PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 27 - numero 5989 di Lunedì 22 dicembre 2025

Regione Lombardia: linee di indirizzo per la gestione del rischio stress

Approvate dalla Regione Lombardia le linee di indirizzo per la gestione dell'impatto sulla salute del rischio stress lavoro-correlato per migliorare l'efficacia della sorveglianza sanitaria svolta dai medici competenti.

Milano, 22 Dic ? Le tante trasformazioni del mondo del lavoro, conseguenti all'evoluzione digitale, ai nuovi modelli organizzativi e alla diffusione del lavoro agile o ibrido, comportano una "**ridefinizione dei rischi psicosociali**, richiedendo aggiornamenti metodologici per la valutazione e la gestione dei fattori di stress, inclusi carico di lavoro, conflitti di ruolo, mancanza di controllo, isolamento e difficoltà relazionali".

E la **promozione del benessere organizzativo** costituisce "un obiettivo strategico delle politiche pubbliche di prevenzione". E questo anche in attuazione degli orientamenti internazionali (OMS, EU-OSHA, ILO), che "individuano la gestione dei rischi psicosociali come elemento chiave di sostenibilità dei sistemi di lavoro e di tutela della salute mentale".

Tra l'altro la crescente attenzione verso il **benessere psicosociale** dei lavoratori è "coerente anche con gli indirizzi del Piano Nazionale per la Prevenzione 2020?2025 e con la recente Strategia Europea per la Salute e Sicurezza sul Lavoro 2021?2027, che sollecita gli Stati membri a rafforzare le politiche di prevenzione del disagio lavorativo e della salute mentale, integrandole nei sistemi di gestione della sicurezza".

A segnalare questa necessità di un aggiornamento metodologico per la la gestione dei fattori di stress è una nuova deliberazione della Regione Lombardia ? DGR 1° dicembre 2025 n. XII/5428 (B.U.R. 15 dicembre 2025, n. 51) ? relativa all'approvazione del documento «***Linee di indirizzo per la gestione dell'impatto sulla salute del rischio stress lavoro-correlato, elaborate integrando i documenti di indirizzo regionali, nazionali e internazionali e finalizzate alla promozione della qualità, dell'appropriatezza e dell'efficacia della sorveglianza sanitaria svolta dai medici competenti***».

Infatti, la Regione Lombardia, attraverso il Piano Regionale di Prevenzione 2021?2025 e il Piano Regionale SSL 2022?2025 per la tutela della salute e sicurezza nei luoghi di lavoro, "ha individuato come ambito prioritario d'intervento la prevenzione dei rischi psicosociali e del rischio stress lavoro-correlato con azioni integrate di formazione, monitoraggio e supporto tecnico ai datori di lavoro e ai medici competenti".

E preso atto che il **comparto sanitario e sociosanitario**, che costituisce, in Lombardia, uno dei principali settori produttivi e occupazionali, è caratterizzato da una "complessità organizzativa e relazionale elevata e da un'elevata concentrazione di personale esposto anche a fattori di rischio psicosociale", si è deciso di approvare il suddetto documento (Allegato al DGR).

Il documento "definisce attività e compiti dei medici competenti delle strutture socio-sanitarie, per la valutazione del rischio, la sorveglianza sanitaria, l'informazione e la formazione nelle strutture socio-sanitarie".

L'articolo nel presentare le linee di indirizzo si sofferma sui seguenti argomenti:

- Linee di indirizzo: cosa è lo stress lavoro correlato
- Linee di indirizzo: contenuto del lavoro e contesto lavorativo
- Indice delle linee di indirizzo approvate dalla Regione Lombardia

Pubblicità

Linee di indirizzo: cosa è lo stress lavoro correlato

Riguardo allo **stress lavoro-correlato** (SLC) il documento indica che lo stress negli organismi viventi rappresenta "l'insieme delle reazioni adattative attivate da stimoli esterni di svariata natura: teoria della "Sindrome generale di adattamento" (Hans Selye 1976)".

Se Selye distingue l'**Eustress** ("stress buono", la complessa "reazione dell'organismo a stimoli ambientali che lo mettono nella necessità di intervenire e agire con prontezza, efficacia, concentrazione in tempi relativamente brevi"), dal **Distress** (stress cattivo, "stato di stress cronico, permanente che si è instaurato nell'individuo"), è ormai noto che, "in condizioni particolari, la reazione da stress si può trasformare da risposta adattativa, in importante cofattore patogenetico in numerose patologie, sia somatiche che psichiche".

Secondo il *National Institute for Occupational Safety and Health* (NIOSH) lo stress lavorativo è definito come '*un insieme di reazioni fisiche ed emotive dannose che si manifestano quando le richieste poste dal lavoro non sono commisurate alle capacità, risorse od esigenze del lavoratore*' (NIOSH,1999).

Inoltre l'**Accordo quadro europeo del 2004** sottoscritto dalle quattro maggiori organizzazioni europee rappresentative delle parti sociali e recepito in Italia con l'**Accordo interconfederale del 09 giugno 2008**, stabilisce all'art. 3 che lo stress lavoro-correlato è '*una condizione, accompagnata da sofferenze o disfunzioni fisiche, psichiche, psicologiche o sociali, che scaturisce dalla sensazione individuale di non essere in grado di rispondere alle richieste o di non essere all'altezza delle aspettative. Lo stress, potenzialmente, può colpire in qualunque luogo di lavoro e qualunque lavoratore, a prescindere dalle dimensioni dell'azienda, dal campo di attività, dal tipo di contratto o di rapporto di lavoro ... Considerare il problema dello stress sul lavoro può voler dire una maggiore efficienza e un deciso miglioramento delle condizioni di salute e sicurezza sul lavoro, con conseguenti benefici economici e sociali per le aziende, i lavoratori e la società nel suo insieme ... Obiettivo dell'accordo è migliorare la consapevolezza e la comprensione dello stress da parte dei datori di lavoro, dei lavoratori e dei loro rappresentanti e offrire un modello per prevenire e gestire i problemi da stress da lavoro ... Lo scopo è quello di non colpevolizzare l'individuo rispetto allo stress*".

Dunque, concludono le linee di indirizzo approvate con DGR 5428/2025, lo stress non è una malattia, ma un'**esposizione prolungata** ad esso può ridurre l'efficienza sul lavoro e può avere ripercussioni significative sulla salute psicofisica del lavoratore.

Linee di indirizzo: contenuto del lavoro e contesto lavorativo

Si ricorda poi che lo stress lavoro-correlato è causato da **disfunzioni dell'organizzazione del lavoro** riconducibili a diversi fattori legati sia al "contenuto" del lavoro sia al "contesto" del lavoro.

Riprendiamo da una tabella presente nel documento alcune indicazioni sulle **categorie e condizioni di rischio** relative al contenuto del lavoro e al contesto lavorativo.

Contenuto del lavoro:

- **Ambiente e attrezzature di lavoro** (Problemi inerenti alla disponibilità, mantenimento, utilizzo e manutenzione/riparazione delle attrezzature lavorative e degli ausili tecnici);
- **Disegno del compito lavorativo** (Monotonia, Cicli di lavoro brevi, Lavoro frammentato o senza scopo identificabile, Sottoutilizzo delle attitudini/capacità individuali, Incertezza)
- **Carico di lavoro / ritmo di lavoro** (Carico di lavoro eccessivo o ridotto, Mancanza di controllo sul ritmo, Tempo insufficiente per eseguire il lavoro)
- **Orario di lavoro** (Lavoro a turni, Orari di lavoro senza flessibilità/pause, Orari imprevedibili, Orari di lavoro protratti).

Contesto lavorativo:

- **Organizzazione del lavoro** (Scarsa possibilità di comunicazione, Bassi livelli di sostegno per la risoluzione dei problemi e crescita personale, Mancanza di definizione degli obiettivi aziendali)
- **Ruolo nell'ambito dell'organizzazione** (Ambiguità o conflitto di ruolo, Responsabilità)
- **Carriera** (Incertezza e immobilità di carriera o eccessiva mobilità, Retribuzione bassa, Precarietà dell'impiego, Basso valore sociale attribuito all'attività svolta)
- **Controllo/Libertà decisionale** (Partecipazione ridotta al processo decisionale, Mancanza di controllo del lavoratore sull'attività svolta)
- **Rapporti interpersonali sul lavoro** (Isolamento fisico o sociale, Rapporti limitati con i superiori, Conflitti interpersonali, Mancanza di supporto sociale)
- **Interfaccia casa-lavoro** (Richieste contrastanti tra casa e lavoro, Scarso appoggio in ambito domestico, Problemi di doppio lavoro).

Inoltre, continua il documento, "possono essere individuati ulteriori fattori stressogeni emergenti in ambito lavorativo legati ad aspetti socio-demografici e di macro-organizzazione lavorativa", fattori che sono riportati in una tabella con riferimento a: nuove forme di contratti di lavoro e insicurezza dell'occupazione; rischi legati all'invecchiamento della popolazione lavorativa; intensificazione del lavoro; elevate richieste emotive sul lavoro; scarso bilanciamento lavoro /vita.

Indice delle linee di indirizzo approvate dalla Regione Lombardia

Concludiamo rimandando alla lettura integrale del documento "***Linee di indirizzo per la gestione dell'impatto sulla salute del rischio stress lavoro-correlato, elaborate integrando i documenti di indirizzo regionali, nazionali e internazionali e finalizzate alla promozione della qualità, dell'appropriatezza e dell'efficacia della sorveglianza sanitaria svolta dai medici competenti***", allegato al DGR 1° dicembre 2025 della Regione Lombardia.

Ne riportiamo l'**indice** completo:

1. STRESS LAVORO-CORRELATO E ALTRI RISCHI PSICOSOCIALI

1. Stress lavoro-correlato (SLC)

2. Incongruenze e costrittività organizzative

3. Altri rischi psicosociali

3.1 Tecnostress, telelavoro, digitalizzazione, intelligenza artificiale (Information Comunication Tecnology)

3.2 Molestie e violenza sul luogo di lavoro

4. Mobbing, Stalking, Bullismo

2. QUADRI PSICHICI E PSICOFISICI CORRELATI AL RISCHIO STRESS LAVORO-CORRELATO

1. Disturbi da stress lavoro-correlato

2. Disturbo dell'adattamento cronico

3. Disturbo da stress post-traumatico

4. Sindrome da burnout

3. DATI EPIDEMIOLOGICI E IMPATTO ECONOMICO

4. VALUTAZIONE, PREVENZIONE E SORVEGLIANZA SANITARIA DEL RISCHIO STRESS LAVORO CORRELATO: RUOLO DEL MEDICO COMPETENTE

1. Valutazione del rischio

2. Prevenzione del rischio

3. Sorveglianza sanitaria

3.1 Strumenti a supporto del medico competente in ambito di sorveglianza sanitaria

4. Programmi integrati di prevenzione del rischio e promozione della salute in ottica Total Worker Health (TWH)

5. Attività e compiti dei medici competenti delle strutture socio-sanitarie

5.1 Valutazione del rischio nelle strutture socio-sanitarie

5.2 Sorveglianza sanitaria nelle strutture socio-sanitarie

5.3 Informazione e formazione nelle strutture socio-sanitarie

5.4 Collaborazione ai programmi di Promozione della Salute (WHP) e di Total Worker Health (TWH) nelle strutture socio-sanitarie

6. Fonti informative

5. GLI AMBULATORI DELLA RETE DELLE UNITA' OPERATIVE DI MEDICINA DEL LAVORO (UOOML) PER LA DIAGNOSI DEL DISADATTAMENTO LAVORATIVO

1. Introduzione

2. Modalità di invio e di accesso agli ambulatori UOOML

3. Valutazione multidisciplinare medico-psicologica

6. MALATTIE PROFESSIONALI STRESS LAVORO-CORRELATO

1. Introduzione

2. Malattie psichiche e psicosomatiche da disfunzioni dell'organizzazione del lavoro ? lista II ? gruppo 7

2.1 Disfunzioni dell'organizzazione del lavoro e costrittività/avversatività organizzative

2.2 Malattie psichiche e psicofisiche

3. Aspetti clinico-diagnostici ed eziologici

3.1 Anamnesi familiare e fisiologica

3.2 Anamnesi lavorativa

3.3 Anamnesi patologica remota e prossima

4. Aspetti medico-legali

7. INDICAZIONI CONCLUSIVE: SORVEGLIANZA SANITARIA E GESTIONE DEL DISADATTAMENTO LAVORATIVO

1. Principali elementi di criticità riconducibili al rischio stress lavoro-correlato e possibili interventi

2. Sorveglianza sanitaria

2.1 Gestione dei casi di disadattamento lavorativo riconducibili a criticità di "contenuto"e "contesto" del lavoro

3. Gestione del rischio da atti violenti e delle vittime di aggressioni nelle strutture sociosanitarie

8. BIBLIOGRAFIA

ALLEGATI

Allegato n.1 Questionario GHQ

Allegato n.2 Questionario screener disturbi somatiformi

Allegato n.3 Questionario autosomministrato DASS

Allegato n.4 Questionario Stili di Vita

Allegato n.5 Questionario WAI

Allegato n.6 Fac-simile visita medica disagio lavorativo

Allegato n.7 Test MBI

Allegato n.8 Questionario Disturbi del Sonno

Allegato n.8 bis Scala Pittsburgh ? Disturbi del Sonno

Allegato n.9 Scheda filtro invio ambulatorio UOOML ? Stakeholders non sanitario

Allegato n.10 Scheda filtro invio ambulatorio UOOML ? Stakeholders sanitario

Allegato n.11 La rete delle UOOML ? Regione Lombardia- indirizzi ambulatori UOOML

Allegato n.12 Flusso per la gestione dei casi da disadattamento lavorativo 3.1 Anamnesi familiare e fisiologica

Tiziano Menduto

Scarica la normativa di riferimento:

Regione Lombardia, Deliberazione della Giunta regionale - DGR 1° dicembre 2025 n. XII/5428 - Approvazione del documento «Linee di indirizzo per la gestione dell'impatto sulla salute del rischio stress lavoro-correlato, elaborate integrando i documenti di indirizzo regionali, nazionali e internazionali e finalizzate alla promozione della qualità, dell'appropriatezza e dell'efficacia della sorveglianza sanitaria svolta dai medici competenti» e Allegato A (linee di indirizzo)

Licenza Creative Commons