

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 20 - numero 4239 di Venerdì 18 maggio 2018

Gestione dello stress: psicosomatica e prevenzione dei rischi

Il 4 luglio 2018 un corso a Brescia permetterà di utilizzare anche elementi e fattori di carattere psicosomatico per affrontare la prevenzione e la gestione del rischio stress nei luoghi di lavoro.

In una realtà in cui aumentano le forme contrattuali flessibili, l'incertezza del futuro, l'età dei lavoratori e il carico di lavoro, è indubbio che il **rischio stress lavoro correlato** sia una delle maggiori sfide per la salute e per la sicurezza nei luoghi di lavoro.

Il problema è che tuttavia non sempre gli strumenti per prevenire e per gestire questa tipologia di rischio, si dimostrano efficaci. E questo accade anche perché ci sono aspetti che non vengono valorizzati e di cui non si tiene sufficientemente conto, come la stretta correlazione che esiste tra stress, malattie corporee e fattori emotivi.

Pubblicità

<#? QUI-PUBBLICITA-MIM-[ACAAG09] ?#>

Come si attiva questa correlazione? Come può lo stress favorire lo sviluppo di sintomi o patologie corporee? Che ruolo hanno l'ambiente di lavoro e le relazioni in tutto questo?

La psicosomatica e la prevenzione dei rischi

Per dare una risposta a queste domande e offrire un nuovo ed efficace strumento a chi si occupa di prevenzione e gestione dello stress nelle aziende, l'**Associazione Italiana Formatori ed Operatori della Sicurezza sul Lavoro (AiFOS)** ha organizzato per il **4 luglio 2018** a Brescia un corso dal titolo "**Gestione dello stress. Elementi di psicosomatica nella prevenzione dei rischi**".

Infatti, da tempo la ricerca, in parallelo alla normativa in tema di sicurezza, sottolinea l'importanza di far prevenzione in azienda contemplando la **relazione fra individuo e ambiente/luogo di lavoro**. Partendo da questo presupposto emerge, dunque, sempre più l'esigenza di approcciarsi non solo agli aspetti tecnici ma anche a quelli psico-fisici e sociali che condizionano il benessere dell'individuo.

Il corso vuole pertanto fornire a consulenti, formatori, RSPP, un nuovo taglio nell'osservazione dei fenomeni legati allo stress, ponendo l'attenzione oltre che all'importanza delle relazioni negli ambienti di lavoro anche ai **fattori di carattere psicosomatico**.

E si pone i seguenti obiettivi:

- conoscere le modalità di attivazione dello stress;
- conoscere le strategie di coping atte a far fronte allo stress;
- conoscere alcuni elementi di base della psicosomatica;
- approfondire la relazione fra stress e sintomo corporeo.

La diffusione dello stress lavorativo e la normativa

Sono molti i dati forniti in questi anni in Europa, anche in relazione alla campagna europea 2014/2015 "Insieme per la prevenzione e la gestione dello stress lavoro correlato", incentrata sulla gestione dello stress e dei rischi psicosociali sul lavoro.

Lo stress negli ambienti di lavoro riguarda più di 40 milioni di persone nell'Unione Europea ed è all'origine della maggioranza di tutte le giornate lavorative perse. E se il 51% dei lavoratori ritiene che lo stress lavoro-correlato sia presente nel proprio ambiente lavorativo, almeno quattro lavoratori su dieci pensano che lo stress lavorativo non sia ancora gestito adeguatamente nella propria azienda.

Ricordiamo poi che a livello normativo il Decreto legislativo 9 aprile 2008, n. 81 all'articolo 28 prevede espressamente la valutazione di 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 quelli collegati allo stress lavoro-correlato'*. E che per la valutazione dello stress nei luoghi di lavoro, aspetto basilare per ogni politica di prevenzione e gestione del rischio, sono state fornite il 17 novembre 2010 alcune indicazioni elaborate dalla Commissione consultiva permanente per la salute e sicurezza sul lavoro.

Il programma del corso di Brescia

Il corso di 8 ore in presenza "**Gestione dello stress. Elementi di psicosomatica nella prevenzione dei rischi**" si terrà dunque il **4 luglio 2018** a Brescia dalle 9.00 alle 13.00 e dalle 14.00 alle 18.00 presso AiFOS Service in via Branze 45, c/o CSMT, Università degli studi di Brescia.

Gli **argomenti** del corso:

- lo stress e la sua utilità;
- lo stress disfunzionale;
- le strategie di coping;
- le principali patologie psicosomatiche;
- sintomo corporeo e prevenzione del danno.

Il corso è valido come **aggiornamento** relativo a 6 ore per RSPP e ASPP di tutti i macrosettori ATECO e 3 ore per formatori terza area tematica.

[Il link per avere informazioni e iscriversi al corso...](#)

Segnaliamo che le spese di partecipazione a convegni, congressi e simili o a corsi di aggiornamento professionale, nonché le spese di viaggio e soggiorno, sono integralmente deducibili - entro il limite annuo di 10.000 euro - come previsto dall'articolo 9 della Legge 22 maggio 2017, n° 81 (cosiddetto "*Jobs Act dei lavoratori autonomi*").

Per informazioni:

Sede nazionale AiFOS: via Branze, 45 - 25123 Brescia c/o CSMT, Università degli Studi di Brescia - tel.030.6595031 - fax 030.6595040 www.aifos.it - formarsi@aifos.it



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

www.puntosicuro.it