**Asiantuntijalausunto eduskunnan työelämä- ja tasa-arvovaliokunnan kuulemiseen**

**Teema: Työhyvinvointi 9.3.2017 erikoistutkija Eveliina Korkiakangas**

Työpaikka on tärkeä terveyden edistämisen areena. Terveyden edistäminen työpaikalla on keino työkyvyn ja hyvinvoinnin edistämiseen. Terveelliset elintavat ovat keskeisessä roolissa sairauslomien ja ennenaikaisten eläköitymisten ehkäisemisessä ja työurien pidentämisessä. Nykytilanteessa työpaikkojen toimenpiteet ja sitoutuminen terveyden edistämiseen eroavat eri aloilla ja työpaikoilla. Myös työpaikkatoimijoiden yhteistyö terveyden edistämiseksi työpaikalla on eritasoista (työntekijät, johto, työterveyshuolto, työsuojelu).

Parhaimmillaan työpaikkatoimijat määrittävät ja kehittävät yhdessä terveyden edistämisen painopisteet ja käytännöt, jolloin kaikki osapuolet sitoutuvat niihin. Työympäristöä voi hyödyntää enemmän terveyden edistämisen kontekstina. Siksi tarvitaan yhtenäiset näyttöön perustuvat terveyden edistämisen suositukset työpaikoille. Terveyden edistämisen suositukset voivat tehostaa työikäisten terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä, vähentää eriarvoisuutta ja kaventaa terveyseroja. Keskeistä on työn vaikutusten ja vaatimusten liittäminen terveyden edistämiseen. Työn vaatimukset ja vaikutukset huomioimalla voidaan edistää työstä palautumista, työvireyttä, terveyttä, työkykyä ja hyvinvointia sekä ehkäistä työtapaturmia. Työpaikoille tarvitaan työpaikkakohtainen terveyden edistämisen suunnitelma osaksi työterveyshuollon toimintasuunnitelmaa ja/tai osaksi työsuojelun toimintaohjelmaa. Suunnitelma perustuu ammattialan ja työpaikan tarpeisiin ja rakentuu työpaikkatoimijoiden yhteistyössä. Toimenpiteet terveyden edistämiseksi ovat tärkeitä työuran eri vaiheissa. Koulutuksessa saadut työkyvyn ylläpitämisen valmiudet voivat tasata terveyseroja.

Työikäisillä on runsaasti tietoa terveellisten elintapojen merkityksestä terveydelle ja sairauksien ehkäisylle, kun taas niiden merkitys työstä palautumisen ja työkyvyn näkökulmasta on vieraampi asia. Tieto ei yksin riitä terveyden edistämisen toimenpiteeksi. Tutkimme, miten työpaikoilla terveelliseen ravitsemukseen ja liikuntaan liittyvissä suosituksissa on hyödynnetty käyttäytymisen muutoksen edistämisen keinoja. Tarkastelimme suosituksia käyttäytymistieteellisen viitekehyksen kautta ja analysoimme, minkälaisia ovat toimenpidesuositukset terveellisen ravitsemuksen ja fyysisen aktiivisuuden edistämiseen sekä istumisen vähentämiseen työpaikkaterveyden edistämisen kontekstissa, ja mihin käyttäytymisen osatekijöihin suosituksissa pyritään vaikuttamaan ja minkälaisilla toimenpiteillä muutoksia tavoitellaan.

Suositukset kohdistuivat pääosin yksilöön ja fyysiseen ympäristöön. Suositukset kohdistuivat vain harvoin sosiaalisen ympäristön muuttamiseen, kuten työyhteisön tarjoaman sosiaalisen tuen kehittämiseen. Elintapakäyttäytymisen muutoksessa tärkeäksi todettu sosiaalinen tuki miellettiin lähes yksinomaan terveydenhuollon asiantuntijoilta saaduksi ohjaukseksi ja neuvonnaksi. Toimenpidesuosituksissa painottuivat erityisesti fyysisen ympäristön muuttaminen sekä kouluttaminen. Ammattiroolin ja ammatillisen identiteetin hyödyntäminen puuttuu kokonaan. Työpaikka on tärkeä terveyden edistämisen ympäristö, minkä vuoksi työstä palautumisen, työkyvyn ja työyhteisön merkitysten tulee ilmetä poliittisissa toimenpidesuosituksissa.

- Työpaikoille tarvitaan yhtenäiset suositukset terveyden edistämiseksi ja työpaikkakohtainen terveyden edistämisen suunnitelma.
- Työntekijöiden valmiuksia omasta työkyvystä huolehtimiseen osana ammattitaitoa tulee tukea työuran kaikissa vaiheissa.
- Työpaikka on tärkeä terveyden edistämisen ympäristö, minkä vuoksi työstä palautumisen, työkyvyn ja työyhteisön merkitysten tulee ilmetä jatkossa myös poliittisissa toimenpidesuosituksissa.