperà di fornire supporto al medico

competente di FBK, svolgere servizio di counselling, partecipare alla supervisione dell'andamento del progetto e alla discussione dei suoi risultati, dell'organizzazione delle attività di disseminazione sul territorio e della creazione finale di un modello estendibile ad altre organizzazioni. INAIL (Istituto nazionale per l'assicurazione contro gli infortuni sul lavoro) e Provincia autonoma di Trento supervisioneranno l'andamento del progetto e la discussione dei suoi risultati, nonché l'organizzazione delle attività di divulgazione sul territorio.

I risultati del progetto saranno diffusi presso la comunità territoriale e la comunità scientifica, con il fine di favorire la circolazione e incrementare la conoscenza esistente del concetto di promozione della salute nei contesti occupazionali (Workplace Health Promotion o WHP). La WHP presuppone che un'azienda non solo attui tutte le misure per prevenire infortuni e malattie professionali, ma si impegni anche ad offrire ai propri lavoratori opportunità per migliorare la propria salute, riducendo i fattori di rischio generali e in particolare quelli maggiormente implicati nella genesi delle malattie croniche. (m.l.)

### **NOTA per le televisioni:**

Nel service video – a cura dell'Ufficio stampa PAT – troverete anche le interviste a Luca Zeni (PAT), Francesco Profumo (FBK) e Paolo Bordon (APSS)

### **Fotografie dell'incontro disponibili a questo link:**

<https://drive.google.com/drive/folders/0B0wlprCM4xKHR0E5OFBuQUw2eU0?usp=sharing>

### **Per maggiori informazioni:**

– link alla pagina del progetto “Key to Health”:

<https://sites.google.com/fbk.eu/keytohealth>

– link al video della APP “TreCLifeStyle”: <https://www.youtube.com/watch?v=LJ6T3172P3g>

#### **LINK**

<https://magazine.fbk.eu/it/news/un-progetto-pilota-alla-fondazione-bruno-kessler-di-trento-promuove-uno-stile-di-vita-sano/>

#### **TAG**

- #apss
- #benessere
- #cartella clinica cittadino
- #FBK
- #inail
- #key to health

- #prevenzione
- #ricerca
- #salute
- #salutedigitalebenessere
- #sanità
- #stili di vita
- #TreC
- #TreCLifeStyle
- #wellbeing

#### **MEDIA COLLEGATI**

- locandina\_key\_for\_health\_fbk: [https://magazine.fbk.eu/wp-content/uploads/2017/02/Locandina\\_Key\\_for\\_Health\\_FBK.gif](https://magazine.fbk.eu/wp-content/uploads/2017/02/Locandina_Key_for_Health_FBK.gif)

#### **AUTORI**

- Marzia Lucianer