



KAIKIN KEINOINKO

työpaikkaterveyden edistämistä?

Toimenpidesuosittelusten analyysi käyttäytymistieteellisestä näkökulmasta

Tuija Seppälä, Nelli Hankonen, Eveliina Korkiakangas,
Johanna Ruusuvaori, Jaana Laitinen

Miksi työpaikkaterveyden edistämistä?



Työpaikkaterveyden edistäminen lisää työturvallisuutta ja työn tuottavuutta.

Työpaikat ovat tärkeitä terveyden edistämisen areenoja.

Mitä työpaikkaterveyden edistäminen on?



Lakisääteistä työntekijöiden, työnantajien, työsuojeluorganisaation ja työterveyshuollon yhteistyötä terveyden, työhyvinvoinnin ja työkyvyn edistämiseksi sekä työkyvyttömyyden ehkäisemiseksi. Esimerkiksi keinoja, joilla työpaikka tukee terveellisiä valintoja.



Tutkimme, miten työpaikoilla terveelliseen ravitsemukseen ja fyysiseen aktiivisuuteen liittyvissä suosituksissa on hyödynnetty käyttäytymisen muutoksen edistämisen keinoja. Analyysin teoreettiset viitekehykset olivat:

- käyttäytymismuutospöytä (BCW)
- teoreettisten aihealueiden viitekehys (TDF)
- käyttäytymisen muutostekniikoiden taksonomia (BCT).

(Michie ym. Implementation Science 2011;6:42; Michie ym. Ann Behav Med. 2013;46(1):86; Cane ym. Implementation Science 2012;7:37.)

Käyttäytymistieteellisen tiedon hyödyntäminen esim. terveyspolitiikan tekemisen prosessissa nähdään yhä suotavampana (EU komissio 2016).

Analysoidut kansalliset suositukset:

Suomalaiset ravitsemussuositukset (2014)



Lihavuus laskuun. Hyvinvointia ravitsemuksesta ja liikunnasta - Kansallinen lihavuusohjelma (2013)



Joukkoruokailun kehittäminen Suomessa (2010)

Muutosta liikkeellä – valtakunnalliset yhteiset linjaukset terveyttä ja hyvinvointia edistävään liikuntaan 2020 (2013)

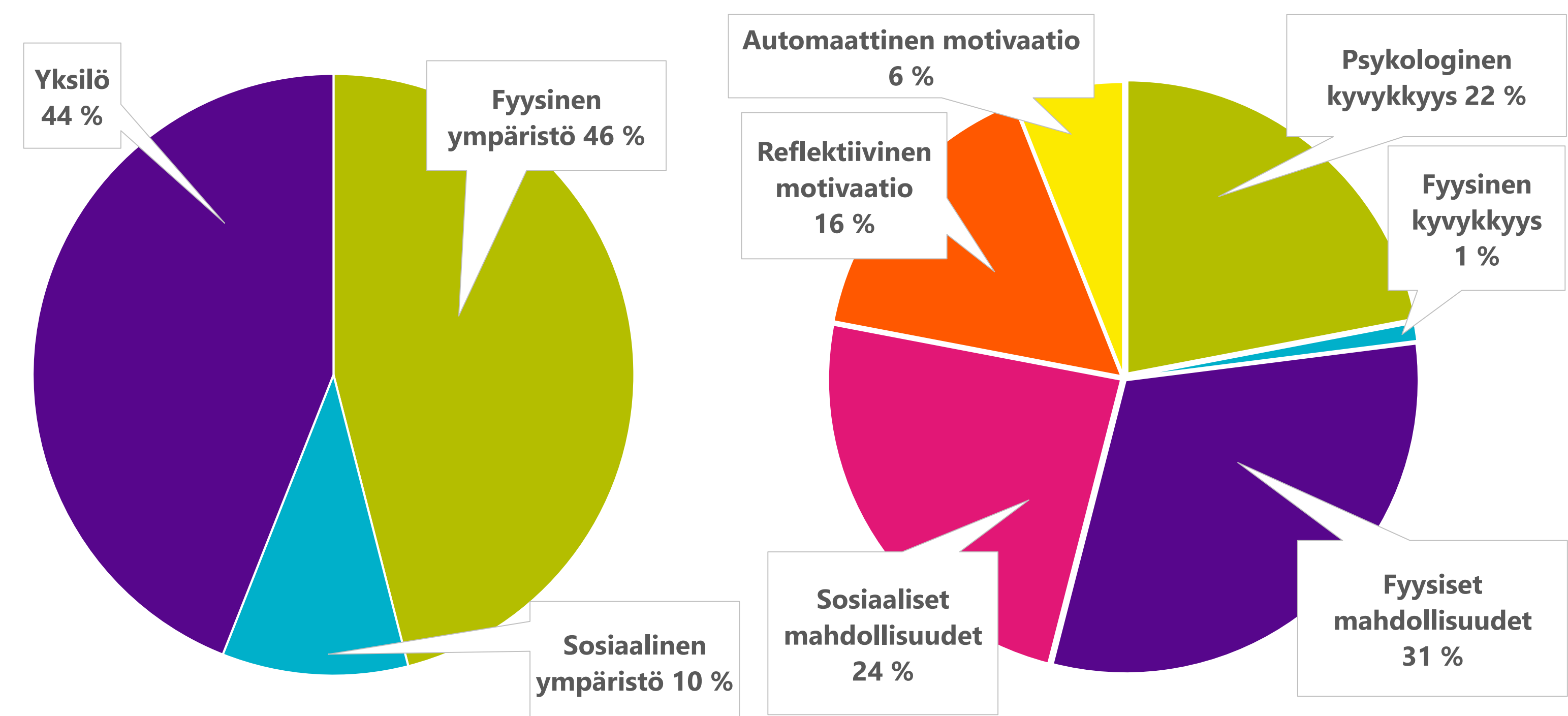


Istu vähemmän – voi paremmin -Kansalliset suositukset istumisen vähentämiseksi (2015)

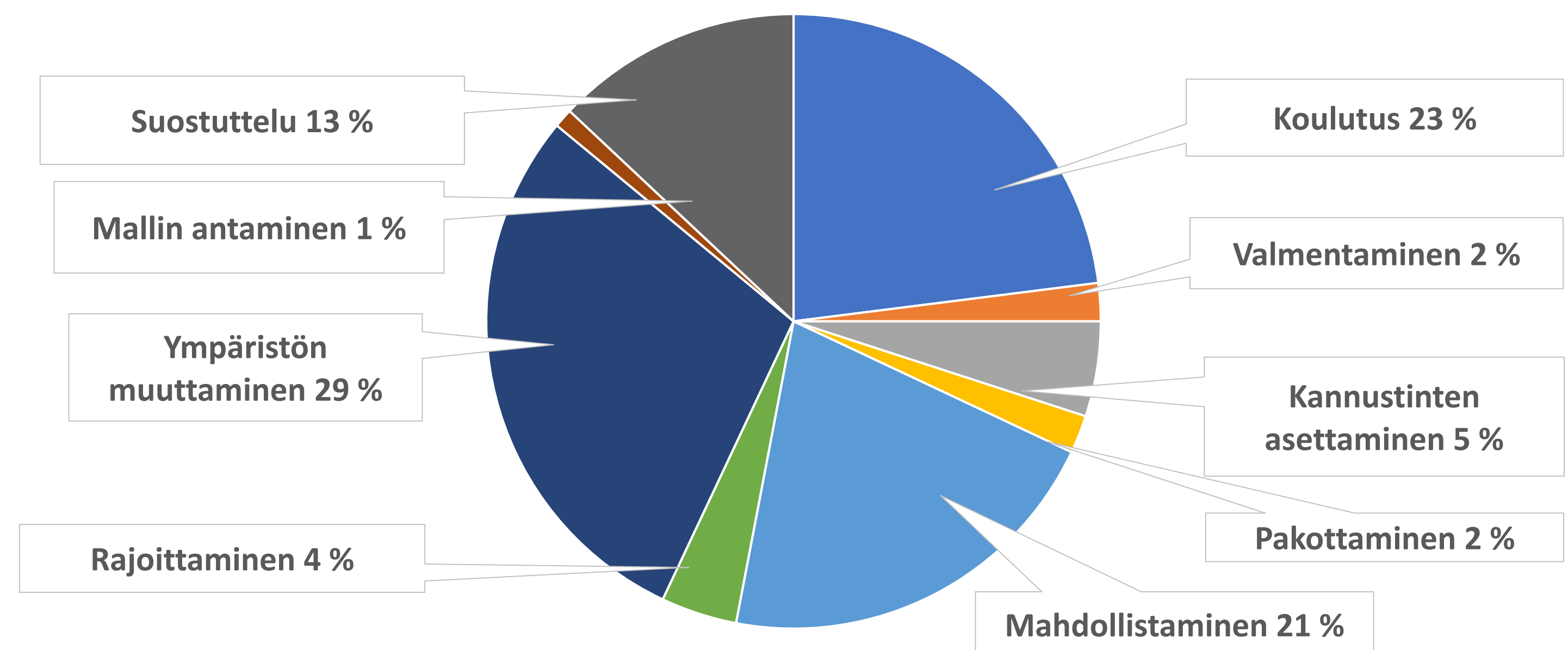
Hyvä työterveyshuoltokäytäntö. (2014)

Tulokset

Mihin pyritään vaikuttamaan?



Miten pyritään vaikuttamaan?



Johtopäätökset analysoiduista suosituksista

- Työyhteisö sosiaalisena ympäristönä on alihyödynnetty mahdollisuus terveellisten elintapojen edistämiseen.
- Tiedon jakaminen ja ympäristön muuttaminen korostuivat, vaikka ne eivät yksin riitä terveellisten elintapojen omaksumiseen.
- Tunteiden, optimismin, tavoitteiden asettamisen ja toiminnan suunnittelun osuus on pieni, vaikka ne voisivat tehostaa vaikuttamista.
- Sosiaalinen tuki rajoittui pääosin terveydenhuollon ammattilaisilta saatuun tukeen.
- Ammattiroolin ja ammatillisen identiteetin hyödyntäminen puuttuu kokonaan, vaikka se on tärkeä terveyden edistämisen keino työpaikoilla.

Tämä tutkimus: Seppälä ym. 2017. National Policies for Promotion of Physical Activity and Healthy Nutrition in the Workplace Context: The Behavior Change Wheel Guided Content Analysis of Policy Papers in Finland. *Submitted*.