

SIGURNOST I ZAŠTITA NA RADU

Uređuje: Indira Aurer Jezerčić



I. Brkanović*

INA, d. d. Održivi razvoj i ZZSO
Av. V. Holjevca 10, 10 000 Zagreb

Očuvanje i unaprjeđenje zdravlja radnika INA Grupe

INA d. d., naša vodeća tvrtka, primjenjuje inovativne aktivnosti na polju očuvanja i unaprjeđenja zdravlja svojih radnika. Rezultate medicinskog i zdravstveno programiranog odmora predstavila je gđa. Ilijana Brkanović, voditeljica tima koji je ostvario ovaj hvaljen projekt.

Cjelovit i održiv pristup zdravlju radnika INA Grupe

Zapošljavanje i zadržavanje visokokvalitetnih radnika svakako je jedan od prioriteta većine poslodavaca. S obzirom na to da je ključna komponenta ljudskog kapitala upravo zdravlje jer znanje, vještine i produktivnost radnika o njemu izravno ovise, očuvanje te unaprjeđenje zdravlja radnika također ulazi u kontekst vodećih prioriteta. Vidljiva dobrobit, smanjenje odsutnosti s radnog mjesta i u konačnici sretniji i produktivniji radnik bili su temeljni motivi da se 2013. godine u Ini uvede program pod nazivom ZDRAVLJE+.

U okviru tog programa provodimo širok spektar aktivnosti u svrhu očuvanja i unaprjeđenja zdravlja naših radnika među kojima se posebno ističe i čini vrijednu poveznicu medicinski i zdravstveni programirani aktivni odmor (u daljnjem tekstu MPAO/ZPAO). Od 2013. do 2016. godine na programirani aktivni odmor unutar INA Grupe upućeno je ukupno 490 radnika.

Postupak i kriteriji odabira radnika za programirani aktivni odmor i ostala pravila

Evaluaciju zahtjeva provodi Povjerenstvo koje čine ugovorni liječnici specijalisti medicine rada, psiholog tvrtke, stručnjak zaštite na radu te predstavnik Radničkog vijeća. Radnici uz popunjeni obrazac zamolbe prilažu preporuku liječnika obiteljske medicine koja sadrži: stručno mišljenje o zdravstvenom stanju (koje se temelji na važećoj liječničkoj dokumentaciji), obvezatno, popis svih dijagnoza bolesti od kojih boluje radnik i dodatne potrebne napomene ili upozorenja. Radnici također prilažu i drugu potrebnu dokumentaciju o radnom ili zdravstvenom statusu.

Cjelokupan postupak provodi se sukladno odredbama važećeg Zakona o zaštiti osobnih podataka i reguliran je internim aktom (pravilnikom) pojedinog društva INA Grupe kojim su utvrđeni jedinstveni kriteriji za sve radnike koji su podnijeli zamolbu kako slijedi.

Prednost imaju radnici koji prvi put odlaze na MPAO/ZPAO u odnosu na one koji su već bili upućeni na MPAO. Određene su minimalne kvote od 5 % po kategorijama za svaki od programiranih aktivnog odmora i odnose se na radnike:

- koji rade na radnim mjestima s posebnim uvjetima rada,
- koji su doživjeli prepad, razbojstvo, havariju ili veću nesreću na radnom mjestu te pate od posljedica fizičkog ozljeđivanja kao i proživljenog stresnog stanja,
- koji imaju utvrđenu invalidnost po drugoj osnovi,
- branitelje sudionike Domovinskog rata i hrvatske ratne vojne invalide,
- radnike koji imaju utvrđenu invalidnost po drugoj osnovi.

U slučaju utvrđene profesionalne bolesti, svaki oboljeli radnik odlazi na MPAO.

Programirani aktivni odmor u potpunosti je na teret poslodavca. Radi ostvarivanja prava iz radnog odnosa, vrijeme provedeno na programiranom aktivnom odmoru smatra se vremenom provedenim na radu. Za sve radnike INA Grupe (koji nisu korisnici programa) kao i za sve članove obitelji radnika INA Grupe ugovorena je ove godine dodatna pogodnost, popust od 20 % na komercijalne cijene usluga lječilišta.

Procjena učinka MPAO/ZPAO-a

Uočene pozitivne promjene na području zdravlja i neizravno poboljšanje radne sposobnosti u posljednje četiri godine pratili smo uzimajući u obzir tri osnovna pokazatelja:

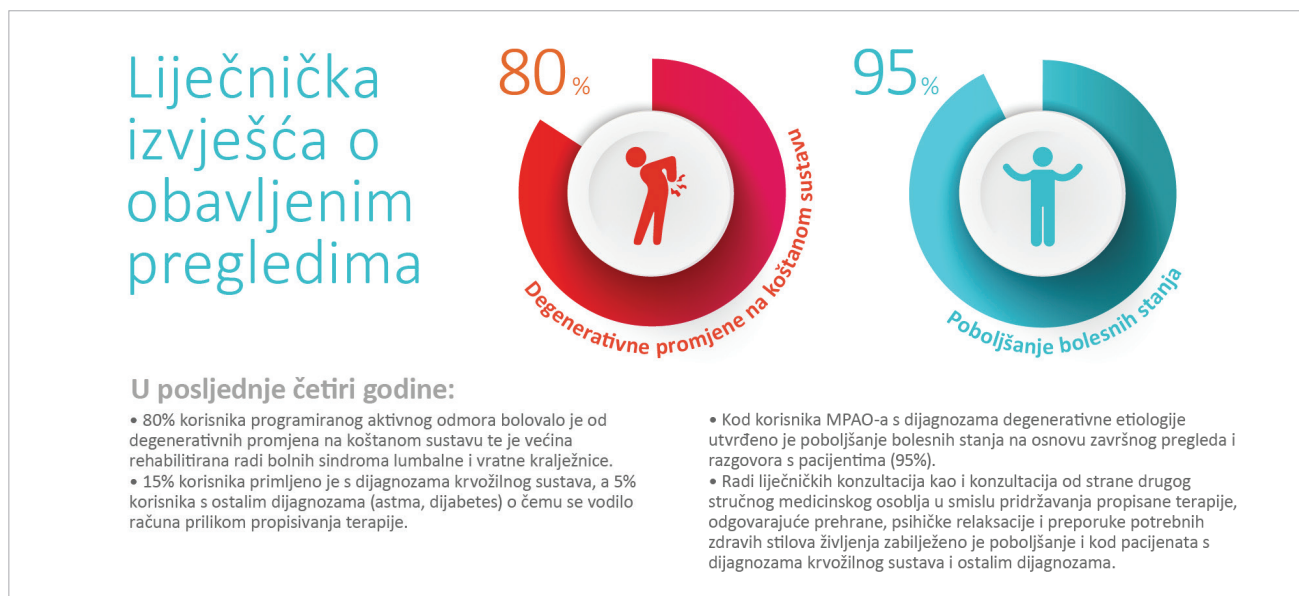
- liječnička izvješća o obavljenim pregledima (iz lječilišta/specijalnih bolnica za medicinsku rehabilitaciju),
- upitnik za procjenu učinka MPAO/ZPAO-a,
- "nemjerljive rezultate" – stalan kontakt i dostupnost radnicima korisnicima, foto i video dokumentacija.

1. Liječnički pregledi u lječilištima/specijalnim bolnicama za medicinsku rehabilitaciju

Kako bi se ugovorena usluga fizikalne terapije, kinezoterapije te fizičke i mentalne relaksacije dodatno prilagodila potrebama radnika ovisno o njihovom zdravstvenom statusu, pri dolasku se obavlja prvi liječnički pregled za sve korisnike. Pri odlasku, liječnički pregled obavljaju samo korisnici MPAO-a.

80 % korisnika programiranih aktivnih odmora u posljednje četiri godine bolovalo je od degenerativnih promjena na koštanoj sustavu te je većina rehabilitirana zbog bolnih sindroma lumbal-

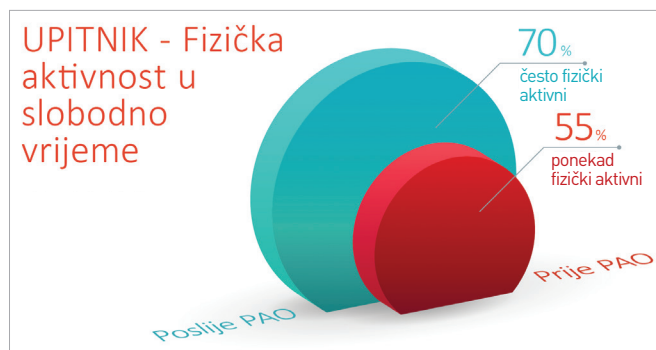
* Mr. sc. Ilijana Brkanović, prof.
e-pošta: Ilijana.brkanovic@ina.hr



Slika 1 – Najčešća oboljenja korisnika programiranog aktivnog odmora i postotak poboljšanja bolesnih stanja

ne i vratne kralježnice. Od navedene skupine 90 % korisnika imalo je ranije postavljenu dijagnozu degenerativne promjene koštano-mišićnog sustava (ujedno je to bila najčešća vodeća dijagnoza), a 10 % iz iste skupine imalo je dijagnoze vezane uz operativne zahvate na koštano-mišićnom sustavu. 15 % korisnika primljeno je s dijagnozama krvožilnog sustava, a 5 % s ostalim dijagnozama (astma, dijabetes), o čemu se vodilo računa prilikom propisivanja terapije. Kod korisnika MPAO-a s dijagnozama degenerativne etiologije utvrđeno je poboljšanje bolesnih stanja na osnovi završnog pregleda i razgovora s pacijentima (95 %).

Oni su povoljno reagirali na primijenjene postupke u smislu smanjenja bolova, povećanog opsega pokretljivosti zahvaćenih zglobova i kralježnice uz poboljšanje tonusa mišića te boljeg općeg stanja. Zbog liječničkih konzultacija kao i konzultacija od strane drugog stručnog medicinskog osoblja u smislu pridržavanja propisane terapije, odgovarajuće prehrane, psihičke relaksacije i preporuke potrebnih zdravih stilova življenja zabilježeno je poboljšanje i kod pacijenata s dijagnozama krvožilnog sustava i ostalim dijagnozama.



Slika 2 – Fizička aktivnost radnika korisnika prije i nakon primjene programa

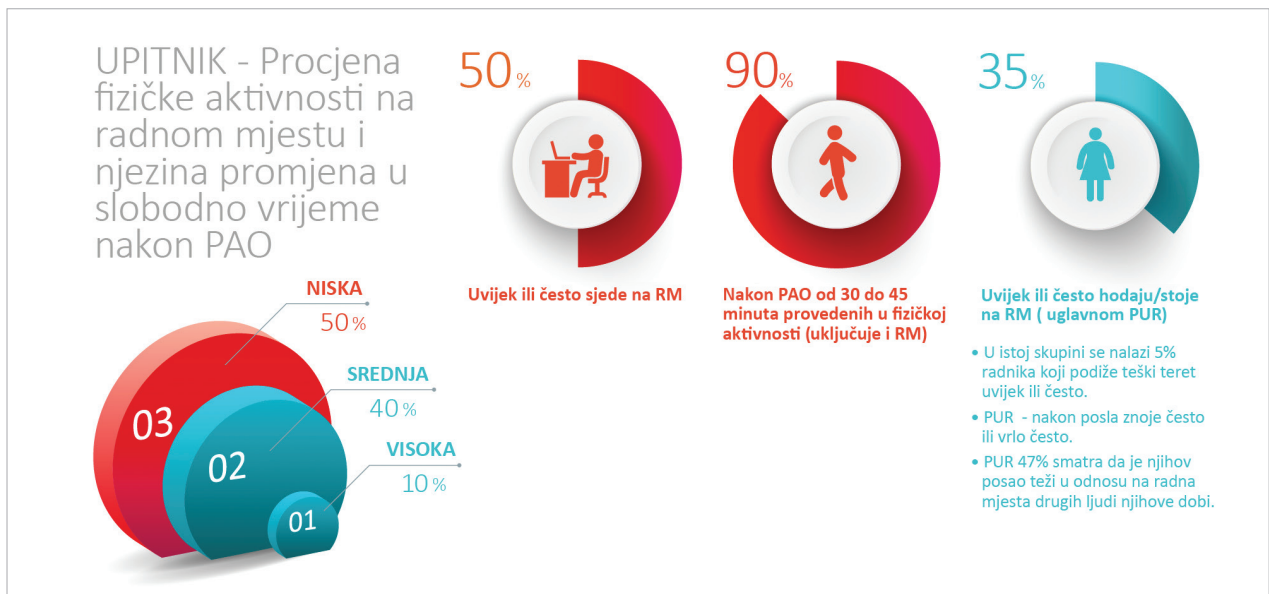
2. Rezultati upitnika za procjenu učinka MPAO/ZPAO-a

Temeljem analize upitnika koji su popunjavali radnici korisnici programiranog aktivnog odmora utvrđeni su rezultati po kategorijama kako slijedi:

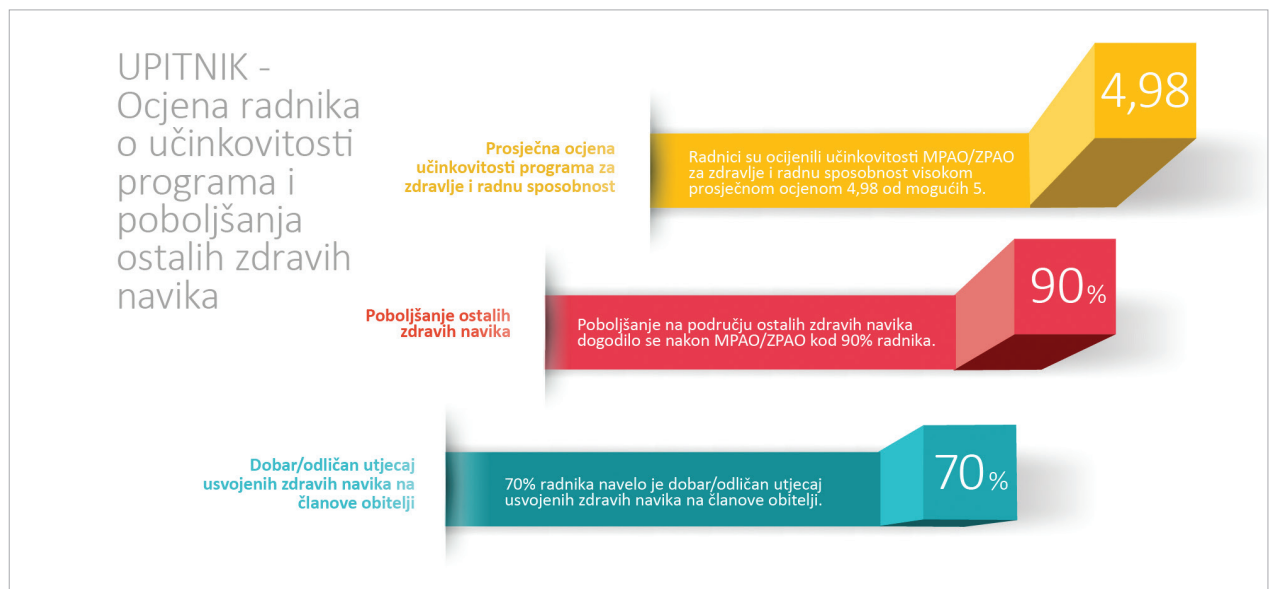
- od ukupnog broja radnika, njih 55 % u slobodno vrijeme bilo je ponekad fizički aktivno, a nakon MPAO/ZPAO-a, postotak često aktivnih radnika (šetnja ili hodanje) povećao se na 70 %.
- Za 50 % radnika utvrđeno je da uvijek ili često sjede na radnom mjestu. Unutar navedene skupine 90 % radnika započelo je s ciljanim djelovanjem te je nakon MPAO/ZPAO-a povećalo dnevne minute (od 30 min do 45 min) provedene u fizičkoj aktivnosti.
- 35 % radnika ponekad ili rijetko sjede, tj. uvijek ili često hodaju/stoje te većina od njih pripada skupini radnika zaposlenih na radnim mjestima s posebnim uvjetima rada (PUR). U istoj skupini nalazi se 5 % radnika koji podižu težak teret uvijek ili često. Uglavnom se radnici na radnim mjestima PUR nakon posla znoje često ili vrlo često. Njih 47 % smatra da je njihov posao teži u odnosu na radna mjesta drugih ljudi njihove dobi. Radnici iz navedene skupine naveli su da su fizički aktivni u slobodno vrijeme, međutim ne prakticiraju šetnje, bicikliranje ili bavljenje sportom.
- Radnici koji rade na radnim mjestima PUR kao i većina drugih ocijenili su učinkovitosti MPAO/ZPAO-a za zdravlje i radnu sposobnost visokom prosječnom ocjenom 4,98.
- Poboljšanje na području ostalih zdravih navika dogodilo se nakon MPAO/ZPAO-a kod 90 % radnika, što je kod 70 % radnika rezultiralo dobrim/odličnim pozitivnim utjecajem na članove obitelji.

3. Nemjerljivi rezultati procjene učinka MPAO/ZPAO-a

Specifično ljudska dimenzija vezana za dobrobit i pozitivnu poruku radnika korisnika programiranog aktivnog



Slika 3 – Fizička aktivnost radnika korisnika prije i nakon primjene programa te promjena razine fizičke aktivnosti u slobodno vrijeme nakon programa



Slika 4 – Ocjena radnika o učinkovitosti programa i poboljšanja zdravih životnih navika

odmora koju dobivamo kroz kontinuirane kontakte i intervju te prilikom posjeta korisnika u tijeku trajanja programa informacija je koju nastojimo učiniti što vidljivijom. Izdvajamo neke od izjava radnika korisnika usluge:

- Ivka Šurić, glavni auditor sustava upravljanja iz područja rada: "Ugodno sam se iznenadila, sve nam je ovo potrebno. Izvršno!"
- Višnja Franjić, kupac stručnjak: "Dobar potez, ljudi moraju biti posvećeni sebi i svojem zdravlju."
- Josip Adaković, viši tehničar u proizvodnji nafte i plina: "Kroz ovaj program povećava se radna kondicija i efikasnost na radnom mjestu i istodobno se potiče na daljnje bavljenje nekim aktivnostima, kao na primjer nordijskim hodanjem, koje se s izvrsnim instruktorom brzo nauči."
- Rosana Asić Pukljak, direktorica kvalitete, normizacije i intelektualnog vlasništva: "Moram pohvaliti veliku susretljivost, ljubaznost i profesionalnost osoblja, od ravnatelja, fizioterapeuta do recepcije i spremniča. Omogućeno mi je da uz vlastitu doplatu uz mene bude prisutna i moja 17-godišnja kćerka."



Slika 5 – Korisnici MPAO-a i ZPAO-a, jedan od termina tijekom 2017.

Zaključak

Liječnička izvješća o obavljenim pregledima radnika korisnika MPAO-a ukazuju na iznimno povoljne reakcije i poboljšanje zdravlja vezano za primijenjene medicinske i kineziološke tretmane.

Pozitivan učinak MPAO-a i ZPAO-a na zdravlje radnika kao i na unaprjeđenje kulture zdravog življenja utvrđen je također temeljem rezultata upitnika za procjenu učinka MPAO/ZPAO-a. Potrebno je posebno istaknuti kako su sami radnici u upitniku ocijenili učinkovitost MPAO/ZPAO-a za zdravlje i radnu sposobnost visokom prosječnom ocjenom 4,98. MPAO-om i ZPAO-om učinkovito se upravlja zdravljem i dobrobiti radnika, što ujedno ima pozitivan utjecaj i na širu društvenu zajednicu (obitelji radnika). Kao sredstvo preventivnog, kurativnog i rehabilitacijskog djelovanja programirani aktivni odmor neposredno utječe na smanjenje pobola radnika, a time i financijska opterećenja poslodavca i radnika koja nastaju uslijed odlaska radnika na bolovanje.

Referencije

- J. A. Baecke, H. J. Buremo, J. E. R. Fritjers, A short questionnaire for the measurement of habitual physical activity in epidemiologic studies, *Am. J. Clin. Nutr.* **36** (1982) 932–942.
- “Godišnje izvješće INA Grupe za 2013. godinu.”, INA, d. d., 2014., URL: <https://www.ina.hr/press-centar/publikacije/godisnja-izvjesca/104> (Pristupljeno 13. kolovoza 2017.).
- “Godišnje izvješće INA Grupe za 2014. godinu.”, INA, d. d., 2015., URL: <https://www.ina.hr/press-centar/publikacije/godisnja-izvjesca/104> (Pristupljeno 13. kolovoza 2017.).
- “Godišnje izvješće INA Grupe za 2015. godinu.”, INA, d. d., 2016., URL: <https://www.ina.hr/press-centar/publikacije/godisnja-izvjesca/104> (Pristupljeno 13. kolovoza 2017.).
- “Godišnje izvješće INA Grupe za 2016. godinu.”, INA, d. d., 2017., URL: <https://www.ina.hr/press-centar/publikacije/godisnja-izvjesca/104> (Pristupljeno 13. kolovoza 2017.).
- S. Heimer, M. Tonković-Lojović, Medicinski programirani aktivni odmori Zbornik radova savjetovanja “Naši odmori” Ferial, 1984., Zagreb.
- M. Mišigoj-Duraković et al., Tjelesno vježbanje i zdravlje (Physical Exercise and Health), University of Zagreb, Faculty of Kinesiology, 1999.
- M. Relac, Utjecaj aktivnog odmora na neke funkcionalne sposobnosti organizma, 1974., izv. br. 1.
- M. Tonković-Lojović, S. Heimer, E. Žuškin, Znanstvene osnove i doktrinarni stavovi o provođenju medicinski programiranih aktivnih odmora, *Arh. hig. rada toksikol.* **41** (2) (1990) 225–232.



Faculty of Food Technology
University of Josip Juraj Strossmayer in Osijek
Croatian Society of Chemical Engineers
European Federation of Food Science & Technology
European Association for Chemical and Molecular Sciences
European Hygienic Engineering & Design Group

International conference
17th Ružička days
TODAY SCIENCE –
TOMORROW INDUSTRY

September 19th – 21st, 2018
Vukovar, Croatia

www.ptfos.unios.hr/ruzicka/