PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 23 - numero 5071 di Venerdì 17 dicembre 2021

Qual è il legame tra i disturbi muscoloscheletrici e i rischi psicosociali?

Un rapporto prodotto per la campagna europea 2020-2022 sui disturbi muscoloscheletrici si sofferma sul legame tra DMS e fattori lavorativi di rischio psicosociale. Gli obiettivi del rapporto e l'effetto combinato dei fattori biomeccanici e psicosociali.

Bilbao, 17 Dic ? Come ricordato più volte durante la campagna europea 2020-2022 " Ambienti di lavoro sani e sicuri. Alleggeriamo il carico!" i **disturbi muscoloscheletrici** (DMS) sono il principale problema di salute nei luoghi di lavoro dell'Unione Europea.

Il 60% di tutti i lavoratori con un problema di salute in ambito lavorativo ? secondo un'indagine sulla situazione dei lavoratori dell'Unione europea (EU-LFS) - indica i disturbi muscoloscheletrici come il problema più grave, mentre il 16% fa riferimento a stress, depressione e ansia.

Il mondo del lavoro sta inoltre assistendo a **grandi cambiamenti** causati dalla sempre più diffusa digitalizzazione, dall'aumento dell'uso del computer e la riduzione del lavoro fisico, anche nell'industria. Il lavoro diventa più veloce e complesso, sono presenti più ripetizioni, più posizioni statiche prolungate e/o posture scorrette, ad esempio quando si lavora da casa in una postazione di lavoro ergonomicamente non adeguata.

Questi cambiamenti possono essere associati sia ad un aumento dei problemi di **salute mentale**, come lo stress e l'esaurimento mentale, sia a dei problemi di **salute fisica**, ad esempio i disturbi muscoloscheletrici.

Qual è il legame tra i disturbi muscoloscheletrici e i rischi psicosociali?

Per rispondere a questa domanda l'Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro (EU-OSHA), che si era già occupata in passato di questa associazione tra DMS e rischi psicosociali, ha pubblicato il documento "**Musculoskeletal disorders and psychosocial risk factors in the workplace ? statistical analysis of EU-wide survey data ? Report**", un rapporto relativo ai fattori di rischio psicosociale e ai disturbi muscoloscheletrici nei luoghi di lavoro in relazione ad un'analisi statistica dei dati relativi ad un'indagine nella UE.



L'articolo si sofferma sui seguenti argomenti:

- Il rapporto su rischi psicosociali e disturbi muscoloscheletrici
- L'importanza dell'effetto combinato di fattori biomeccanici e psicosociali
- I fattori su cui agire per migliorare la prevenzione

Pubblicità
<#? QUI-PUBBLICITA-MIM-[ACAG01.U] ?#>

Il rapporto su rischi psicosociali e disturbi muscoloscheletrici

Il documento - a cura di Sem Vandekerckhove, Karolien Lenaerts, Lise Szekér, Sam Desiere, Miet Lamberts, Monique Ramioul (HIVA-KU Leuven) ? si occupa di due aspetti legati alla salute: i **DMS** e il **benessere mentale**.

Riguardo ai disturbi muscoloscheletrici, con riferimento alle malattie periarticolari degli arti e della colonna vertebrale e a una serie di sindromi dolorose multiple o localizzate, ci si sofferma in particolare su mal di schiena, DMS degli arti superiori e del collo e DMS degli arti inferiori.

Mentre riguardo al **benessere mentale**, alla salute mentale, si fa riferimento alla definizione dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) come uno "*uno stato di benessere nel quale una persona può realizzarsi, superare le tensioni della vita quotidiana, svolgere un lavoro produttivo e contribuire alla vita della propria comunità*".

Inoltre i rischi psicosociali sono definiti dall'Agenzia europea come gli aspetti della progettazione, organizzazione e gestione del lavoro e del suo contesto sociale e ambientale che possono causare danni psicologici, sociali o fisici.

L'importanza dell'effetto combinato di fattori biomeccanici e psicosociali

Riguardo all'associazione dei rischi psicosociali con i disturbi muscoloscheletrici il documento indica che se lo stress biomeccanico è un fattore importante in relazione ai DMS, anche i fattori psicosociali sono inequivocabilmente collegati ai disturbi muscoloscheletrici. E l'effetto combinato di fattori biomeccanici e psicosociali è maggiore degli effetti correlati ai fattori economici e alle caratteristiche del lavoratore (genere, età, istruzione, origine).

Tra le altre cose il rapporto indica che c'è un chiaro impatto negativo delle variabili legate all'**orario di lavoro**. Mentre contrariamente alle aspettative, i fattori legati all'autonomia lavorativa non hanno alcun effetto chiaro o significativo.

Lo studio ha esaminato la relazione tra i fattori psicosociali sul lavoro e i DMS lavorativi basandosi su un **quadro concettuale** col quale sono stati esplorati **tre percorsi** che collegano le caratteristiche del lavoro alla salute del lavoratore:

1. un percorso biomeccanico, che collega gli sforzi fisici ai DMS e può influenzare il benessere come risultato secondario;
2. un percorso psicosociale, che collega lo sforzo mentale al benessere e può tradursi in DMS come risultato secondario;
3. percorsi di prevenzione, che indicano come le caratteristiche organizzative, le prassi lavorative e le caratteristiche del lavoratore possono intervenire direttamente nei percorsi biomeccanici e psicosociali.

I fattori su cui agire per migliorare la prevenzione

In conclusione la relazione analizza i dati tratti dall'ultima indagine europea sulle condizioni di lavoro (EWCS) e dall'indagine europea fra le imprese sui rischi nuovi ed emergenti (ESENER) per esaminare il nesso tra le caratteristiche professionali dei singoli lavoratori (ad esempio i fattori biomeccanici e psicosociali), accanto alle pratiche di gestione aziendale in materia di salute e sicurezza sul lavoro, e i DMS e il benessere mentale.

Viene riscontrata una forte influenza di alcuni fattori psicosociali sui DMS e sul benessere.

La relazione fornisce poi utili raccomandazioni e sottolinea la necessità di valutazioni globali dei rischi per ridurre al minimo gli esiti negativi sulla salute nei luoghi di lavoro.

I risultati suggeriscono che sono possibili **miglioramenti** sostanziali in materia di DMS e benessere. In particolare alcuni fattori psicosociali che hanno una forte influenza sui DMS e sul benessere possono riguardare, come già indicato, gli orari lavorativi, la sicurezza nell'attività e la partecipazione dei lavoratori. Questi fattori possono essere valutati, affrontati e ridotti. Al contrario ci sono altri fattori, come l'autonomia lavorativa, che potrebbero ridurre lo stress legato al lavoro, su cui è meno facile incidere a livello preventivo.

Riguardo alla valutazione dei rischi ? conclude la relazione - può essere utile un approccio olistico ed è necessario lo sviluppo di linee guida e lo scambio di buone pratiche tra aziende su come prevenire i rischi psicosociali e creare un'adeguata cultura aziendale in materia di salute.

Il link al sito della campagna "Ambienti di lavoro sani e sicuri. Alleggeriamo il carico!"

RTM

Scarica i documenti da cui è tratto l'articolo:

Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro, " Musculoskeletal disorders and psychosocial risk factors in the workplace ? statistical analysis of EU-wide survey data ? Report", documento in lingua inglese a cura di Sem Vandekerckhove, Karolien Lenaerts, Lise Szekér, Sam Desiere, Miet Lamberts, Monique Ramioul (HIVA-KU Leuven), materiale correlato alla campagna europea "Ambienti di lavoro sani e sicuri. Alleggeriamo il carico!" (formato PDF, 3.52 MB).

Licenza Creative Commons
