

Inail: rischi e prevenzione per chi lavora negli anni della maturità

Una pubblicazione dell'Inail si sofferma sulle problematiche dei lavoratori ultracinquantenni con particolare riferimento ai rischi e alla prevenzione sul lavoro. Le fragilità degli over 50, la normativa, le patologie più diffuse e le proposte operative.

Roma, 25 Feb ? In Europa, anche per i cambiamenti nella politica pensionistica di molti paesi, il **tasso occupazionale dei lavoratori ultracinquantenni** è destinato a crescere e rappresenterà sempre più un segmento importante della forza lavoro. Di fronte a questi cambiamenti è necessario modificare gli atteggiamenti nei confronti dell'invecchiamento e "migliorare le condizioni di lavoro soprattutto per chi è in età più avanzata, valorizzando buone prassi esistenti o creandone di nuove in materia di salute e sicurezza perché solo così sarà possibile rendere le competenze, l'esperienza e la maturità di questa categoria un *asset* di primaria importanza nel mercato e un valore aggiunto nei processi produttivi".

Pubblicità

<#? QUI-PUBBLICITA-SCORM1-[EL0330E] ?#>

A presentare questi suggerimenti è una pubblicazione del Settore Ricerca, Certificazione e Verifica - Dipartimento Processi Organizzativi dell'Inail che ha realizzato un documento dal titolo "**Lavorare negli anni della maturità - Invecchiamento attivo, salute e sicurezza dei lavoratori ultracinquantenni**", a cura di Valeria Rey, Giancarlo Sozi e Maria Castriotta.

Il manuale presenta un quadro delle tematiche più rilevanti inerenti la categoria dei lavoratori ultracinquantenni e si rivolge ad un pubblico ampio, "perché tutti, inevitabilmente, sono o saranno parte di questo scenario".

Si parte dalla distinzione tra il "concetto di anzianità e quello di maturità per soffermarsi sulla nuova concezione di invecchiamento attivo, o *Active Ageing*, che sta a significare una maturità da vivere in un contesto vitale e dignitoso all'interno di una società solidale".

Se nel **primo capitolo** si affrontano le ricadute dell'invecchiamento della popolazione sul sistema previdenziale e sul mercato del lavoro, nel **secondo capitolo** si riportano indicazioni, a partire dalle fragilità degli over 50, per una migliore gestione in termini di prevenzione delle patologie e degli infortuni partendo da una corretta valutazione dei rischi che tenga conto dell'età. Infine la salute e il benessere, la prevenzione e l'inclusione sociale sono i temi centrali sviluppati nel **terzo capitolo**: è evidenziata la stretta connessione tra benessere psico-fisico generale dell'individuo e rendimento sul lavoro.

Ci soffermiamo sul secondo capitolo, dal titolo "**Rischi e prevenzione sul lavoro**".

Si sottolinea che una "valutazione dei rischi sensibile all'evoluzione demografica dovrebbe tener conto degli aspetti legati all'età dei vari gruppi dei lavoratori, fra cui i possibili cambiamenti delle capacità funzionali e dello stato di salute nel caso degli appartenenti alla fascia con più di 50 anni. Ad esempio, per questi ultimi dovrebbe essere prestata maggiore attenzione ai requisiti di capacità fisica in relazione lavoro svolto, ai pericoli connessi al lavoro a turnazione, al lavoro in condizioni di temperatura elevata, al rumore ecc."

Se la grande maggioranza degli over 50 gode di buona salute fisica e mentale e può svolgere "un'ottima attività fino a 65-70 anni", bisogna tuttavia tener conto più che della salute, delle "capacità di svolgere il lavoro che cambia con l'età".

Se, ad esempio, i cambiamenti fisiologici legati all'invecchiamento riguardano principalmente i **sistemi cardiovascolare e muscolo-scheletrico**, esiste il rischio reale di mettere il lavoratore over 50 "in situazioni di sovraccarico durante lo svolgimento

di lavoro fisico, come ad esempio la movimentazione o il sollevamento di carichi pesanti, oppure nello svolgimento di compiti fisici in posture non idonee". Inoltre i lavoratori più anziani "possono anche soffrire dei cambiamenti nelle **capacità visive**, riscontrando una perdita di diottrie, o una incapacità di mettere a fuoco a distanza o la modifica del visivo periferico in particolare durante il lavoro in condizioni di scarsa illuminazione o in prossimità di fonti di luce abbagliante. Molte attività lavorative prevedono la presenza di oggetti in movimento, sforzando sulla cosiddetta acuità visiva dinamica che è la capacità di mettere a fuoco oggetti in movimento. A partire dai 65 anni, si è meno capaci di vedere di notte, quando la leggibilità a distanza si riduce del 35%".

E dunque "per l'esecuzione di lavori in una catena di montaggio, con gli oggetti su un nastro trasportatore, o lo spostamento dei dati sullo schermo di un computer, è necessario allora verificare il livello di acuità visiva dinamica per garantire il livello di sicurezza delle operazioni". In questo senso "un'adeguata illuminazione, così come il design dell'ambiente di lavoro o una ben congegnata struttura dei documenti da elaborare su uno schermo del computer sono ad esempio delle misure che possono senz'altro ridurre le difficoltà delle operazioni sopra menzionate aumentandone il livello di sicurezza".

Il **D.Lgs. 81/2008** specifica che la valutazione dei rischi deve riguardare tutti i rischi per la sicurezza e la salute dei lavoratori, ivi **compresi quelli connessi all'età** e viene indicato, a titolo esemplificativo, come il fattore età possa incidere (norme ISO) sul peso massimo sollevabile.

Riguardo in particolare alle **patologie correlate all'età**, si sottolinea che le **patologie muscolo-scheletriche** rappresentano la causa più comune di disabilità tra i lavoratori anziani.

È infatti la categoria di lavoratori "più esposta allo sviluppo di questo tipo di patologie a causa del naturale processo di invecchiamento che riduce la forza muscolare e il numero di movimenti delle giunture". E anche altri tipi di patologie legate all'invecchiamento, come l'artrite o una compromessa capacità visiva, "possono portare allo sviluppo anche di patologie muscolo-scheletriche dovute all'uso del computer".

Tuttavia ? è bene sottolineare ? "l'età porta anche i suoi vantaggi: alcuni lavoratori anziani sfruttano l'esperienza degli anni per rendere minima la loro esposizione ai carichi più pesanti".

Riguardo poi agli infortuni gli studi indicano che sebbene i lavoratori più anziani incorrano in un minor numero di infortuni, "i danni riportati sono generalmente più gravi e richiedono un maggior tempo di recupero. Inoltre, anche la tipologia di danno risulta differente a seconda dell'età: i più giovani tendono a ferirsi più alle mani o agli occhi, mentre la schiena è il punto più debole dei lavoratori in età avanzata. Per tutti, invece, scivolate, inciampi e cadute restano le cause più comuni di infortunio in tutti i settori, dal lavoro pesante a quello di ufficio".

Questi i danni e le malattie tipicamente riportate dai lavoratori anziani:

- "cadute, dovute a scarso equilibrio, tempi di reazione ridotti, problemi di vista o mancanza di concentrazione;
- storte e strappi dovuti alla perdita di forza, resistenza e flessibilità;
- danni cardiopolmonari dovuti a sovrasforzo, perdita di tolleranza agli sbalzi di temperatura, lavori svolti ad elevate altitudini o all'interno di spazi angusti;
- patologie quali diabete, cancro, osteoporosi, problemi alle coronarie e ipertensione;
- effetti dell'accumulo di vari danni subiti nel corso degli anni".

Rimandando ad una lettura integrale del documento (ricco di informazioni anche su altre problematiche: aspetti psico-sociali, rumore, temperature, ergonomia, posture, ...), concludiamo riportando un **elenco di proposte operative** relative a idonee politiche aziendali per una gestione attiva del fattore età e per la creazione di un ambiente favorevole al prolungamento della vita lavorativa:

- "impegno dell'alta dirigenza e dei supervisori per la sensibilizzazione a livello aziendale sul tema dell'età, con il coinvolgimento dei rappresentanti dei lavoratori;
- ergonomia e buone condizioni di sicurezza sul lavoro;
- miglioramento dell'ambiente, delle attrezzature e dei metodi di lavoro;
- periodicità della sorveglianza sanitaria mirata;
- cambio orizzontale dei compiti ed assegnazione ad attività di tutoraggio;
- modifiche e/o riduzioni di orario;
- informazione e formazione continua;
- counseling e training cognitivo e sociale;
- attenzione alle innovazioni tecnologiche e di organizzazione del lavoro suscettibili di favorire l'emarginazione e di creare le

condizioni psicologiche per la fuoriuscita dal mercato del lavoro".

L'**indice** del documento:

Introduzione

Capitolo 1. I lavoratori ultracinquantenni

1.1 Anziani o maturi

1.2 L'Invecchiamento attivo

Scheda di approfondimento: - Parola chiave: Active Ageing

1.3 Percepire la maturità

Scheda di approfondimento: - La proposta di Legge Treu

1.4 Per un invecchiamento attivo, vitale e dignitoso in una società solidale

Scheda di approfondimento: - Buone pratiche

1.5 Punti di forza e punti di debolezza dei lavoratori maturi

1.6 Gestire l'età sui luoghi di lavoro

Scheda di approfondimento: - Buone pratiche

1.7 La Formazione continua

Scheda di approfondimento: - Parola chiave: flessicurezza

Capitolo 2. Rischi e Prevenzione sul lavoro

2.1 Valutazione dei rischi: l'età intesa come diversità

Scheda di approfondimento: - Parola chiave: ageism

2.2 Incidenti e patologie correlate all'età

2.3 Ridurre gli infortuni: consigli per i datori di lavoro

2.4 Focus: l'importanza dell'ergonomia

2.5 Il medico del lavoro e il lavoratore over 50

Capitolo 3. Salute e benessere degli ultracinquantenni

3.1 Invecchiare bene: un approccio multidimensionale

Scheda di approfondimento: - Buone pratiche

3.2 La prevenzione

3.3 Un sano stile di vita

Schede di approfondimento:

- Parola chiave: binge drinking

- Le indicazioni del Ministero della Salute

- Le raccomandazioni dell'Osservatorio Epidemiologico Nazionale sulle condizioni di salute e sicurezza negli ambienti di vita

3.4 Le nuove tecnologie per una vita attiva

INAIL - Settore Ricerca, Certificazione e Verifica - Dipartimento Processi Organizzativi, "[Lavorare negli anni della maturità - Invecchiamento attivo, salute e sicurezza dei lavoratori ultracinquantenni](#)", documento curato da Valeria Rey, Giancarlo Sozi e Maria Castriotta, dicembre 2013 (formato PDF, 5.91 MB).

Vai all'area riservata agli abbonati dedicata a "[Lavorare negli anni della maturità](#)".

RTM



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

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

www.puntosicuro.it