



PROMOZIONE DELLA SALUTE E SICUREZZA: APPROCCIO NUTRIZIONALE NELLA PREVENZIONE DEL RISCHIO CARDIOVASCOLARE-METABOLICO NEGLI AUTISTI DI AUTOBUS DI LINEA

Isabella Maccà¹, Andrea Visentin¹, Luana Cannella¹, Isabella Bortoletti¹, Sara De Vidi¹, Alessandro Bassi¹, Enrico Compostella¹, Cristiana Gugel¹, Gianandrea Sabatini¹, Stefano Maso¹, Sofia Pavanello^{1,2}

¹U.O.C Medicina del Lavoro, Azienda Ospedale Università di Padova, Italia; ²Dipartimento di Scienze Cardio-Toraco-Vascolari e Sanità Pubblica, Università degli Studi di Padova, Italia

Introduzione. Gli operatori d'esercizio rappresentano una categoria in cui lo stato di salute individuale si riflette direttamente sulla sicurezza operativa collettiva. Lavoro a turni, sedentarietà, elevata responsabilità, irregolarità dei ritmi alimentari costituiscono fattori ad alto rischio per sindrome metabolica, infiammazione cronica, aumento del rischio cardiovascolare, con ripercussioni sull'idoneità alla guida. In questo contesto, la nutrizione rappresenta una leva strategica di prevenzione integrata. La medicina del lavoro può svolgere un ruolo non solo attraverso la valutazione periodica dell'idoneità, ma con un modello proattivo di promozione della salute, in cui interventi mirati sugli stili di vita, tra cui l'alimentazione, assumono un ruolo centrale.

Obiettivi. Valutare lo stato di salute, in particolare il rischio metabolico-cardiovascolare e gli stili di vita negli operatori d'esercizio nell'ambito del progetto LAINBIO - Lavoro e Invecchiamento Biologico, al fine di identificare strategie di promozione della salute mirate e integrabili nella sorveglianza sanitaria.

Metodi. Studio osservazionale trasversale su operatori d'esercizio sottoposti a sorveglianza sanitaria (DM 88/99), nell'ambito di un protocollo strutturato. Sono stati, in particolare, raccolti dati anagrafici, lavorativi e sugli stili di vita (fumo, alcol, attività fisica, organizzazione dei turni). Sono stati rilevati inoltre parametri antropometrici, pressione arteriosa ed esami ematochimici correlati al rischio metabolico, cardiovascolare. La valutazione degli stili alimentari è stata effettuata mediante un questionario strutturato di 16 item, finalizzato ad analizzare qualità, regolarità e organizzazione dei pasti in relazione al contesto lavorativo.

Risultati e conclusioni. La popolazione studiata comprende oltre 100 autisti di autobus di linea (24-67 anni; età

media 50 anni), con prevalenza maschile (90%). L'indice di massa corporea medio è pari a 28kg/m² con circa il 45% dei soggetti in sovrappeso e quasi il 30% obesi. Il 50% riferisce abitudine al fumo di sigaretta e sedentarietà, mentre oltre il 40% presenta delle patologie, prevalentemente cardiovascolari (30%) ed endocrino-metaboliche (25%). Circa il 30% mostra un rischio cardiovascolare moderato-elevato. I risultati evidenziano una significativa prevalenza di disturbi metabolici e cardiovascolari in una popolazione lavorativa strategica per la sicurezza pubblica. L'evidenza di comportamenti eterogenei e le criticità rilevate nelle abitudini alimentari, in particolare nella scelta e nell'organizzazione dei pasti in relazione al contesto lavorativo, rappresentano un target prioritario di intervento. L'integrazione di strumenti educativi mirati e di programmi nutrizionali personalizzati all'interno della sorveglianza sanitaria si configura come un approccio, sostenibile e replicabile per la prevenzione del rischio cardiovascolare e metabolico. Tale strategia può contribuire non solo al miglioramento dello stato di salute dei lavoratori, ma anche al mantenimento dell'idoneità alla guida e al rafforzamento della sicurezza operativa nel trasporto pubblico.

References

1. European Agency for Safety and Health at Work (EU-OSHA). Work-related stress and cardiovascular risk factors in transport workers.
2. Istituto Superiore di Sanità (ISS) - Sistema di Sorveglianza PASSI, Abitudini e fattori di rischio nella popolazione 18-69 anni, rapporto 2024.
3. Izadi, N., Fadaei, R., Azizi, M., et al. Metabolic syndrome and its determinants among professional drivers: a systematic review and meta-analysis. BMC Public Health. 2021;21:1194.