

Stress, agenzia Ue: nel 2020 sarà la prima causa di malattia

di [Silvia Sperandio](#) 5 novembre 2014

[weet](#) [in](#) [Condividi](#) [stampa](#)

Stress da lavoro. Colpisce un lavoratore su quattro. Ma si può combattere, risparmiando 3 miliardi di euro l'anno. L'indagine della Fiaso

il risultato che si potrebbe ottenere adottando in tutti i posti di lavoro italiani quanto è stato sperimentato per 4 anni in 19 strutture sanitarie con 65 mila operatori. Con adeguate misure antistress le assenze per malattie scenderebbe infatti del 30%, con un aumento del 27% della produttività e una crescita del 47% della customer satisfaction.

Che cos'è lo stress

SEYLE – «Sindrome generale di adattamento» (1956):

Risposta aspecifica e generalizzata a qualsiasi richiesta proveniente dall'ambiente
= reazione da stress



Che cos'è lo stress lavoro correlato

NIOSH - National Institute for Occupational Safety and Health (1999)

«Lo stress dovuto al lavoro può essere definito come un insieme di reazioni fisiche ed emotive che si manifesta quando **le richieste poste dal lavoro non sono commisurate alle capacità, risorse o esigenze del lavoratore.**»

Lo stress connesso al lavoro può influire negativamente sulle condizioni di salute e provocare persino infortuni».

MODALITÀ PER LA VALUTAZIONE
DEL RISCHIO STRESS
LAVORO-CORRELATO

Manuale ad uso delle aziende
in attuazione del d.lgs. 81/2008 e s.m.i.



CERCHÉ

GIAMENTI DI "FUGA" DAL LAVORO

- Intolleranza del posto di lavoro assegnato
- Crisi depressive
- Ritardato ritorno da vacanze, permessi, missioni
- Sonnolenza sul lavoro

MENTO DELLA PERFORMANCE

- Incapacità a completare il lavoro o a rispettare i termini di consegna
- Diminuita capacità direttiva dei manager

OLTA' NELLE RELAZIONI INTERPERSONALI

- Esagerata critica dei superiori
- Mancanza di socializzazione
- Insufficiente comunicazione di informazioni
- Eccesso di competitività



Dal «Documento per un consenso sulla valutazione, prevenzione e correzione degli effetti nocivi dello Stress da lavoro», SIMLII, 2005

Comportamenti "sintomatici" indicativi di situazioni di stress

MANIFESTAZIONI MORBOSE DELLO STRESS

- Comparsa di atteggiamenti trasandati
- Convalescenze lunghe e complicate
- Recrudescenza di disordini da stress
- Abuso di sostanze
- Artrite
- Dipendenza dall'alcol
- Atopia: dermatologica o respiratoria
- Uso di droghe
- Ulcera peptica
- Eccessivo ricorso a farmaci
- Cefalea incontrollabile
- Eccessiva dipendenza da tabacco
- Aumento dell'acne nei giovani
- Timore dei viaggi di lavoro
- Disordini dermatologici persistenti
- Atteggiamenti autodistruttivi e c...

MANIFESTAZIONI VARIE

- Comportamenti antisociali dell'adulto
- Problemi psicologici dei figli
- Furti
- Comportamenti sleali
- Cleptomania
- Isolamento sociale
- Eccesso di piccole illegalità
- Eccessivo ricorso alla tutela assic...

Stressor

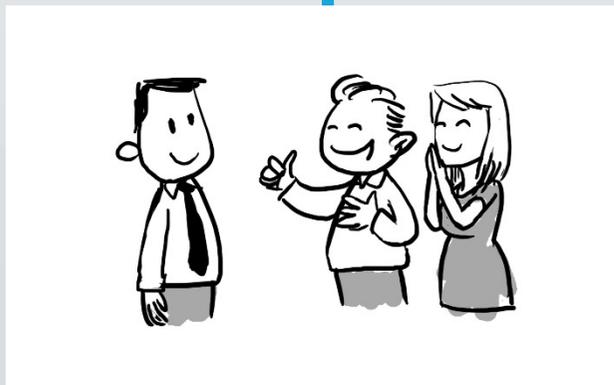
- ▶ Poco da fare
- ▶ Rigidità dei compiti
- ▶ Assenza conflitti di ruolo
- ▶ Responsabilità nulla

- ▶ Troppo da fare
- ▶ Ambiguità dei co
- ▶ Esasperazione co
- ▶ di ruolo
- ▶ Responsabilità eccessiva

DISTRESS

DISTRESS

EUSTRESS



Che cos'è il Burn-Out

Dall'inglese
significa «bruciato», «esaurito», «scoppiato»



FELTON - (1998)

- ▶ **Esaurimento fisico o emotivo**, di solito causato da stress lavorativo cronico non adeguatamente gestito.
- ▶ Si riscontra più frequentemente fra gli addetti a professioni comportanti un servizio costantemente a contatto con persone in stato di “bisogno” (*helping professions*), caratterizzate da forti **condizioni stressanti e pressanti** o **implicazioni relazionali molto accentuate** (ambito: sanitario, sociale, sicurezza, incolumità, tutela di un bene dell'individuo)

Sindrome del Burn-out

Percorso multifattoriale



- ➔ **Esaurimento emotivo**
- ➔ **Depersonalizzazione**
- ➔ **Ridotta realizzazione personale**





«Empowerment»

- ▶ **Necessaria consapevolezza dell'esistenza di fenomeni psicosociali:** se si interviene tempestivamente con un'adeguata assistenza medica o psicologica, si evita che si inneschino meccanismi più complessi e difficili da gestire.
- ▶ **Accrescimento degli operatori:** implementare le capacità di **individuazione, prevenzione e gestione** delle situazioni a rischio, e adozione di provvedimenti organizzativi idonei ad eliminare i «fattori scatenanti».
- ▶ **Educazione degli utenti:** fondamentale **l'informazione degli utenti e la comunicazione** in ogni fase del percorso di «cura» in senso ampio.
- ▶ Necessarie segnalazioni di **QUALUNQUE tipo di violenza** attuata con tutti i mezzi oggi disponibili. Gli **interventi** devono partire da una approfondita **conoscenza del fenomeno**.

Bibliografia, Documenti, Norme

- ▶ Alessio L., Franco G., Tomei F., «Trattato di Medicina del Lavoro», PICCIN, 2015.
- ▶ Di Bisio C., in Psicologia della sicurezza sul lavoro. Rischio, benessere e ricerca del significato, Giunti Organizzazioni Speciali, 2009.
- ▶ Dominici R., «Valutazione e prevenzione dello stress lavoro-correlato. Modelli e strumenti operativi per intervenire sul disagio lavorativo», Franco Angeli, 2011.
- ▶ D. Lgs 81/2008 Testo Unico su Salute e Sicurezza sul lavoro.
- ▶ Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro: <https://osha.europa.eu/it>.
- ▶ ILO (International Labour Organisation), Convenzione n. 190, «Convenzione sull'eliminazione della violenza e delle molestie nel mondo del lavoro», 2019.
- ▶ INAIL, «La metodologia per la valutazione e gestione del rischio stress lavoro-correlato», 2017, disponibile al link <https://www.inail.it/cs/internet/comunicazione/pubblicazioni/catalogo-generale/pubbl-la-metodologia-per-la-valutazione-e-gestione.html>.
- ▶ Ministero della Salute, Raccomandazione n. 8 "Per prevenire gli atti di violenza a danno degli operatori sanitari", novembre 2007.
- ▶ Rosina B., Sicora A., «La violenza contro gli assistenti sociali in Italia», Franco angeli, 2019.
- ▶ SIMLII (Società Italiana di Medicina del Lavoro e Igiene Industriale), «Documento per un consenso sulla valutazione, Prevenzione e correzione degli effetti nocivi dello Stress da lavoro», 2005.
- ▶ Sottogruppo del Tavolo del Patto della Professione composto da: Del Principe P., Gianmario Gazzi G(CNOAS), Sicora A. (AIDoSS), Povero G.(AssNAS), Pirola B(SoStoSS), Giribaldi M.A.(SUNAS), Indicazioni e strumenti per prevenire e affrontare il rischio di violenza nei confronti dei professionisti dell'aiuto «Vademecum ad uso di amministratori, datori di lavoro responsabili e componenti dei Sistemi di Prevenzione e Protezione, professionisti e loro rappresentanti».