******

**W Światowym Dniu Serca o kampanii „Serce do pracy”**

**29 września 2023 r. przypada Światowy Dzień Serca, którego inicjatorem jest World Heart Federation (WHF). Głównym celem tego celebrowanego od 2000 r. święta jest edukacja i promocja zdrowego stylu życia oraz profilaktyki chorób układu krążenia (ChUK).**

**Światowy Dzień Serca to również dobra okazja, aby przypomnieć o trwającej od maja br. ogólnopolskiej kampanii informacyjnej „Serce do pracy” na rzecz zapobiegania chorobom układu krążenia wśród pracowników. Jej główne zadanie to podnoszenie społecznej świadomości i wiedzy na temat ChUK i sposobów zapobiegania im w środowisku pracy. W ramach kampanii jej organizator Centralny Instytut Ochrony Pracy – Państwowy Instytut Badawczy (CIOP-PIB) zachęca pracodawców do podejmowania działań edukacyjnych i realizowania inicjatyw prozdrowotnych w miejscu pracy, a także bezpośrednio samych pracowników do dbania o własne zdrowie. Kampania trwa do końca tego roku.**

Pracownicy działów zarządzania zasobami ludzkimi, służby bhp, służby medycyny pracy to zgodnie z założeniami kampanii inicjatorzy działań na rzecz zapobiegania chorobom serca, natomiast to pracownicy mogą najwięcej skorzystać na tych inicjatywach – zyskując zdrowie i życie.

ChUK są obecnie tak powszechne, że zyskały już miano chorób cywilizacyjnych. Czynniki wpływające na ich powstawanie są często związane ze stylem życia. Według danych Głównego Urzędu Statystycznego w roku 2021 w Polsce śmiertelność spowodowana ChUK (ok. 35%) przewyższała nawet liczbę zgonów na skutek chorób nowotworowych (18%). Statystyki europejskie oraz światowe nie napawają większym optymizmem. Zgodnie z danymi WHF rocznie ok. 18, 6 mln zgonów na świecie spowodowanych jest ChUK, co stanowi 33% wszystkich zgonów na świecie.

Aby zapobiegać temu niechlubnemu trendowi kampania „Serce do pracy” promuje przeprowadzanie działań profilaktycznych, informacyjnych i edukacyjnych z zakresu przeciwdziałania ChUK w miejscu pracy. To w pracy spędzamy większość naszego dorosłego życia. Co więcej, środowisko pracy może być źródłem czynników ryzyka, które przyczyniają się do rozwoju chorób serca. Należą do nich:

* duże obciążenie fizyczne (statyczne i dynamiczne),
* czynniki toksyczne/chemiczne (np. disiarczek węgla, tlenek węgla, nitrogliceryna,

ołów),

* czynniki fizyczne (hałas, mikroklimat gorący, mikroklimat zimny),
* praca zmianowa,
* zespół wypalenia zawodowego,
* stres związany z pracą.

Środowisko pracy jest drugim, zaraz po szkole, miejscem, które może dać wielu osobom szansę na edukację i podnoszenie swojego poziomu wiedzy – nie tylko w zakresie związanym z wykonywanymi obowiązkami zawodowymi, ale także na wielu innych polach. Edukacja i promocja zdrowia w miejscu pracy są możliwe, a nawet bardzo pożądane ze społecznego punktu widzenia, co swoimi działaniami potwierdzają partnerzy kampanii „Serce do pracy”.

Do tej pory kampania zyskała 30 oficjalnych partnerów: przedsiębiorstw, instytucji, stowarzyszeń, które wśród swoich pracowników, partnerów biznesowych, w lokalnym otoczeniu, gdzie funkcjonują, starają się promować założenia kampanii. Pracodawcy i ich przedstawiciele w ramach kampanii „Serce do pracy” angażują się w wiele ciekawych inicjatyw, a nierzadko wprowadzają w życie własne, autorskie pomysły. Szkolenia i warsztaty promujące zachowania prozdrowotne wśród pracowników to tylko część z tych działań, organizowane są również formy aktywnego wypoczynku dla pracowników: maratony, zawody pływackie, zajęcia jogi oferowane pracownikom na terenie firmy, wparcie trenerów w walce ze stresem czy złymi nawykami. Listę partnerów kampanii można znaleźć na stronie [www.ciop.pl/serce-do-pracy](http://www.ciop.pl/serce-do-pracy) .

Z serwisu internetowego kampanii zainteresowani pracodawcy mogą dowiedzieć się więcej o jej założeniach czy prowadzonych w jej ramach działaniach. Mogą również skorzystać z udostępnionych przez CIOP-PIB materiałów tematycznych.

Miejsce pracy skupia ludzi w różnym wieku i o rożnych potrzebach, dlatego działając na rzecz zapobiegania chorobom układu krążenia pracodawcy powinni uwzględniać wszystkie grupy wiekowe pracowników. Ci najmłodsi powinni być uświadamiani, jakich błędów w zakresie stylu życia powinni unikać i jakie mogą być ich konsekwencje. Ponieważ żyjemy coraz dłużej i dłużej pracujemy, utrzymanie dobrego stanu zdrowia osób pracujących jest coraz ważniejsze. W związku z powyższym pracownicy starsi i już zmagający się z chorobami powinni otrzymywać informacje dotyczące możliwych kierunków i obszarów zmian w zakresie stylu życia. Osoby przewlekle chore na ChUK również zasługują na specjalna uwagę – wielokrotnie niesłusznie są eliminowane z rynku pracy lub same rezygnują z aktywności zawodowej, mimo że często mają szansę być dalej aktywne w tym obszarze życia.

W dobie powszechnie występujących ChUK istotne jest wsparcie osób w wieku produkcyjnym, chcących wrócić do pracy po przebytej chorobie lub incydencie zdrowotnym, takim jak zawał czy udar. Dzięki wciąż rozwijającej się diagnostyce i postępowi w zakresie leczenia w wielu przypadkach powrót do pracy jest możliwy, jeśli pracodawca uwzględni potrzeby zdrowotne wracającego do pracy pracownika. Jak podaje poradnik „Warunki i organizacja pracy dla osób z chorobami układu sercowo-naczyniowego” autorstwa dr hab. med. J. Bugajskiej, prof. CIOP-PIB i dr med. J. Tyszkiewicza „*Decyzję o możliwości wykonywania pracy zawodowej w konkretnych warunkach środowiska zawsze podejmuje lekarz medycyny pracy sprawujący opiekę profilaktyczną nad pracownikami. Lekarz decyzję taką podejmuje na podstawie badania przedmiotowego, podmiotowego, analizy dokumentacji o przebiegu choroby oraz dokumentacji na temat fizycznych i psychospołecznych wymagań pracy”.*

Przy dobrej woli i udanej współpracy pracodawcy, przedstawicieli służby medycyny pracy i służby bhp oraz samych pracowników można zrobić wiele dla zdrowia pracowników, nie tylko w tym jednym szczególnym dniu, jakim jest Światowy Dzień Serca.

 

**Kontakt dla mediów w sprawie kampanii „Serce do pracy”:**

Karolina Kucper, Ośrodek Promocji i Wdrażania

Centralny Instytut Ochrony Pracy – Państwowy Instytut Badawczy

e-mail: [karolina.kucper@ciop.pl](mailto:karolina.kucper@ciop.pl), tel. 22 623 37 34

**Kontakt dla mediów w sprawie działalności Instytutu:**

Agnieszka Szczygielska, Kierownik Ośrodka Promocji i Wdrażania

Centralny Instytut Ochrony Pracy – Państwowy Instytut Badawczy

e-mail: [agnieszka.szczygielska@ciop.pl](mailto:agnieszka.szczygielska@ciop.pl), tel. 22 623 36 86

www.ciop.pl

