

Valutazione e prevenzione psicologica dello stress lavoro-correlato.

Comma 1-bis art. 28 D.lgs 81/2008 (modificato dall'articolo 18 del d.lgs. n. 106 del 2009)

la valutazione dei rischi dei luoghi di lavoro, deve riguardare tutti i rischi

per la sicurezza e la salute dei lavoratori

, ivi compresi quelli riguardanti gruppi di lavoratori esposti a rischi particolari, tra cui anche i rischi collegati allo stress lavoro-correlato. Vari studi in Italia ed all'estero condotti su operai ed impiegati (controllati in ASL ed in ospedali), pubblicati sulle riviste mediche mostrano che nei lavoratori meno appagati dal proprio dirigente, aumentano i sintomi di stress e la percentuale di infarto: la permanenza dello stesso datore di lavoro, (percepito come poco adatto al proprio ruolo di manager)

accresce i rischi di malattie cardiache.

E' fonte di stress anche il sentirsi sottovalutati da un capo ingiusto, egoista e incompetente; tale stress psicologico comporta e favorisce la depressione delle motivazioni che sfocia nella vita sedentaria ed in comportamenti antigienici che si accompagnano all'abuso di alimenti ipercalorici, alcol e fumo.

Alcune persone più deboli e fragili o le persone con un'aggressività repressa, per effetto di componenti ed aspetti caratterologici ed intellettivi individuali, risultano più sensibili, insofferenti, impazienti e reattive alle condizioni avverse che si determinano sul posto di lavoro e quindi si ammalano maggiormente per lo stress.

L'aumento della pressione sanguigna (protratto nel tempo) riscontrato nei dipendenti esposti allo stress, sarebbe uno dei principali fattori di rischio-infarto.

Un lavoratore europeo su quattro sarebbe sofferente di stress e la metà di tutte le assenze per malattia sarebbe imputabile allo stress.

Mettendo a norma l'azienda attraverso l'applicazione delle nuove disposizioni di legge sulla sicurezza del lavoro (prevenzione dello stress lavoro-correlato) le imprese conseguiranno dei vantaggi economici e gestionali.

Mediante la sorveglianza sanitaria del medico del lavoro e dello psicologo i datori di lavoro, i lavoratori e i loro rappresentanti iniziano un processo di osservazione continua, di consapevolezza e di analisi dei fattori dello stress e dell'insorgenza di sintomi di affaticamento, a tutto vantaggio del miglioramento del rendimento del lavoratore.

Ogni azienda, eseguendo l'analisi di tutti gli elementi della sua organizzazione, deve stilare un protocollo per la prevenzione del rischio stress lavoro-correlato, al fine di ottenere il miglioramento dell'autostima psicologica e della concentrazione dei lavoratori e di prevenire anche il morbo di burnout, l'irritabilità, l'eccitazione, l'iperattività comportamentale, il mobbing, l'assenteismo, a tutto vantaggio dei dipendenti e dell'aumento della produttività.

Valutazione e prevenzione dello stress lavoro-correlato nelle aziende.

Il datore del lavoro in sintonia col medico competente (medico del lavoro) lo psicologo aziendale, i lavoratori e l'RSPP provvede a:

-
- comunicare e spiegare diffusamente gli obiettivi salutari, benefici e condivisibili delle iniziative, utilizzando avvisi, manifesti, opuscoli, dischetti e vignette sull'avvio della valutazione e prevenzione dello stress lavoro-correlato,
- recepire tutte le informazioni utili alla sicurezza ed al miglioramento delle condizioni lavorative,
- delegare il medico competente e lo psicologo a proseguire per tutto l'anno con controlli, verifiche, diagnosi e prescrizioni, cadenzati nel tempo, al fine di individuare ed eliminare il cosiddetto "rischio residuo".

L'osservazione dei sintomi dello stress lavoro-correlato in azienda.

Il datore del lavoro in sintonia col medico competente (medico del lavoro) lo psicologo aziendale, i lavoratori e l'RSPP, dispone:

-
- la realizzazione di interviste strutturate mirate, l'applicazione di questionari e colloqui informali con i dipendenti,
- l'effettuazione (previa adesione volontaria) di controlli e visite mediche,
- l'esame di statistiche, conteggi, valutazioni, confronti (rivendicazioni, proteste, assenteismo, incidenti, abbassamento del rendimento e della qualità della lavorazione).

La preparazione tecnica del documento del rischio stress lavoro-correlato.

Il datore di lavoro dà mandato, alla commissione tecnica antirischio interna dell'azienda, integrata da medico competente (medico del lavoro) e dallo psicologo, di preparare il documento annuale sullo stress lavoro-correlato e in sintonia con l' RSPP ed i lavoratori.

Il Documento Valutazione Rischi (DVR), corredato da una checklist, diventa strumento protocollare di guida dell'attività antirischio e di verifica del processo, teso ad assicurare la correttezza delle procedure e a controllare e verificare gli obiettivi raggiunti, avendo nella lista di controllo (checklist) un elenco esaustivo delle cose da fare e da verificare per ottimizzare la prevenzione del rischio:

-
- tutte le norme e le prescrizioni di legge sullo stress lavoro-correlato,
- l'elenco (checklist) di tutti i rischi fissi analizzati dettagliatamente,
- l'elenco (checklist) di tutti i rischi legati agli errori possibili, analizzati dettagliatamente,
- l'elenco dei sintomi più comuni indicanti l'insorgenza di problemi di stress da lavoro, (ansia, disattenzione, dimenticanza, irrequietezza, irritabilità, sonnolenza, sete, patologie gastrointestinali, senso di oppressione, asfissia, aumento della pressione sanguigna, irregolarità del ritmo cardiaco, abbagliamento della vista, crampi agli arti, patologie muscoloscheletriche, perdita della mira e dell'equilibrio),
- l'elenco e descrizione (checklist) di tutte le misure e le azioni interne già predisposte per eliminare o ridurre al minimo il rischio stress lavoro-correlato;
- tutti gli avvertimenti tecnici diretti al personale, intesi a prevenire lo stress lavoro-correlato,
- tutti gli avvertimenti intesi a migliorare ulteriormente le condizioni lavorative, (tenendo presente i dati emersi dalle precedenti osservazioni effettuate, con questionari,

interviste, colloqui e studi di settore),

- la descrizione delle procedure da effettuare in caso di manifestazioni, segni o sintomi di stress,
- la descrizione di tutti gli strumenti utilizzati per la stesura del documento per la prevenzione del rischio e di tutti i risultati registrati.

La prevenzione psicologica dello stress attraverso l'individuazione e la riduzione delle cause.

Le Cause di stress lavoro-correlato emergono dalla insufficiente accettazione del lavoro a volte per problematiche endogene del lavoratore, ma principalmente dalla insufficiente capacità di sopportazione del peso del lavoro, delle sue condizioni e della sua organizzazione.

Le cause più frequenti di stress lavoro-correlato sono le seguenti:

-
- adeguamento problematico personale al tipo ed agli obiettivi del lavoro,
- percezione dello scarso valore sociale attribuito al tipo di lavoro,
- adeguamento problematico al tipo di organizzazione del lavoro,
- adeguamento problematico alla precarietà del lavoro a causa dell'insicurezza del lavoro, della stasi e dell'incertezza nella carriera, della promozione insufficiente o della promozione eccessiva,
- adeguamento problematico all'aumento del carico di lavoro e al ritmo di lavoro,
- adeguamento problematico alle pressioni emotive elevate,
- reazione alle violenze e molestie psicologiche da parte dei colleghi,
- presenza di fattori soggettivi (percezione di una mancanza di aiuto accompagnata alla sensazione di non poter sopportare le pressioni emotive interne e sociali esterne),

- incompatibilità tra lavoro e vita privata,
- adeguamento problematico alla sede ed all'ambiente di lavoro,
- senso di isolamento,
- scarsa comunicazione, rapporti insufficienti e conflittuali con i superiori,
- incertezza di prospettive di cambiamento riguardo al futuro occupazionale e lavorativo,
- adeguamento problematico alla retribuzione bassa,
- adeguamento problematico alle caratteristiche stressanti del lavoro (ritmi di lavoro irregolari, carichi di lavoro eccessivi, turni imprevedibili o notturni , mancanza di flessibilità,

- adeguamento problematico alle condizioni ed all'ambiente di lavoro, a causa di freddo, caldo, rumore, sostanze nocive.

La quantizzazione ed il risarcimento del danno da stress lavoro-correlato.

Lo stress non è definito “un malanno”, ma una sofferenza indotta da una “esposizione” psico-fisica ad una condizione esterna avversa (negativa, intensa, prolungata, osservabile), pertanto è malessere indotto da cause esterne, (raramente è prodotto da cause interne psicosomatiche, che qui non esaminiamo).

La quantizzazione, come più volte chiarito in sede giudiziaria, deve sempre riferirsi ad un danno osservabile e, poiché il danno psichico oggi è descritto soprattutto attraverso le conseguenze funzionali organiche che comporta, perché esse sono più facilmente osservabili e descrivibili, anche il danno da stress lavoro-correlato viene individuato in riferimento ai mutamenti organico-funzionali patologici ed ai danni fisici secondari che comporta.

Pertanto, ove accertato, viene risarcito, ordinariamente, il danno fisico secondario che si evidenzia a seguito di esposizione a stress lavoro-correlato, secondo le tabelle relative alle invalidità fisiche temporanee e permanenti.

(Autore: Prof. Gennaro Iasevoli)