

## **ARTICOLO DI PUNTOSICURO**

**Anno 26 - numero 5641 di Venerdì 14 giugno 2024**

# **Medici competenti: perché è importante interessarsi alla fatica mentale?**

*Un intervento ad un convegno sull'evoluzione della professione del medico competente si sofferma sulla fatica mentale. Perché il medico competente deve interessarsi alla fatica mentale? Ci sono strumenti adeguati alla misurazione del carico mentale?*

Milano, 14 Giu ? Come ricordato anche nell'articolo "Stress e fatica mentale: il carico di lavoro e la saturazione psicologica", i mutamenti che avvengono nel mondo del lavoro, connessi ad esempio, all'evoluzione tecnologica, possono avere conseguenze negative sul benessere psicofisico dei lavoratori, sulla **fatica mentale**, magari favorendo anche errori o comportamenti disattenti che possono, a loro volta, esporre il lavoratore ad altri rischi e stress.

Nei luoghi di lavoro la **fatica mentale** (nuove competenze cognitive richieste, problemi di adattabilità alle nuove forme organizzative, pressione costante digitale, ...) sta assumendo un ruolo sempre più rilevante, spesso arrivando ad affiancare o addirittura superare la fatica fisica.

Insomma la fatica mentale "è un problema serio che può avere conseguenze sulla salute e sulla produttività dei lavoratori". Ed è importante che le aziende adottino idonee misure "per ridurre la fatica mentale e promuovere il benessere dei propri dipendenti".

A ricordarlo è un intervento che si è tenuto alla terza sessione del XXXVII Convegno Nazionale ANMA (Associazione Nazionale Medici d'Azienda e Competenti), "**L'evoluzione della professione del medico competente fra antichi temi e nuovi orizzonti**" (Bologna, 23-25 maggio 2024).

Rispetto alla terza sessione (24 maggio 2024 "**Dalla fatica fisica alla fatica mentale**") ci soffermiamo sull'intervento "**Perché il Medico Competente deve interessarsi alla 'fatica mentale'?**", a cura del Dott. Paolo Santucci (medico competente - ANMA Liguria. Componente Comitato scientifico ANMA).

Nel presentare l'intervento, l'articolo si sofferma sui seguenti argomenti:

- La fatica mentale, la digitalizzazione e il cambiamento del mondo del lavoro
- La fatica mentale, la normativa e il decreto legislativo 81/2008
- La fatica mentale, lo smart working e il medico competente

Pubblicità

<#? QUI-PUBBLICITA-SCORM1-[ELSK\_PL039] ?#>

# La fatica mentale, la digitalizzazione e il cambiamento del mondo del lavoro

Con riferimento ai contenuti della campagna europea 2023-2025 "Lavoro sano e sicuro nell'era digitale", dedicata all'impatto delle nuove tecnologie digitali e promossa l'Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro (EU-OSHA), il relatore ricorda che la **digitalizzazione** "sta cambiando rapidamente il mondo del lavoro e richiede soluzioni nuove e aggiornate in materia di sicurezza e salute sul lavoro (SSL)". E, in tale contesto ? continua la campagna ? "meritano particolare attenzione i fattori di rischio psicosociali e organizzativi, poiché possono provocare livelli più elevati di stress da lavoro e problemi di salute mentale".

Ricordiamo, come segnalato anche nelle interviste a Maurizio Curtarelli dell'Agenzia europea, che la campagna europea si articola in cinque priorità:

- lavoro su piattaforma digitale;
- robotica avanzata e intelligenza artificiale;
- telelavoro;
- sistemi digitali intelligenti;
- gestione dei lavoratori tramite l'intelligenza artificiale

## Come sta cambiando il mondo del lavoro e la salute dei lavoratori?

Per rispondere alla domanda l'intervento fa riferimento al contenuto di altri documenti Eu-Osha (*New forms of work in the digital era: implications for psychosocial risks and musculoskeletal disorders*) che indicano che "lo sviluppo di tecnologie digitali comporta effetti potenzialmente nocivi sulla salute mentale dei Lavoratori..." E che la digitalizzazione "incrementerà il numero di Lavoratori esposti a fattori psicosociali, sovraccarico cognitivo e carico mentale".

## La fatica mentale, la normativa e il decreto legislativo 81/2008

L'intervento si sofferma poi sulla **normativa**.

### La legislazione contiene già un riferimento all'affaticamento mentale?

Il relatore ricorda il contenuto del Titolo VII - Attrezzature munite di videoterminali - Capo II - Obblighi del datore di lavoro, dei dirigenti e dei preposti - Articolo 174 - Obblighi del datore di lavoro del Decreto Legislativo 81/2008.

Si indica che:

*1. Il datore di lavoro, all'atto della valutazione del rischio di cui all'articolo 28, analizza i posti di lavoro con particolare riguardo:*

1. *ai rischi per la vista e per gli occhi;*

2. ai problemi legati alla postura ed all'**affaticamento fisico o mentale**;
3. alle condizioni ergonomiche e di igiene ambientale.

## La fatica mentale, lo smart working e il medico competente

Si segnala poi, a titolo esemplificativo e con riferimento a quanto indicato nei documenti dell'Agenzia europea, che nello **smart working** (remote working) durante l'emergenza pandemica si è rilevato:

- "Rischio isolamento dal proprio team rispetto a comunicazione, incontri, ecc.
- Confini non delineati fra vita privata e lavorativa, accentuati dalla cura di famigliari (minori, disabili, ecc.)
- Difficoltà logistiche (spazio insufficiente, difficoltà a separare gli ambienti, coabitazione, ecc.)
- Conflitti famigliari e violenza domestica
- Incremento del livello di stress (angoscia, insonnia, ecc.) dovuto a: mancanza di supporto (superiori, colleghi, IT, ecc.), di chiarezza sui ruoli, responsabilità, obiettivi e carichi di lavoro, incertezza sull'occupazione, presenza di MusculoSkeletal Disorders (MSD's), coinvolgimento diretto/indiretto in caso di COVID-19
- Minore possibilità di svolgere es. fisico, sovrappeso, alimentazione irregolare, incremento consumo alcol e droghe".

Sono riportati, anche attraverso varie immagini, gli esempi di **spostamento della fatica, da fisica a mentale**, ad esempio in alcune attività connesse al lavoro portuale.

### Ma con quale approccio far riferimento alla 'nuova fatica'? Come misurare il carico mentale? Come gestire le difficoltà dell'adattamento alla mansione?

Si riporta il caso di un lavoratore di ufficio che, 'fisicamente' idoneo alla mansione specifica, "rientra al Lavoro con esiti di emiparesi facio-brachio-crutale e conseguenze sulla sfera neuro psichica. Quali performance lavorative può sostenere? Quali compiti gli possono essere affidati? Quanto 'carico mentale' é in grado di sopportare"?

In definitiva il relatore, rivolgendosi direttamente ai medici competenti, chiede se si è all'altezza di queste nuove sfide. Siamo "in grado di dare risposta alle crescenti aspettative di lavoratori e aziende"?

La risposta del relatore è "no": "abbiamo bisogno di un nuovo approccio, di nuovi strumenti e rinnovate collaborazioni per integrare le necessarie competenze specialistiche".

Rimandiamo alla lettura integrale dell'intervento che riporta ulteriori dettagli, immagini e informazioni sulle fonti utilizzate.

Tiziano Menduto

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

"Perché il Medico Competente deve interessarsi alla 'fatica mentale'?", a cura del Dott. Paolo Santucci (medico competente - ANMA Liguria. Componente Comitato scientifico ANMA), intervento al XXXVII Convegno Nazionale ANMA, Bologna 2024.



Licenza Creative Commons

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

---

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