

# Összefoglaló „A munkahelyi egészségfejlesztés általános szervezeti megvalósítására vonatkozó szakmai útmutató”-ról

## Summary of the Professional Guideline on the organizational implementation of health promotion in workplaces

Szerzők: Solymosy József Bonifác✉, Koós Tamás  
*Nemzeti Egészségfejlesztési Intézet*

Beküldve: 2016.08.26.

**Kulcsszavak:** munkahelyi egészségfejlesztés, egészséges munkahely, ajánlások a bizonyítékok erejének explicit megjelölésével

**Keywords:** health promotion workplaces, healthy workplaces, recommendations indicating the level of scientific evidence

„A szakmai irányelveknek négy fő típusa különíthető el attól függően, hogy az irányelvben szereplő ajánlások kialakítása milyen módszer alapján történt. Így lehetnek: informális konszenzuson alapuló irányelvek, formális konszenzuson alapuló irányelvek, bizonyítékokon alapuló irányelvek, explicit kritériumokon alapuló irányelvek.”<sup>1</sup>

A bemutatott szakmai anyag, típusát tekintve, leginkább olyan bizonyítékokon alapuló irányelvnek tekinthető, mely nem keverendő össze, az államigazgatási szervek által kiadott, kötelezően követendő irányelvekkel.

Az útmutató a Nemzeti Egészségfejlesztési Intézet megbízásából, a TÁMOP-6.1.1-12/1-2013-0001 számú, Szakmai-módszertani anyagok elkészítése-egészségfejlesztési programok szakmai irányelvei keretén belül készült.

A munkahelyi egészségfejlesztő stratégia magában foglalja a munkáltatók, a munkahelyi vezetők, a munkavállalók, a munkahelyi egészségfejlesztésben érintettek közös tevékenységét, a vállalat egészséget támogató feladataiban, a munkahelyi egészség determinánsok figyelembevételével. A módszer

épít az egészségfejlesztési tevékenységet támogató erőforrásokra, igyekszik kiküszöbölni a gátló folyamatokat, megfelelő infrastruktúrát, marketing- és kommunikációs stratégiát alakít ki a gyakorlati megvalósításhoz és a kedvező folyamatok fenntartásához. A stratégia végrehajtói lokális, regionális, nemzeti és európai szintek harmonizálásán keresztül folyamatos innovációval igyekeznek megvalósítani az egyén egészségi állapotának fejlesztését a munkahelyen és a munkahelyen kívüli élet során is.

Az egészséges munkahely és munkavégzés összetett társadalmi folyamat, a munkahelyen belüli és azon kívüli érdekcsoportok együttműködésének eredménye.

Az egészséges munkahelyek, a munkavállalók egészségének és jóllétének növekedése produktívabb munkavégzéshez, kompetitívabb vállalkozá-

sokhoz, a gazdasági helyzet javulásához vezet. A munkahelyi egészségfejlesztő programok kulcsfontosságú lépései: a célok világos megjelölése és összekapcsolása a vállalat/vállalkozás üzleti célkitűzé-

seivel, a munkáltatók és a menedzsment támogatásának megnyerése, a munkavállalók részvétele az egészségfejlesztési program valamennyi szintjén, támogató környezet kialakítása és a programok társadalmi normákhoz történő igazítása. Az ígéretes egészségfejlesztő gyakorlat lényeges elemei:

- az egészségfejlesztő program integrálása a vállalat működésében,
- egyéni-, környezeti-, vállalatpolitikai- és kulturális egészséggel és termelékenységgel kapcsolatos célkitűzések,
- egyidejűleg több, egészséggel kapcsolatos terület kijelölése,
- a programok helyi igényekhez történő adaptálása,
- nagy részvételi arány elérése (a munkavállalók és képviselőik bevonása az egészségfejlesztő programok előkészítésébe és végrehajtásába növeli a munkavállalók részvételi arányát),
- a programok érdemi értékelése,
- az érdekeltek tájékoztatása a sikerekről, eredményekről, a megvalósított célokról.

Az egészséges munkahely kialakítását célzó programok átfogó, a munkahelyi érdekcsoportok mind-egyikét bevonó szervezeti intervención, széleskörű részvételen és képességfejlesztésen, multidiszciplináris együttműködésen alapulnak. Több egészséget meghatározó tényező javítását tűzik ki célul, többféle belső szervezeti egység és szakember bevonásával. A programok figyelembe veszik a munkaszervezetben dolgozók egészségi állapotát, szociális helyzetét, foglalkoztatotti státuszát, a kisebbségi csoportok különbözőségeit. Az elért változásokat a szervezet vezetése beépíti a vállalati működésbe és kultúrába a fenntarthatóság érdekében. A programok folyamatos nyomon követése, a hatások értékelése és az eredmények visszacsatolása szükséges a ciklikus működés, működtetés során.

A munkahelyi egészségfejlesztés általános szervezeti megvalósítására vonatkozó szakmai útmutató alfejezetei:

- A probléma háttere, magyarországi helyzetkép.

- Az irányelv fejlesztés szükségességének indoklása a jelenlegi gyakorlat és az optimális/elvárható gyakorlat közötti eltérések és hatásainak bemutatása.
- Az irányelv bevezetésével elérhető eredmények, várható egészségnyereség.
- Az irányelv gyakorlati bevezethetőségének esélyei, feltételei, a jelenlegi gyakorlat megváltoztatásának esélyei.
- Az adott egészségfejlesztési területre jellemző adatforrások, eszközök, módszerek, humán erőforrás igény, kompetencia összegyűjtése.
- Az egészségfejlesztési program sikerességének meghatározása, mérésére használt módszerek bemutatása, a meglévő sikeresség-értékelő és eredményesség-meghatározási gyakorlatok előnyeinek, és gyengeségeinek bemutatása.
- Az egészségfejlesztési program tervezésének és megvalósításának, sikerességének legfontosabb tényezői a szakirodalom alapján.
- Az egészségfejlesztési programok tervezése és megvalósítása során az érvényesített horizontális kritériumok: interszektoralitás, kommunikáció, a részvétel kérdése, a felhasználók/kezdve-megnyezetettek/célcsoport véleményének figyelembe vétele, a megvalósításban résztvevők képzettsége, készségei, stb.
- A főbb ajánlások, az állításokat alátámasztó bizonyítékok és az ajánlások erejének explicit megjelölésével. Ennek összefoglalóját, a jelentősége miatt, az alábbiakban mutatjuk be.

A főbb ajánlások, az állításokat alátámasztó bizonyítékok és az ajánlások erejének explicit megjelölésével:

(Az irányelv készítői az útmutatásokat és ajánlásokat elemezték az evidenciák erőssége, az ajánlások elfogadottságának elterjedtsége és a hazai megvalósíthatóság szempontjából: („A” – egyértelmű; „B” – jelentős; „C” – hangsúlyos). [1. táblázat]

A munkahelyi egészségfejlesztés általános szervezeti megvalósítására vonatkozó szakmai útmutató teljes anyaga elérhető [itt](#) „Munkahelyi egészségfejlesztési irányelv” címen.

1. Táblázat: Az ajánlások összefoglalása

Ajánlások	Evidenciák erőssége
Valamennyi munkahely számára ajánlott munkahelyi egészségterv kialakítása.	A
Valamennyi munkahely számára javasolt a munkahelyi egészségterv alapján kialakított egészségfejlesztési stratégia kidolgozása.	A
A munkahelyi egészségfejlesztés hatékony tevékenység a munkavállalók egészségi állapotának javítására.	A
Az egészséges munkahely és munkavégzés kedvező hatással van mind a munkahelyi mind a munkahelyen kívüli életminőségre és hozzájárul a népesség egészségének védelméhez.	A
Az egészséges munkahelyek és a munkahelyi egészségfejlesztés kedvező hatást gyakorol a vállalkozások teljesítményére, versenyképességére, társadalmi és gazdasági helyzetének javulására.	A
A munkáltatók számára ajánlott a munkahelyi egészségterv és egészségfejlesztési stratégia beépítése a vezetői döntésekbe és gyakorlatba.	A
Ajánlott az egészségfejlesztés elveinek és céljainak tisztázása a tervezéskor	A
Ajánlott az egészségfejlesztési stratégia folyamatos alakítása az érdekcsoportokkal történő folyamatos egyeztetés alapján.	A
Ajánlott az alapvető prioritások meghatározása az egészségfejlesztési stratégia kialakításakor.	A
Ajánlott a munkahelyeken az egészségfejlesztéssel kapcsolatos intézkedések megvalósítását koordináló bizottság létrehozása az érdekcsoportok képviselőiből.	B
Az egészségfejlesztés gyakorlati megvalósítása során ajánlott a gátló és a támogató tényezők azonosítása, a gátló tényezők kiküszöbölése, a támogató tényezők erősítése.	A
Az egészségfejlesztés megvalósítása során javasolt az egyenlőtlenségek csökkentésére irányuló törekvés.	A
Az egészségfejlesztés során javasolt az érdekcsoportok társadalmi felelősségvállalásának növelése.	A
Az egészségfejlesztés gyakorlati megvalósítása során ajánlott az érdekcsoportok együttműködésének fokozása.	A
Ajánlott, hogy az egészségfejlesztési stratégiák növeljék az egyének és a munkavállalói csoportok lehetőségeit és képességeit, az egészségi állapot kockázati tényezőinek csökkentésére.	A
A foglalkozás-egészségügyi és egészségfejlesztő szakembereknek jelentős szerepe van az egészségfejlesztő stratégiák kialakításában.	B
Az egyének számára javasolt a megelőző gondolkodás elsajátítása, az életmódjukkal kapcsolatos kockázati tényezők megismerése, személyes elköteleződés és célkitűzések kialakítása egészségi állapotuk javítására.	B
Ajánlott az egészségfejlesztéssel kapcsolatos jó munkahelyi gyakorlatok megismerése és követése.	A
Ajánlott a munkahelyi egészségfejlesztéssel kapcsolatos hatékony útmutatók kialakítása és a meglévő ajánlások követése.	A
Javasolt a munkahelyi egészségfejlesztés összehangolása a vállalati politikával, vállalati célkitűzésekkel, munkaszervezéssel.	B
Ajánlott a munkavállalók önkéntes alapon történő aktív széleskörű bevonása a munkahelyi egészségterv és munkahelyi egészségfejlesztési stratégia minden szakaszába.	A
Javasolt a magatartásváltozásra fogékony emberek kiválasztása, egyénre szóló akcióterv készítése és közösségi, társas támogatás az intervenció megvalósításához.	B
Javasolt a társadalmi környezet figyelembe vétele a programok kidolgozása során.	B
A megfelelő eredmény elérése érdekében a munkavállalók tudatosságát növelő kampányokat következetesen kombinálni célszerű más beavatkozási formákkal, a nagyobb hatékonyság érdekében.	B
Javasolt a munkahelyi egészségfejlesztő intervenciók hatására létrejövő változások nyomon követése, a visszajelzések értékelése és megküzdési tervek kidolgozása a visszaesések megelőzésére.	A
Ajánlott az egyes szektorok jellemzőinek figyelembevétele a munkahelyi egészségfejlesztő programok kidolgozásakor, beleértve az új szolgáltatói szektorokat.	B

Ajánlott az atípusos munkaszerződések, részállású, időszakos, változó munkaidőben történő alkalmazás következményeinek figyelembevétele a munkahelyi egészségfejlesztő programok tervezésénél.	B
Ajánlott az életmódi változtatások során a visszaesésekkel történő megküzdés stratégiáinak gyakorlati oktatása.	B
Ajánlott a munkavállalók munkába való visszatérésének támogatása baleseteket és betegségeket követően.	B
Ajánlott a munkavállalók folyamatos tájékoztatása a munkahelyeken zajló egészségfejlesztéssel kapcsolatos tevékenységről és programokról.	B
Ajánlott a célkitűzésekhez képest az előrehaladás időről időre történő ellenőrzése. Ha az elért eredmények nem megfelelőek, ajánlatos a javításra irányuló stratégiák kidolgozása és gyakorlati alkalmazása.	A
A népesség jelentős részében fennálló krónikus, nem fertőző betegségek előfordulási gyakorisága csökkenthető egészséges étrend alkalmazásával és megfelelő fizikai aktivitás végzésével.	A
Ajánlott a közhatóságok számára a népegészségügyi, egészségfejlesztési programok népszerűsítéséhez szükséges kompetenciákkal rendelkező szakterületek azonosítása, és szakmai szerepvállalásuk ösztönzése.	B
Az egészségfejlesztő programok befejezése után ajánlott az elért eredmények megőrzését biztosító stratégiák kialakítása.	B
Különböző közösségi szintereken, így a munkahelyeken is ajánlott a táplálkozással, a fizikai aktivitással, alkohollal, szerhasználat, dohányzással kapcsolatos ismeretek bővítése.	A
Ajánlott az egészségügyi szakemberek tanácsai alapján az egészségi kockázat folyamatos értékelése és önértékelése valamint személyre szóló megelőzési célú életmód változtatás kialakítása.	B
Az egészségfejlesztő programok legyenek mindenki számára elérhetőek és kapjanak megfelelő publicitást.	A

Forrás: A munkahelyi egészségfejlesztés általános szervezeti megvalósítására vonatkozó szakmai útmutató

<sup>1</sup> [http://fogalomtar.eski.hu/index.php/Szakmai\\_ir%C3%A1nyelv](http://fogalomtar.eski.hu/index.php/Szakmai_ir%C3%A1nyelv) (Elérve: 2016.09.08.)