

# Lo stress lavoro correlato: campagna europea e obiettivi associativi

*I rischi psicosociali in Europa. Proposte e soluzioni del gruppo di lavoro AiFOS. A cura di F. Naviglio*

*Riportiamo la sintesi dell'intervento di Francesco Naviglio, Segretario Generale di Aifos, al Convegno "Lo stress correlato al Lavoro" che si è svolto nella Sala Consiliare Comune di Pescara. E' questo l'avvio ufficiale della Campagna Europea di Aifos quale partner ufficiale della campagna europea della sicurezza riconosciuta dall'INAIL quale focal point italiano dell'EU-OSHA.*

### **La Campagna Europea: alcuni dati e spunti di riflessione**

**Lo stress è il secondo problema di salute legato all'attività lavorativa più frequente in Europa** e, insieme ad altri rischi psicosociali, si pensa sia la causa di oltre **la metà (50-60 %) di tutte le giornate lavorative perse**.

Un sondaggio a carattere europeo ha rivelato che:

- il 51% dei lavoratori europei ritiene che lo stress lavoro-correlato sia presente nel proprio luogo di lavoro
- il 66% dei lavoratori ritiene che lo stress sia da attribuire a un eccessivo carico di lavoro
- ben 4 lavoratori su 10 pensano che lo stress non sia ancora gestito adeguatamente nell'azienda

Consapevole che la gestione dello stress correlato al lavoro è uno dei cardini per garantire la sicurezza e il benessere dei lavoratori, l'Unione Europea ha ritenuto necessario, tramite **l'Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro (EU-OSHA), lanciare per il 2014 e 2015 una campagna incentrata sulla gestione dello stress e dei rischi psicosociali sul lavoro, dal titolo " Insieme per la prevenzione e la gestione dello stress lavoro correlati".**

Pubblicità

<#? QUI-PUBBLICITA-SCORM1-[EL0140] ?#>

### **A che punto siamo in Italia?**

Alla luce delle valutazioni oggettive effettuate tramite le indicazioni della Commissione consultiva permanente, **la maggior parte delle aziende italiane - se non la totalità ? è risultata avere il "bollino verde"**, cioè una valutazione di livello basso del rischio stress.

Sappiamo invece che se approfondendo il fenomeno con la valutazione soggettiva, le indicazioni si modificano.

### **Proposte e soluzioni del gruppo di lavoro AiFOS**

**AiFOS è stata riconosciuta dall'INAIL (focal point italiano dell'EU-OSHA) quale partner ufficiale della campagna europea della sicurezza** e ha costituito un gruppo di lavoro sul tema per elaborare riflessioni e proposte, nonché organizzare momenti formativi, convegni e seminari.

Il lavoro del gruppo è incentrato sui seguenti obiettivi:

- **sensibilizzare** circa il problema crescente dello stress lavoro-correlato e dei rischi psicosociali;
- fornire e promuovere l'uso di strumenti semplici e pratici per la gestione dei rischi psicosociali e dello stress nel luogo di lavoro;
- evidenziare gli effetti positivi della gestione dei rischi psicosociali e dello stress lavoro-correlato, compresi i vantaggi economici, puntando sui concetti di organizzazione aziendale e benessere organizzativo

### ***La prima iniziativa del gruppo di lavoro: il Questionario***

**La prima iniziativa ha l'intento di promuovere strumenti ed indagini utili al posizionamento della valutazione dello SLC sul territorio nazionale.** È stato elaborato un questionario al fine di verificare come i soci AiFOS e gli operatori della sicurezza affrontano i temi dello SLC, come si percepiscono in tal senso, quale alla loro preparazione professionale, quindi anche quali aree di miglioramento emergenti.

### ***Aree di indagine del Questionario***

**? 2 aree relative allo Stress Lavoro Correlato, (importanza e utilità della valutazione SLC e l'attività valutazione SLC mediamente poste in essere dalle imprese)**

**? 1 area relativa agli interventi post-valutazione e di efficacia/efficienza degli interventi attuati**

**? 1 area relativa agli interventi innovativi di benessere organizzativo**

**? 1 area relativa alla formazione e aggiornamento dei soci AIFOS in tema di SLC**

Presto disponibile su [www.aifos.it](http://www.aifos.it)

### ***Tecnostress lavoro correlato, il Focus di AiFOS***

Nell'ambito della Campagna Europea 2014/2015, AiFOS ha deciso di **caratterizzare la propria attività in materia di stress lavoro correlato sulla specifica tematica del tecnostress lavoro-correlato.**

Il termine "Technostress" (in italiano diventato "Tecnostress") è stato coniato dallo **psicologo americano Craig Brod, autore del libro "Technostress: the human cost of computer revolution"** (1984, Addison Wesley).

### ***Quanti sono i lavoratori a rischio in Italia?***

Nel nostro paese abbiamo **7,3 milioni di lavoratori digitali** secondo l'ultimo rapporto di Assinform, che li definisce "**mobile workers**". Da una ricerca di Netdipendenza Onlus, pubblicata nel 2013, in Italia ci sono 1,8 milioni di lavoratori a rischio tecnostress lavoro correlato e Internet dipendenza. Sono categorie che usano fino a **due device mobili**, smartphone e tablet, e spesso passano da un'attività all'altra, cioè lavorano in multitasking e sempre connessi. Trascorrono anche fino a dieci ore al giorno con le nuove tecnologie digitali».

Il tecnostress è una patologia che scaturisce **dall'uso eccessivo e simultaneo di informazioni veicolate dai device** che ormai sono diventati un normale e generalizzato strumento di lavoro, oltre che di vita comune.

È un rischio che oggi è estremamente presente nei luoghi di lavoro ad alto utilizzo di strumenti informatici e device multimediali.

### ***CONCETTI CHIAVE - Tecnologia digitale accelera i pensieri***

**La tecnologia digitale è un acceleratore di pensieri.** Ogni device veicola una quantità notevole di informazioni, che attivano numerose connessioni nel cervello, che richiedono spesso un passaggio all'azione.

**Si pensa dunque più in fretta**, passando da un argomento all'altro, da un problema all'altro (fenomeno che associabile al multitasking). Una testa "piena" assomiglia a un computer senza più memoria per processare le informazioni e il rischio è andare in tilt.

### ***Sintomi e rischi per la salute***

Dunque l'esposizione eccessiva e costante alle informazioni digitali (chiamata anche information overload) può favorire l'insorgere di **disturbi e patologie** come mal di testa, ansia, ipertensione, calo della concentrazione, insonnia, attacchi di panico, depressione, vertigini, alterazioni comportamentali disturbi cardiocircolatori e gastrointestinali, stanchezza cronica.

Prendendo spunto dalla campagna europea sullo stress lavoro-correlato, Aifos ha deciso di **approfondire le tematiche connesse con i cambiamenti che si stanno verificando nell'attività lavorativa attraverso l'uso intensivo delle nuove tecnologie multimediali** e delle reti di trasmissione dati, evidenziando il **nuovo rischio lavorativo che il sovraccarico informativo e cognitivo altera le funzioni cerebrali, incide sulla salute dei lavoratori e modifica l'organizzazione del lavoro.**

### ***Come è cambiato il mondo del lavoro negli ultimi 10 anni***

Quando nel 2008, all'interno del D.Lgs. n. 81 **fece il suo ingresso** nella legislazione italiana l'obbligo di valutare lo **stress lavoro-correlato** quale fattore di rischio per i lavoratori, i consulenti in materia di sicurezza cominciarono ad improvvisarsi esperti della tematica.

Abbiamo dovuto aspettare la fine del 2010 perché la Commissione consultiva permanente elaborasse le indicazioni per procedere alla valutazione del rischio stress, e anche dopo queste le difficoltà relative ai metodi di valutazione da adottare non sono diminuite. Il rischio stress derivato anche dall'utilizzo delle tecnologie aziendali sembra un argomento ancora poco conosciuto.

**La vita, tuttavia, è più veloce delle norme.** All'epoca dell'emanazione del T.U. 81 la tecnologia mobile non era ancora così diffusa: era da poco uscito **l'Iphone (2007)** che poi ha aperto il mercato dei cellulari touch screen (che sono potenti mini computer). Non **esistevano i tablet** stile iPad. Il numero delle connessioni era minore. Le aziende non lavoravano con i social

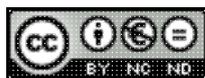
network e il commercio elettronico era in fase di sviluppo.

### ***Progetto di Buona Prassi***

AiFOS, insieme al Centro di Formazione Net Dipendenza Onlus, ha progettato e sperimentato, presso una azienda informatica che occupa oltre 80 lavoratori, un progetto di valutazione e gestione del rischio tecnostress lavoro correlato all'interno dell'azienda che costituirà la buona prassi che l'associazione presenterà per il concorso indetto dall'Agenzia Europea.

*La fasi attuative:*

- ***valutazione del rischio tecnostress lavoro correlato in azienda (bollino giallo)***
- ***percorsi formativi mirati alla prevenzione e alla gestione del rischio***
- ***verifica di controllo per evidenziare se il rischio sia stato gestito in modo efficace.***



Questo articolo è pubblicato sotto una [Licenza Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/).

I contenuti presenti sul sito PuntoSicuro non possono essere utilizzati al fine di addestrare sistemi di intelligenza artificiale.

---

[www.puntosicuro.it](http://www.puntosicuro.it)