

Roma, 19 giugno 2025

Emma Pietrafesa, Primo Ricercatore - Dimeila, Inail

EUROPEAN MEETING AND SCHOOL ON WORKPLACE HEALTH PROMOTION

INAIL

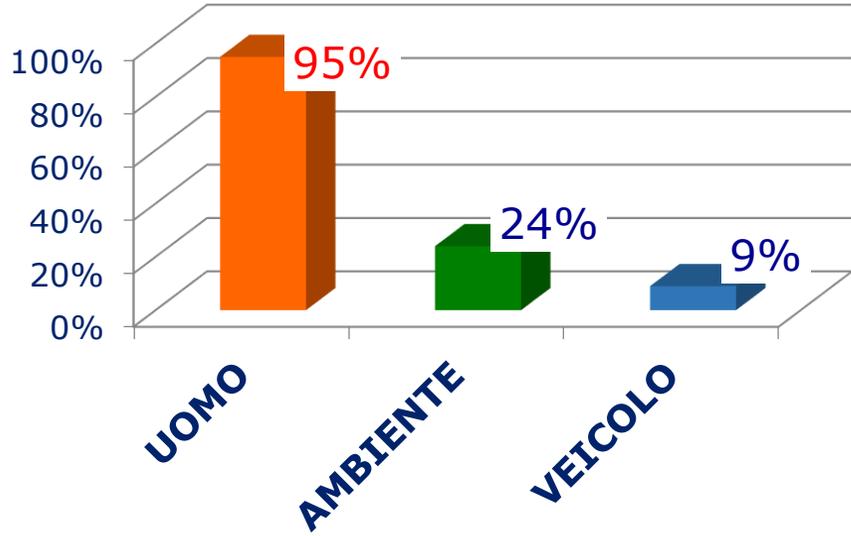


Bambino Gesù
OSPEDALE PEDIATRICO

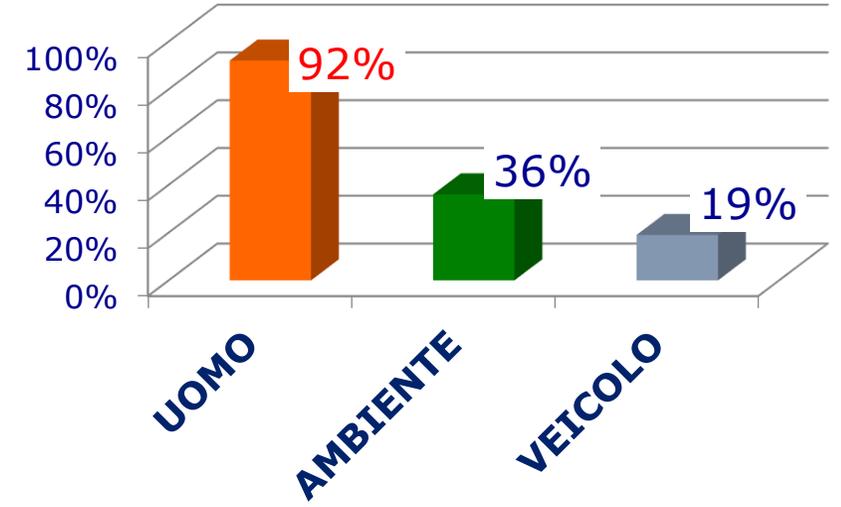
Igiene del sonno e promozione della salute occupazionale

***Strumenti innovativi e partecipativi di conoscenza
per rischio strada e promozione sull'igiene del
sonno***

IERI

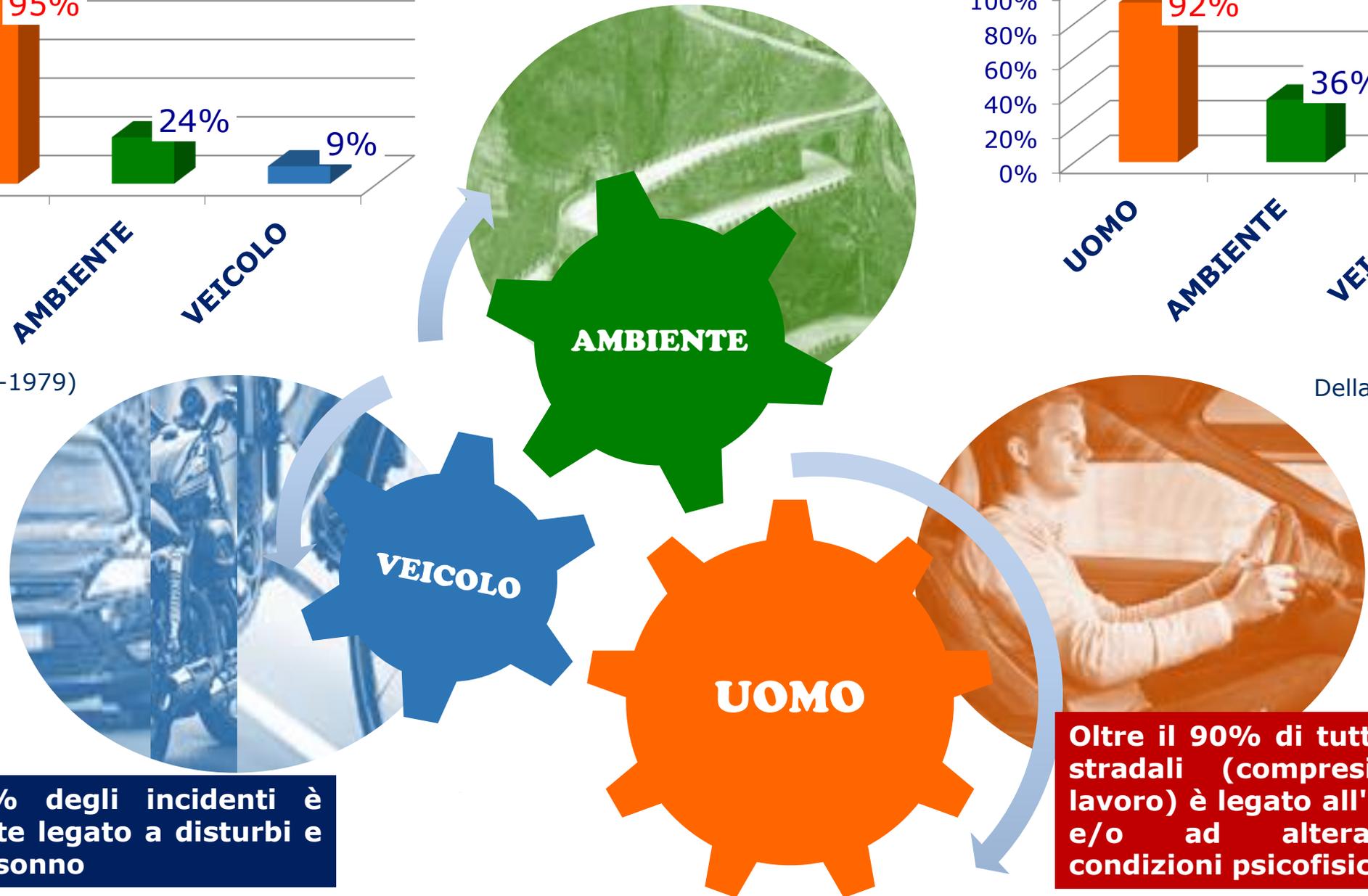


OGGI



Sabey et al. (1975-1979)

Della Valle et al. (2002)



Oltre il 20% degli incidenti è specificamente legato a disturbi e disordini del sonno

Oltre il 90% di tutti gli incidenti stradali (compresi quelli sul lavoro) è legato all'errore umano e/o ad alterazioni delle condizioni psicofisiche



DETERMINANTI LEGATI ALLA PERSONA

Condizioni di
salute

Comportamenti
errati

AZIONI TRASVERSALI



La comunicazione:

- è lo **strumento strategico** per aumentare la **conoscenza** e l'**empowerment**; promuovere atteggiamenti favorevoli alla salute, favorire modifiche di norme sociali, accesso e adesione ai programmi di prevenzione e di cura, **coinvolgimento attivo** del cittadino (*engagement*);
- facilita la creazione di reti inter-istituzionali e la **collaborazione** tra le organizzazioni sanitarie e non sanitarie;
- sostiene la **fiducia** della popolazione nelle istituzioni sanitarie;
- contribuisce all'accountability del sistema salute

La formazione:

- è **parte integrante** di tutte le strategie;
- **elemento trasversale** di obiettivi e programmi;
- è **essenziale** per accrescere le competenze degli operatori sanitari;
- è fortemente orientata all'azione: i percorsi formativi vanno **contestualizzati** rispetto all'intervento da realizzare sul territorio;
- deve **coinvolgere** in maniera prioritaria nei percorsi formativi le figure strategiche del sistema dell'assistenza primaria

COS'È LA COMUNICAZIONE?

- Semplice trasferimento di dati e informazioni attraverso un determinato canale? ...
- ... O un processo dinamico e continuo tra due interlocutori che si influenzano reciprocamente?



5 assiomi della Comunicazione



Non si può non comunicare



Ogni comunicazione veicola un contenuto e una relazione



La natura della relazione dipende dalla punteggiatura della comunicazione



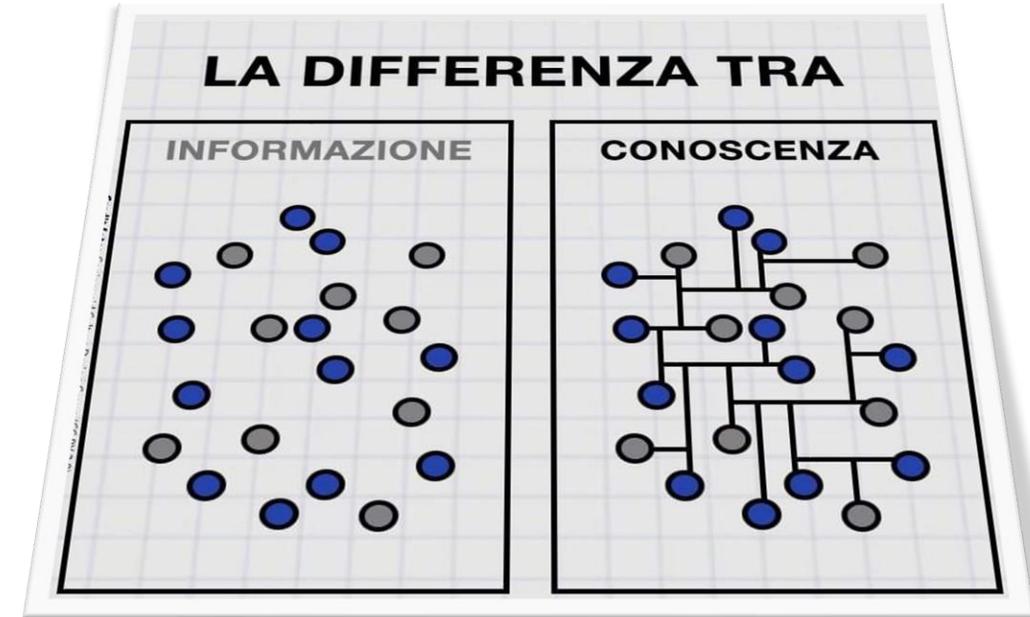
La comunicazione può essere sia analogica che digitale



Le interazioni possono essere simmetriche o complementari

Ruolo strategico **informazione, formazione e addestramento** (DLgs 81/08 e s.m.i.) quali **misure di prevenzione fondamentali** per:

- A. miglioramento della SSL
- B. cultura partecipata



Nuovi modelli, strumenti, tecnologie digitali vengano utilizzati per migliorare e supportare la conoscenza, dispositivi e la formazione

Informazione e formazione sono **processi dinamici e complessi**



COMUNICAZIONE E TECNOLOGIE DIGITALI



STRUMENTI DI INFORMAZIONE TRADIZIONALI VS INNOVATIVI

**STRUMENTI
TOP DOWN**



**COMUNICATI
MANIFESTI
HOUSE ORGAN
MEETING
OPUSCOLI
CIRCOLARI
NEWSLETTER**

**STRUMENTI
PARTECIPATIVI**



**STORYTELLING
FORUM/RETI/BLOG
COMUNITA' DI
PRATICA
BARCAMP
TEAM BUILDING
SERIOUS GAME**

STRUMENTI DIVULGATIVI DI INFORMAZIONE I GRAPHIC NOVEL

I graphic novel (romanzi illustrati):

- sono delle **storie autoconclusive** non come il fumetto che è a puntante;
- trattano **tematiche legate al sociale e all'attualità**;
- sono un prodotto editoriale essenzialmente per un **pubblico adulto**

LA MULTIMEDIALITA'



- **forma di comunicazione** caratterizzata dalla **compresenza e interazione di più linguaggi** (testi scritti, immagini, suoni, animazioni) nello stesso contesto informativo
- informazione viene presentata in modo interattivo e **può modificare il modo in cui il destinatario del messaggio percepisce, memorizza e condivide le informazioni**
- soddisfa al meglio le **complesse modalità di percepire e comunicare** nonché di agire della persona umana: un determinato contenuto può **trasformare l'esperienza dell'utente** o il suo comportamento con un semplice stimolo visivo, attraverso un **aumento del livello di capacità cognitiva**

STRUMENTI DI IN-FORMAZIONE IMMERSIVA

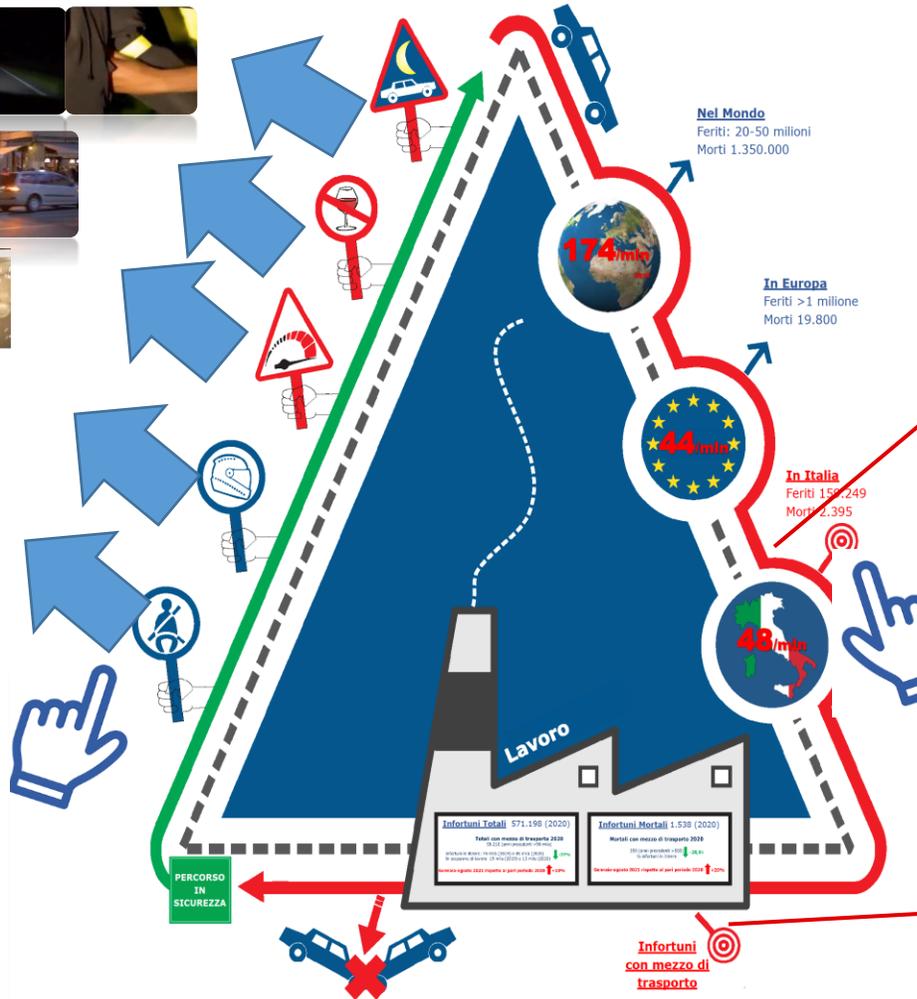
Poster in realtà aumentata "Rischio strada"

Poster integrato con **elementi multimediali**:
 infografiche di dettaglio sui dati dell'incidentalità stradale e video sui diversi comportamenti a rischio sviluppati dall'OMS.



Strada Sicura puoi scegliere!

INAIL
 ISTITUTO NAZIONALE PER L'ASSICURAZIONE CONTRO GLI INFORTUNI SUL LAVORO



Incidenti stradali
 ANNO 2021

COVID-19 E INCIDENTALITÀ
 Per il periodo di tempo considerato, l'incidentalità stradale è risultata inferiore rispetto al periodo precedente.

INCIDENTI	11,8	FERITI	-9,5	VITTIME	-12,2
INCIDENTI	+28,4	FERITI	+23,0	VITTIME	+29,6

FOCUS 2021
 In quale delle seguenti? 73,1% STRADALE
 21,3% STRADA E TRASPORTO
 5,6% ALTRO

INCIDENTI E VITTIME PER TIPO DI UTENTE DELLA STRADA (%)

PIEDONE	41,5
VEICOLI	24,2
VEICOLI	19,4
VEICOLI	6,0
VEICOLI	2,3
VEICOLI	1,8

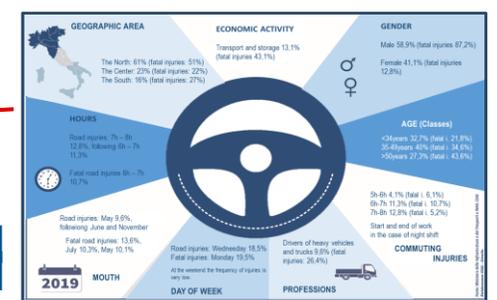
FOCUS MONOPATTINI ELETTRICI
 1.100.000 MONOPATTINI ELETTRICI IN USO IN ITALIA

INCIDENTI E VITTIME PER MESE

MESE	INCIDENTI	VITTIME
GENNAIO	10.000	15.000
FEBBRAIO	10.000	15.000
MARZO	10.000	15.000
APRILE	10.000	15.000
MAGGIO	10.000	15.000
GIUGNO	10.000	15.000
LUGLIO	10.000	15.000
AGOSTO	10.000	15.000
SETTEMBRE	10.000	15.000
OCTOBRE	10.000	15.000
NOVEMBRE	10.000	15.000
DICEMBRE	10.000	15.000

COSTI SOCIALI
 Nel 2021 gli incidenti stradali hanno causato 158.249 feriti e 2.395 morti.

OBBIETTIVO EUROPEO 2030
 Ridurre del 65% gli incidenti stradali e del 90% le vittime.

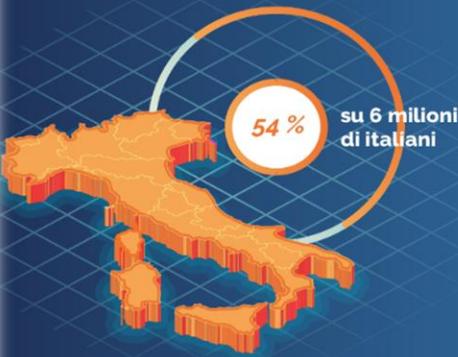


1. Who. Global Status Report on Road Safety, Dicembre 2018.
 2. Eurostat. European Commission, Mobility and Transport (2021).
 3. Istat. Incidenti stradali in Italia (Anno 2021).
 4. Inail - Consulenza Statistico Attuale. Infortunati sul Lavoro con mezzo di trasporto.

Autori: Agnese Martini, Emma Pietrafesa (Inail - Dimella)
 Antonella Polimeni (Capienza Università di Roma)
 Progetto realtà aumentata: Malazetta srl

STRUMENTI INNOVATIVI DI INFORMAZIONE: LE CARD MULTIMEDIALI

OSAS: I NUMERI



più comuni
di 50-55

Rapporto

solo il 7%
con OSA viene
diagnosticato

e solo nel
viene trattato

OSAS: I SINTOMI TIPICI

1 RUSSAMENTO

2 SENSO DI SOFFOCAMENTO
APNEA DURANTE IL SONNO

3

4

APPLICANZE SULLI VOLTI



SINTOMI FREQUENTI

1 INQUIETENZA DURANTE IL SONNO

2 IRRITABILITÀ (NECESSITÀ DI SVEGLIA NOTTURNA)

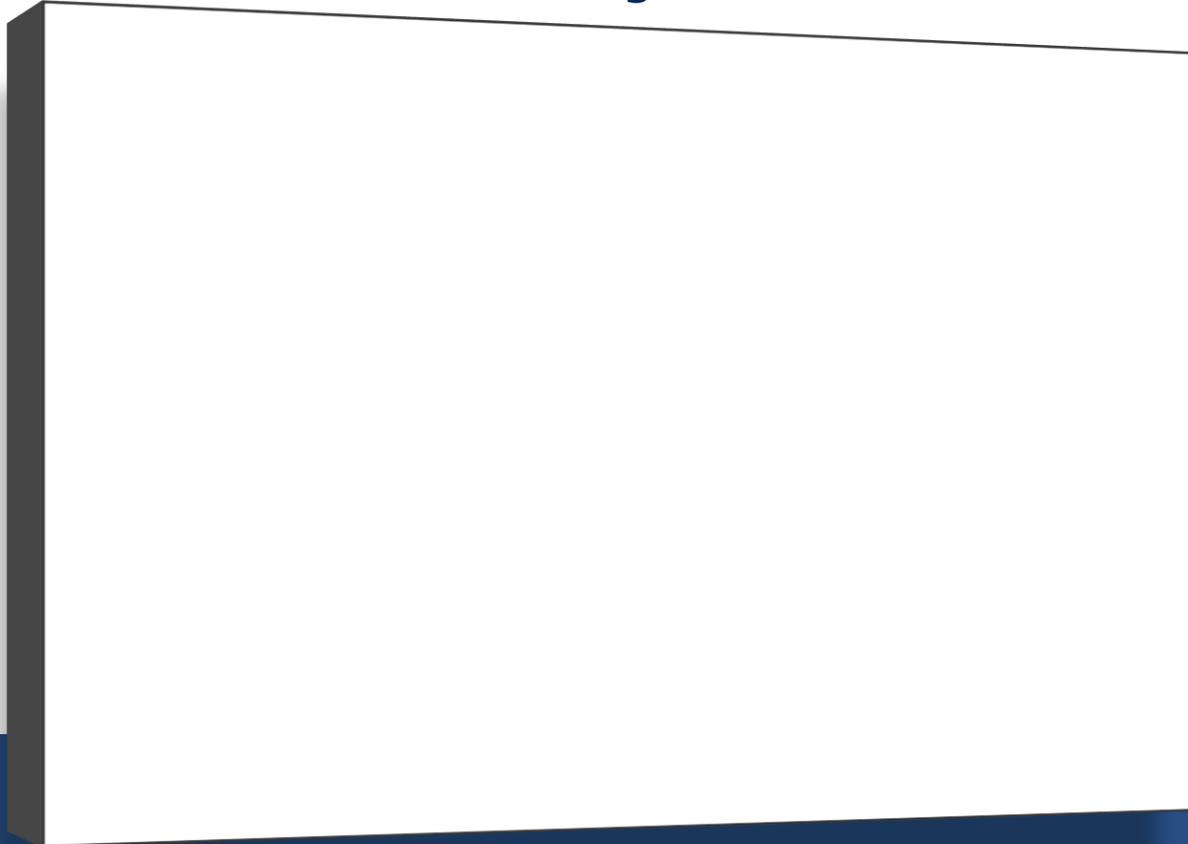
3 DIFFICOLTÀ DI CONCENTRAZIONE
CALO DELLA MEMORIA RECENTE

4 CEFALEA MATTUTINA
RIDUZIONE DELLA PERFORMANCE DIURN

Video storytelling per la diffusione e la conoscenza del fenomeno delle OSA e le sue conseguenze sul lavoro e sulla salute in generale

STRUMENTI MULTIMEDIALI DI INFORMAZIONE: STORYTELLING ANIMATI

Video 2D animato che consente attraverso il racconto e lo storytelling di un caso-studio reale, sviluppato attraverso l'animazione grafica e lo speakeraggio della storia del lavoratore Mario per la diffusione e la conoscenza del fenomeno delle OSA e le sue conseguenze sul lavoro

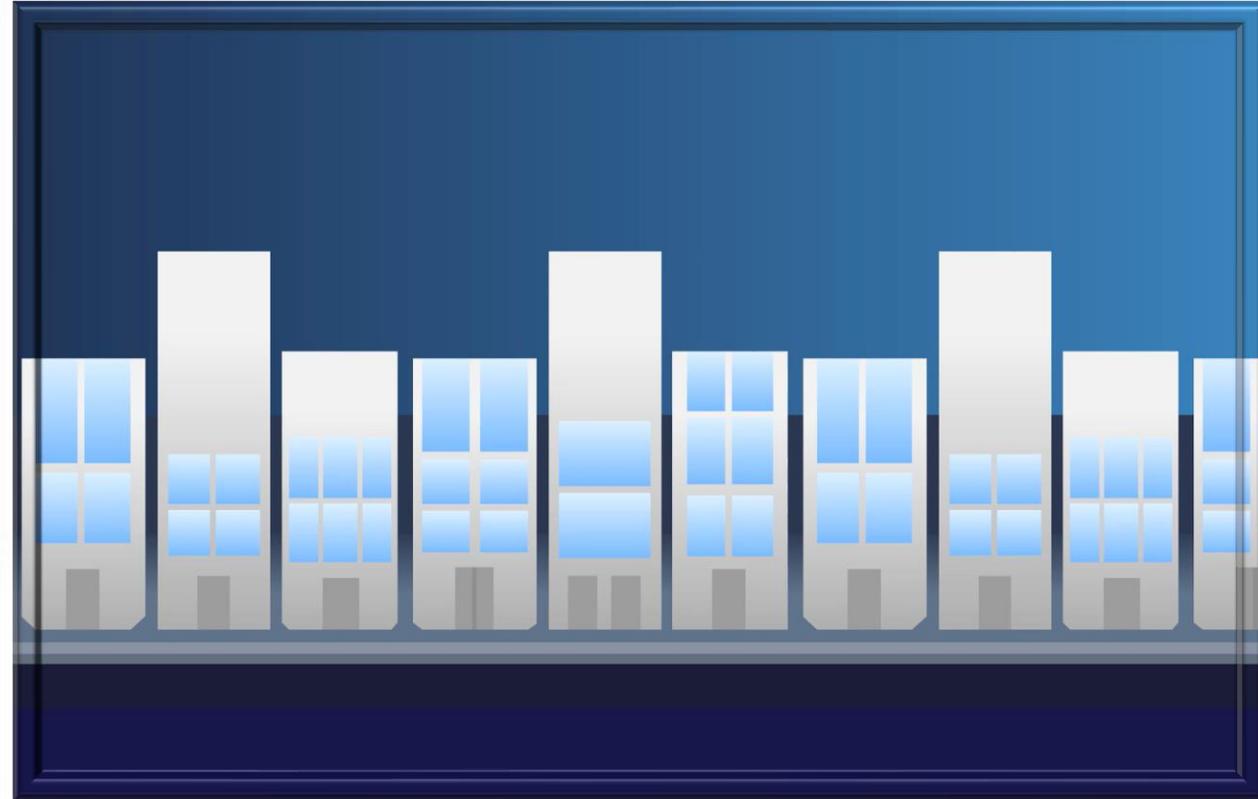
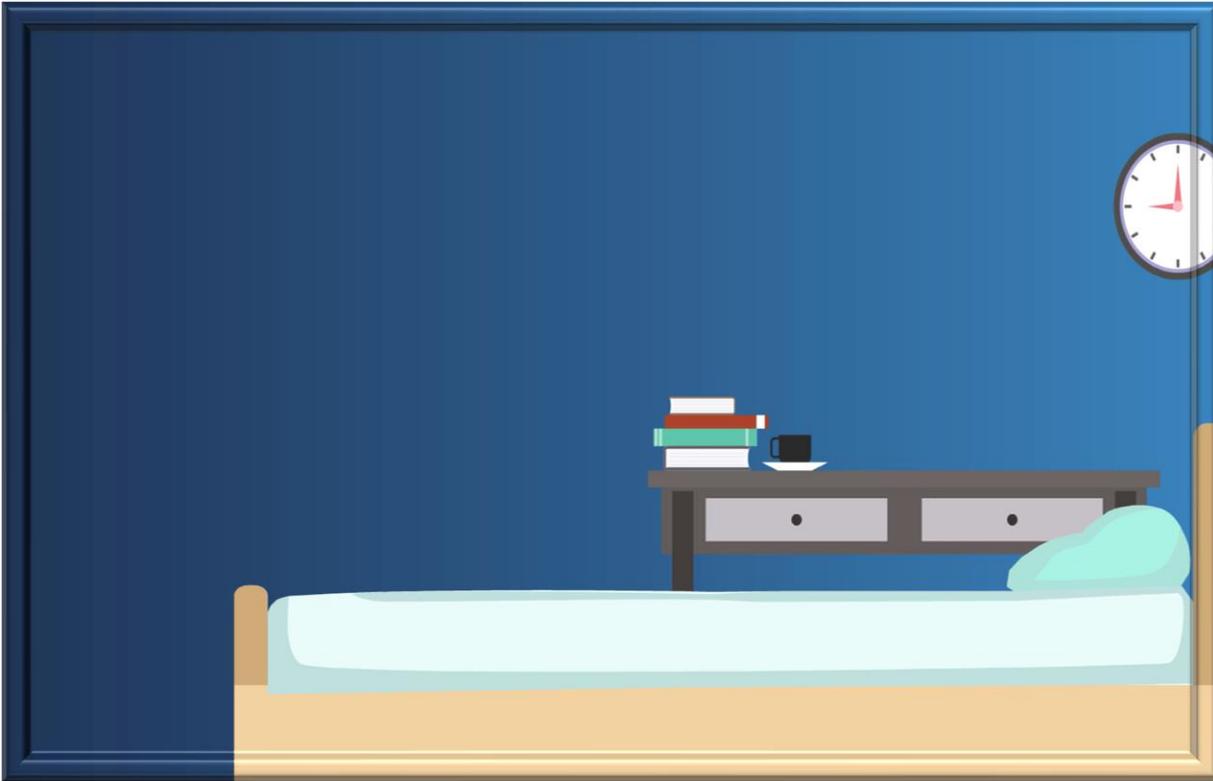


Video 3D anatomico con animazione di un manichino che simula la respirazione e cosa accade e quali organi sono interessati nel caso di apnee notturne

STRUMENTI MULTIMEDIALI DI INFORMAZIONE: PILLOLE INFORMATIVE ANIMATE SULL'IGIENE DEL SONNO



STRUMENTI MULTIMEDIALI DI INFORMAZIONE: PILLOLE INFORMATIVE ANIMATE SULL'IGIENE DEL SONNO



FORMAZIONE E TECNOLOGIA

TABLET E
SMARTPHONE

SMART DPI

VIDEO GAME

INTELLIGENZA
ARTIFICIALE

REALTÀ
AUMENTATA E

REALTÀ
VIRTUALE



THE CONE OF LEARNING

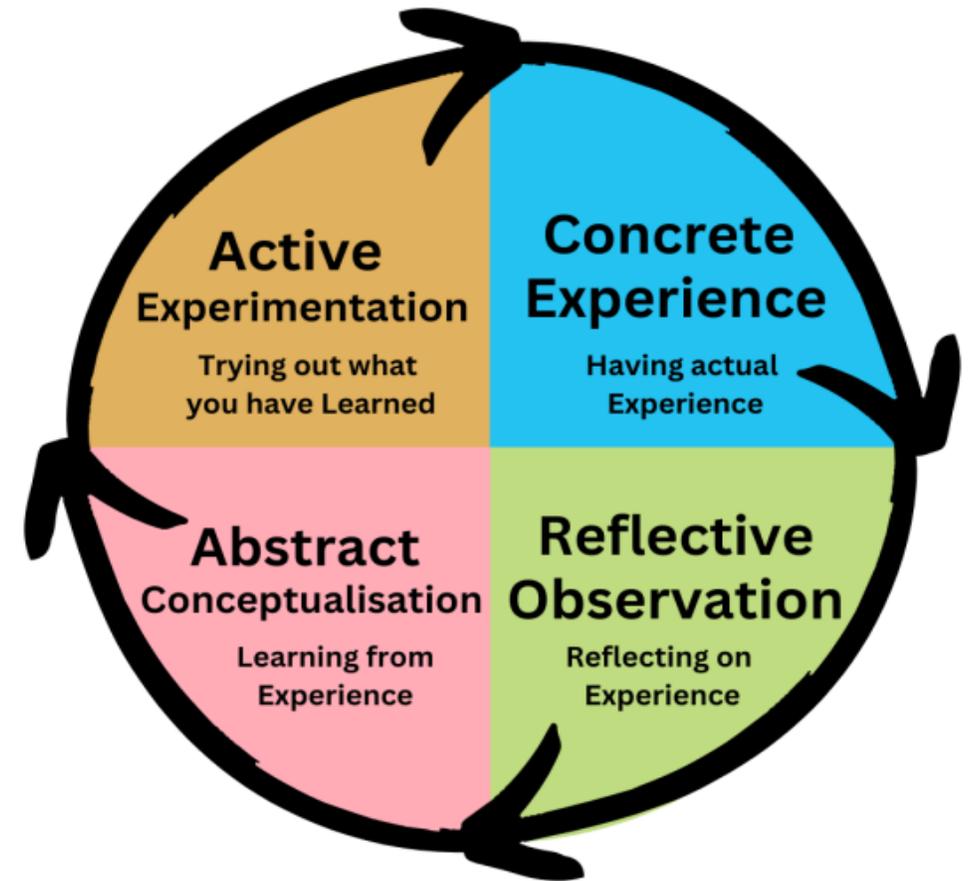
After two weeks, we tend to remember..



STILI DI APPRENDIMENTO



APPRENDIMENTO ESPERENZIALE Kolb's Learning Cycle



LABORATORIO ESPERIENZIALE: Sperimenta l'errore...





LABORATORIO IMMERSIVO SULLE APNEE NOTTURNE



Apnee notturne: un viaggio
immersivo per conoscere il
rischio strada



ISTITUTO NAZIONALE PER L'ASSICURAZIONE
CONTRO GLI INFORTUNI SUL LAVORO



Inquadra il QR CODE
Accedi all'APP SLeepOSA e
Inizia subito il test
per sapere se sei a rischio OSAS!



INAIL



PROGETTO BRIC INAIL 2018 ID4

SLeep@SA - Salute sul Lavoro e Prevenzione delle Obstructive Sleep Apnea: un'epidemia silenziosa

Agnese Martini, Emma Pietrafesa (Inail, Dimeila), Antonella Polimeni (Sapienza Università di Roma)

LABORATORIO IMMERSIVO SUL RISCHIO STRADA



mobilità e salute

ANTEPRIMA PRESENTAZIONE LABORATORIO VIRTUALE
"GUIDA SICURA"

Il prodotto è stato sviluppato all'interno del
Progetto di ricerca BRIC 2022 ID 06 OSH-RO@D



*Associati a esiti più gravi, necessari ulteriori sforzi per prevenire,
controllarne e mitigarne l'impatto*



Uso di **elementi tipici del gioco** come meccanismi, struttura, grafica, pensiero, metafore (punti e ricompense, livelli, classifiche, obiettivi ecc.) a esperienze non di gioco per rendere la partecipazione più attiva e interessante, finalizzata ad aumentare il **coinvolgimento** e a promuovere una **maggiore motivazione** durante lo svolgimento di un compito.

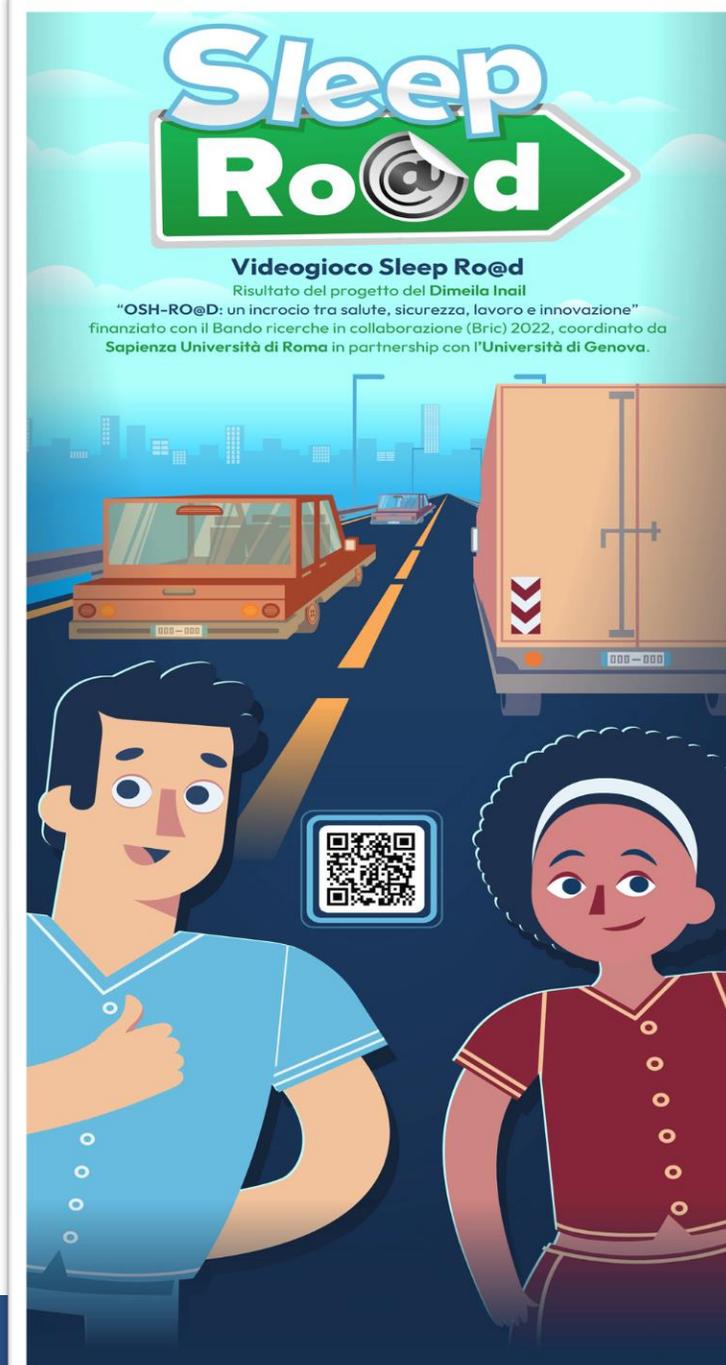


Lo scopo di ogni gioco è quello di **influenzare il comportamento psicologico e sociale** del giocatore. I giochi, grazie ai loro meccanismi cognitivi e affettivi, rendono possibile **l'apprendimento collaterale** e l'apprendimento attraverso l'esperienza (**learning by doing**) su cui si basa lo sviluppo di abilità e competenze.

SLEEP-RO@d è stato creato come **strumento digitale di in-formazione** con l'obiettivo di modificare i comportamenti e le abitudini delle persone e dei lavoratori in merito alla quantità e alla qualità del proprio sonno.



INAIL



INAIL

SAPIENZA
UNIVERSITÀ DI ROMA

Università
di Genova

MELAZETA

VIDEOGAME CRASH DETECTIVE...WORKING PROGRESS



Alla luce dei **cambiamenti tecnologici** in atto nel mondo di oggi, è importante che **nuovi modelli, strumenti,** dispositivi e tecnologie digitali vengano utilizzati per migliorare e supportare l'informazione e la formazione in SSL, stimolando il **coinvolgimento** e promuovendo una **maggiore motivazione** durante lo svolgimento di un compito

Secondo i nostri studi e sperimentazioni, in linea con la letteratura più recente, la tecnologia digitale e immersiva per l'in-formazione offre la possibilità di creare un perfetto equilibrio **tra apprendimento e intrattenimento**. I giochi sviluppano un legame sociale di qualità che fornisce aspetti contestuali e motivazionali che possono essere utilizzati per migliorare le dinamiche e le soluzioni, e in cui gli elementi educativi integrati nel gameplay o storytelling, danno la possibilità di acquisire inconsciamente nuove conoscenze ai lavoratori

Questo **comportamento attivo** sviluppa una nuova "abitudine mentale", competenze sociali ed emotive e un atteggiamento positivo e sicuro che viene poi riproposto nei contesti di vita e lavoro



Grazie dell'attenzione

e.pietrafesa@inail.it

www.oshroad.it

[Il progetto OSH-RO@D](#) [Eventi](#) [Pubblicazioni](#)

OshRoad

[Sonno e disturbi](#) [Igiene del sonno](#)

Osh-Road

Una nuova strada sicura per il riposo

Il 90% di tutti gli incidenti stradali è legato a errori umani e ad alterazioni del macrofattore "uomo" all'interno del sistema guida (ambiente-veicolo-uomo) e gli incidenti stradali lavoro-correlati costituiscono oltre il 40% di tutti gli infortuni mortali sul lavoro. Lo stato di salute o eventuale presenza di patologie acute/croniche possono ridurre o alterare la performance alla guida.

[SCOPRI GLI EVENTI →](#)

INAIL

