

## **ARTICOLO DI PUNTOSICURO**

**Anno 24 - numero 5249 di Mercoledì 05 ottobre 2022**

# **I DMS e i giovani lavoratori: quali sono i principali fattori di rischio?**

*Un documento dell'Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro riporta i risultati di alcuni studi sui disturbi muscoloscheletrici tra i giovani lavoratori. Focus su musicisti, personale sanitario, dentisti e studenti di odontoiatria.*

Bilbao, 5 Ott ? Un'analisi della letteratura scientifica sul tema dei **disturbi muscoloscheletrici** (DMS) rivela come la maggior parte degli studi sui fattori di rischio dei DMS legati al lavoro siano stati condotti su adulti senza riferimento a gruppi omogenei di età. In particolare, pochissimi studi si sono occupati specificatamente dei **giovani lavoratori**.

Questi ultimi studi si sono concentrati poi su alcuni settori occupazionali, come quello sanitario o quello musicale, probabilmente a causa della maggiore consapevolezza dei disturbi muscoloscheletrici in questi settori.

Se è vero che il sollevamento di carichi pesanti negli operatori sanitari o le posture e le tensioni nel lavoro dei dentisti o dei musicisti costituiscono importanti fattori di rischio lavorativo, è, tuttavia, sorprendente che non siano stati realizzati studi in altri settori in cui sono presenti attività fisiche pesanti, ad esempio edilizia e agricoltura, e in cui sono impiegati molti giovani.

A ricordare queste lacune e a fornire utili informazioni sui fattori di rischio e sulla prevenzione dei disturbi muscoloscheletrici nei giovani lavoratori è il documento "Musculoskeletal disorders among children and young people: prevalence, risk factors, preventive measures" (Disturbi muscolo-scheletrici tra bambini e giovani: prevalenza, fattori di rischio, misure preventive).

Il documento - a cura di Kerstin Schmidt, Paula Friedrichs, Hanna Christina Cornelsen, Paul Schmidt (BioMath GmbH, Rostock ? Germany) e Thomas Tischer (Orthopaedic Clinic & Polyclinic, University of Rostock ? Germany) ? è stato commissionato dall'Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro ( EU-OSHA) in relazione alla campagna europea « Ambienti di lavoro sani e sicuri. Alleggeriamo il carico!» sui disturbi muscoloscheletrici (DMS) nel mondo del lavoro.

Dopo aver presentato, in un precedente articolo di presentazione della pubblicazione, alcuni fattori di rischio relativi a bambini, adolescenti e giovani lavoratori, oggi ci soffermiamo sui seguenti argomenti:

- I disturbi muscoloscheletrici tra i giovani lavoratori: i fattori di rischio
- I disturbi muscoloscheletrici: personale sanitario, dentisti e musicisti
- I disturbi muscoloscheletrici: fattori psicosociali, ambientali e individuali

Pubblicità

<#? QUI-PUBBLICITA-SCORM1-[SA007] ?#>

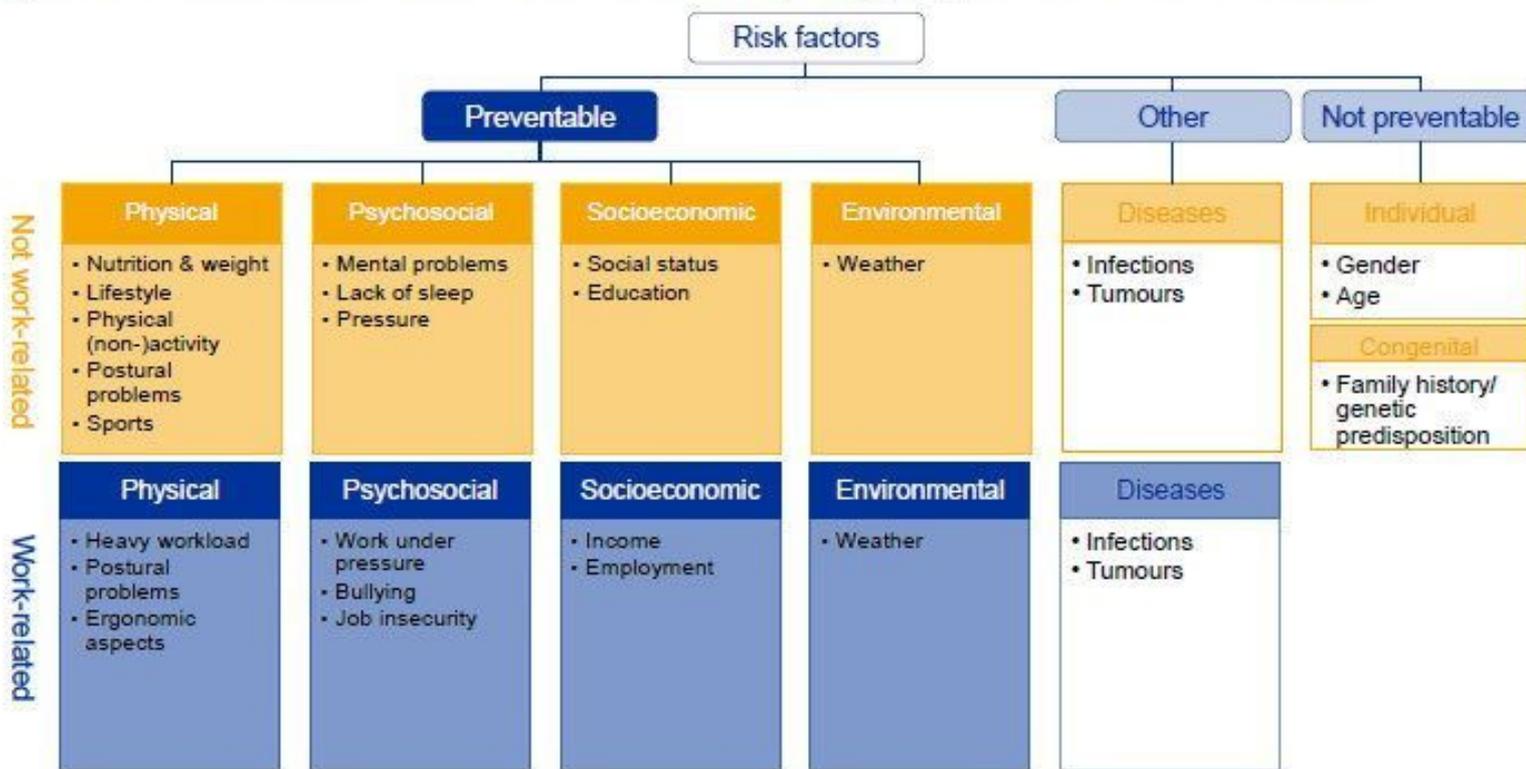
# I disturbi muscoloscheletrici tra i giovani lavoratori: i fattori di rischio

Il documento ? uno "scoping review" che fornisce una sorta di mappa della letteratura disponibile su un determinato argomento - ha raccolto i seguenti **fattori di rischio** legati al lavoro per i disturbi muscoloscheletrici nei giovani:

- fattori fisici:
  - ◊ carico di lavoro fisico (nove studi)
  - ◊ fattori legati all'occupazione/settore (lavori fisicamente impegnativi, posizioni di lavoro inadeguate, aspetti ergonomici):
- operatori sanitari (2 rassegne, 13 studi);
- musicisti (sei studi)
- fattori psicosociali (due studi)
- fattori socioeconomici (uno studio)
- condizioni ambientali (una revisione)
- fattori individuali:
  - ◊ genere (una revisione, tre studi).

Riprendiamo, su questo tema, una tabella del documento EU-OSHA:

Figure 8 Risk factors for MSDs in children and young people identified in this review



# I disturbi muscoloscheletrici: personale sanitario, dentisti e musicisti

Il documento si sofferma poi più nel dettaglio sui risultati di alcuni studi sui **fattori di rischio**.

Riguardo al **carico di lavoro fisico** alcuni studi (nel documento sono elencate tutte le fonti) hanno riscontrato un aumento significativo del dolore al collo e alle spalle nel passaggio dalla scuola alla vita lavorativa.

Le ragazze e i ragazzi adolescenti con alti livelli di esposizione a posture scomode del tronco e altre attività impegnative dal punto di vista muscolare o con esposizione significativa a rischi biomeccanici/ergonomici e ai rischi dei videotermini hanno una maggiore probabilità di incidenza del **mal di schiena**. Anche i lavoratori maschi e più giovani che lavorano per un numero di ore molto elevato presentano una maggiore prevalenza di lombalgia rispetto alle loro controparti che lavorano meno ore a settimana.

In definitiva richieste fisiche elevate, posture scomode del tronco o orari di lavoro particolarmente lunghi sono associati a disturbi muscoloscheletrici nei giovani lavoratori.

Veniamo ad alcune indicazioni rilevabili dagli studi secondo il **settore lavorativo**.

Riguardo ai cosiddetti "**professionisti della sanità**" si segnala che già tra gli studenti di medicina e infermieristica si registra un'elevata prevalenza di **lombalgia**, un dato allarmante se si considera la loro giovane età. Il collo e la parte superiore della schiena sono state le sedi più comuni dei problemi segnalati.

In particolare lo stress, il disagio psicologico, la posizione seduta tenuta durante gli studi, la stanchezza, la postura scorretta e la mancanza di esercizio fisico sono stati associati a una maggiore prevalenza di lombalgia.

Si indica poi che i lavoratori più giovani che svolgono professioni di supporto all'assistenza sanitaria presentano un rischio ancora maggiore di problemi muscoloscheletrici.

I disturbi muscoloscheletrici si verificano poi frequentemente anche tra i **dentisti** e gli **studenti di odontoiatria**.

Infatti nella professione odontoiatrica esistono numerosi fattori di rischio che si combinano e possono contribuire all'insorgenza e allo sviluppo dei DMS. Questi fattori di rischio includono, ad esempio, le continue posizioni statiche, le posture innaturali forzate, l'esecuzione di compiti con strumenti piccoli che richiedono una forza elevata, l'illuminazione intensa, il rumore e lo stress.

Il dolore muscoloscheletrico spesso inizia e continua a svilupparsi durante gli studi di odontoiatria: le sedi più frequenti di dolore riportate sono il collo, le spalle, la parte inferiore e superiore della schiena, le mani e i polsi.

Riguardo ai **musicisti** è stata studiata l'associazione tra questa professione e i disturbi muscoloscheletrici.

Ad esempio si è rilevato che l'attività dei muscoli dell'avambraccio durante l'esecuzione del pianoforte è risultata superiore a quella riscontrata nei lavoratori che utilizzano la tastiera del computer. I musicisti con sintomi prolungati di disturbi muscoloscheletrici legati al suonare presentano una maggiore prevalenza di deficit del controllo motorio scapolare e cervicale.

Si indica poi che i lavoratori più giovani presenti nell'industria edile, nell'agricoltura o impegnati in alcune attività del settore della cura alla persona (parrucchieri) presentano un rischio elevato di problemi muscoloscheletrici.

Ma, come indicato in apertura di articolo, mancano ancora molti studi relativi ai DMS nei giovani, ad esempio nelle attività con alti livelli di esposizione al rumore, alle vibrazioni, al caldo o al freddo e a fattori di lavoro fisicamente impegnativi.

## I disturbi muscoloscheletrici: fattori psicosociali, ambientali e individuali

Sempre con riferimento alle ricerche analizzate, riportiamo qualche indicazione sui **fattori psicosociali** associati ai DMS.

Si indica che, rispetto ai lavoratori più anziani, i giovani lavoratori esposti a un ambiente di lavoro ostile, a uno squilibrio tra lavoro e famiglia o all'insicurezza del posto di lavoro hanno maggiori probabilità di soffrire di **lombalgia**.

I lavoratori più giovani che hanno riferito di avere problemi connessi all'insicurezza del posto di lavoro hanno avuto la più alta prevalenza di lombalgia rispetto ai lavoratori della stessa fascia d'età esposti ad altri fattori psicosociali (squilibrio lavoro-famiglia, esposizione a un ambiente di lavoro ostile).

In ogni caso i fattori psicosociali influenzano la prevalenza dei DMS nei giovani lavoratori. Spesso le assenze per malattia dipendenti da dolori lombari sono associate a un ambiente di lavoro psicosociale poco stimolante.

Riguardo poi ai **fattori ambientali**, ad esempio legati al lavoro in periodi con alte temperature estive, alcuni studi hanno suggerito che il rischio complessivo di infortuni sul lavoro tra i giovani lavoratori (< 35 anni) aumenta con l'aumento della temperatura rispetto ai valori di riferimento, fino ad un aumento del 17,4% durante le ondate di calore.

Il documento si sofferma poi sui **fattori individuali** connessi al **genere**.

Si indica che se gli operatori sanitari di sesso maschile presentano una maggiore probabilità di soffrire di lombalgia, anche le lavoratrici impegnate in attività nei settori agricoltura, pesca, silvicoltura e assistenza sanitaria soffrono spesso di questa patologia.

Inoltre le studentesse di medicina hanno dimostrato una maggiore prevalenza di dolore lombare rispetto alle loro controparti maschili e la prevalenza di dolore è più alta tra le dentiste che tra i dentisti maschi.

Rimandiamo, in conclusione, alla lettura integrale che riporta molte altre associazioni tra fattori di rischio e DMS nei giovani lavoratori e si sofferma ampiamente anche sulle misure di prevenzione.

[Il link al sito della campagna "Ambienti di lavoro sani e sicuri. Alleggeriamo il carico!"](#)

RTM

*Scarica il documento da cui è tratto l'articolo:*

Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro, documento "[Musculoskeletal disorders among children and young people: prevalence, risk factors, preventive measures](#)" (Disturbi muscolo-scheletrici tra bambini e giovani: prevalenza, fattori di rischio, misure preventive), a cura di Kerstin Schmidt, Paula Friedrichs, Hanna Christina Cornelsen, Paul Schmidt (BioMath GmbH, Rostock ? Germany) e Thomas Tischer (Orthopaedic Clinic & Polyclinic, University of Rostock ? Germany), edizione 2021 (formato PDF, 2,7 MB).



Licenza [Creative Commons](#)

---

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