

## Un questionario per evitare i pericoli della sonnolenza diurna

Disponibile in rete un questionario che permette di indagare i problemi di sonnolenza e di scarsa vigilanza nei lavoratori. L'eccessiva sonnolenza diurna è una causa non trascurabile di molti infortuni lavorativi.

google\_ad\_client

Sul supplemento del numero di Luglio/Settembre 2008 del Giornale Italiano di Medicina del Lavoro ed Ergonomia è apparso un nuovo articolo che si aggiunge a quelli già pubblicati nel capitolo "**Patologie del sonno ed attività lavorativa: aspetti di interesse per il medico del lavoro**".

PuntoSicuro, dopo essersi occupato della fiopatologia del sonno, dei problemi relativi alle apnee ostruttive e ai disturbi nel sonno nel comparto del cemento e nell'autotrasporto, ha deciso di segnalare e presentare anche questo nuovo articolo dal titolo "**Un questionario sui disturbi del sonno per la sorveglianza sanitaria dei lavoratori**", scritto da F. Roscelli e M.C. Spaggiari.

---- L'articolo continua dopo la pubblicità ----



Nell'articolo si indica che è "ormai provato che il lavoro in turni, soprattutto se comprende quelli notturni, costituisce un'oggettiva condizione di stress per l'organismo, che può avere significative ripercussioni sulle condizioni di salute del lavoratore".

In particolare riguardo al lavoro notturno è in vigore il D.Lgs. 66/2003, modificato dal D.Lgs. 213/2004 e dalla Legge 133/2008, "che all'articolo 14, comma 1, stabilisce:

### Articolo 14

Tutela in caso di prestazioni di lavoro notturno

1. La valutazione dello stato di salute dei lavoratori notturni deve avvenire a cura e a spese del datore di lavoro, o per il tramite delle competenti strutture sanitarie pubbliche di cui all'articolo 11 o per il tramite del medico competente di cui all'articolo 17 del decreto legislativo 19 settembre 1994, n. 626, e successive modificazioni, attraverso controlli preventivi e periodici, almeno ogni due anni, volti a verificare l'assenza di controindicazioni al lavoro notturno a cui sono adibiti i lavoratori stessi. (...)

E le norme non prevedono esplicitamente "la sorveglianza sanitaria per chi lavora in periodi diversi, per durata o collocazione temporale", rispetto al normale "orario giornaliero".

Non è dunque fissato "un obbligo di sorveglianza sanitaria per i lavoratori che effettuano lavoro a turni, se questi non si svolgono per almeno tre ore all'interno del periodo notturno, definito come *periodo di almeno sette ore consecutive comprendenti l'intervallo tra la mezzanotte e le cinque del mattino*".

L'articolo continua affermando che "**il problema dell'eccessiva sonnolenza diurna (o comunque durante lo svolgimento dell'attività lavorativa) è fortemente sottostimato**".

Infatti spesso i lavoratori che presentano questo problema "non sono consapevoli della gravità del disturbo, in quanto l'eccessiva sonnolenza si instaura lentamente e progressivamente, venendo spesso vissuta come una condizione di normalità".

E tra l'altro la sonnolenza alla guida di un veicolo è un "fattore importante nel determinismo di incidenti stradali" e rappresenta una causa o concausa nel 20-30% degli incidenti totali.

Ricordando che "circa la metà degli infortuni mortali sul lavoro si verifica in circostanze riconducibili alla circolazione stradale", è presumibile che "l'eccessiva sonnolenza costituisca un fattore causale o concausale di una parte non trascurabile dei restanti infortuni sul lavoro".

Tenendo conto di questi elementi l'Associazione Italiana di Medicina del Sonno (AIMS) ha costituito una commissione per i rapporti con la medicina del lavoro che ha predisposto un **questionario di screening destinato al medico competente**.

Lo scopo di questo questionario è di "mettere in evidenza, durante la visita medica di sorveglianza sanitaria dei lavoratori, i possibili disturbi della vigilanza che necessitano di ulteriore approfondimento specialistico".

In particolare sono stati presi in considerazione i seguenti aspetti:

- "caratteristiche fisiologiche individuali riguardo al sonno (ipnotipo e cronotipo);
- durata, qualità e caratteristiche del sonno attuale;
- segni e sintomi evocativi di un disturbo del respiro in sonno;
- presenza di sonnolenza diurna o di colpi di sonno;
- presenza di patologie che possono causare disturbi della vigilanza;
- assunzione di farmaci e altre sostanze psicoattive;
- esposizione professionale a neurotossici;

caratteristiche del lavoro notturno o a turni".

Gli autori non solo allegano il questionario nell'articolo, che può essere dunque visionato e stampato, ma riportano alcune note esplicative in merito alle 17 domande contenute e alle 6 domande aggiuntive in caso di lavoro notturno o a turni.

L'articolo si conclude indicando che "nel corso della sorveglianza sanitaria dei lavoratori **il medico del lavoro competente non può esimersi dall'indagare la presenza di segni e sintomi di eccessiva sonnolenza diurna**, che possono rappresentare un importante fattore di rischio per incidenti stradali e infortuni sul lavoro".

Il questionario proposto richiede complessivamente pochi minuti ed è utilmente completato da "misure biometriche (indice di massa corporea, circonferenza del collo), dalla valutazione di eventuali dismorfismi cranio-facciali e dagli altri accertamenti clinicoanamnestici del caso".

In questo modo "il medico del lavoro competente può acquisire utili elementi per discriminare i lavoratori che non presentano disturbi della vigilanza da quelli che necessitano di approfondimento specialistico o richiedono un controllo periodico più ravvicinato".

"Un questionario sui disturbi del sonno per la sorveglianza sanitaria dei lavoratori", scritto da F. Roscelli (Servizio Prevenzione e Sicurezza Ambienti di Lavoro, Azienda USL di di Parma) e M.C. Spaggiari (Centro di Medicina del Sonno, Università degli Studi di Parma), in Giornale Italiano di Medicina del Lavoro ed Ergonomia, Volume XXX n°3/suppl., luglio-settembre 2008 (formato PDF, 647 Kb).



Questo articolo è pubblicato sotto una [Licenza Creative Commons](#).

[<- Sommario del numero](#)

[Articoli correlati in Sicurezza sul lavoro ->](#)