

Panoramica normativa relativa allo stress lavoro-correlato

**Dott.ssa Anna Cozzolino
Napoli, 10 febbraio 2011**

The logo for INAIL (Istituto Nazionale per lo Studio e la Cura delle Malattie e degli Infortuni del Lavoro) is displayed in large, bold, blue capital letters. The letters are slightly shadowed, giving them a three-dimensional appearance.

Area ex ISPESL Dipartimento di Napoli

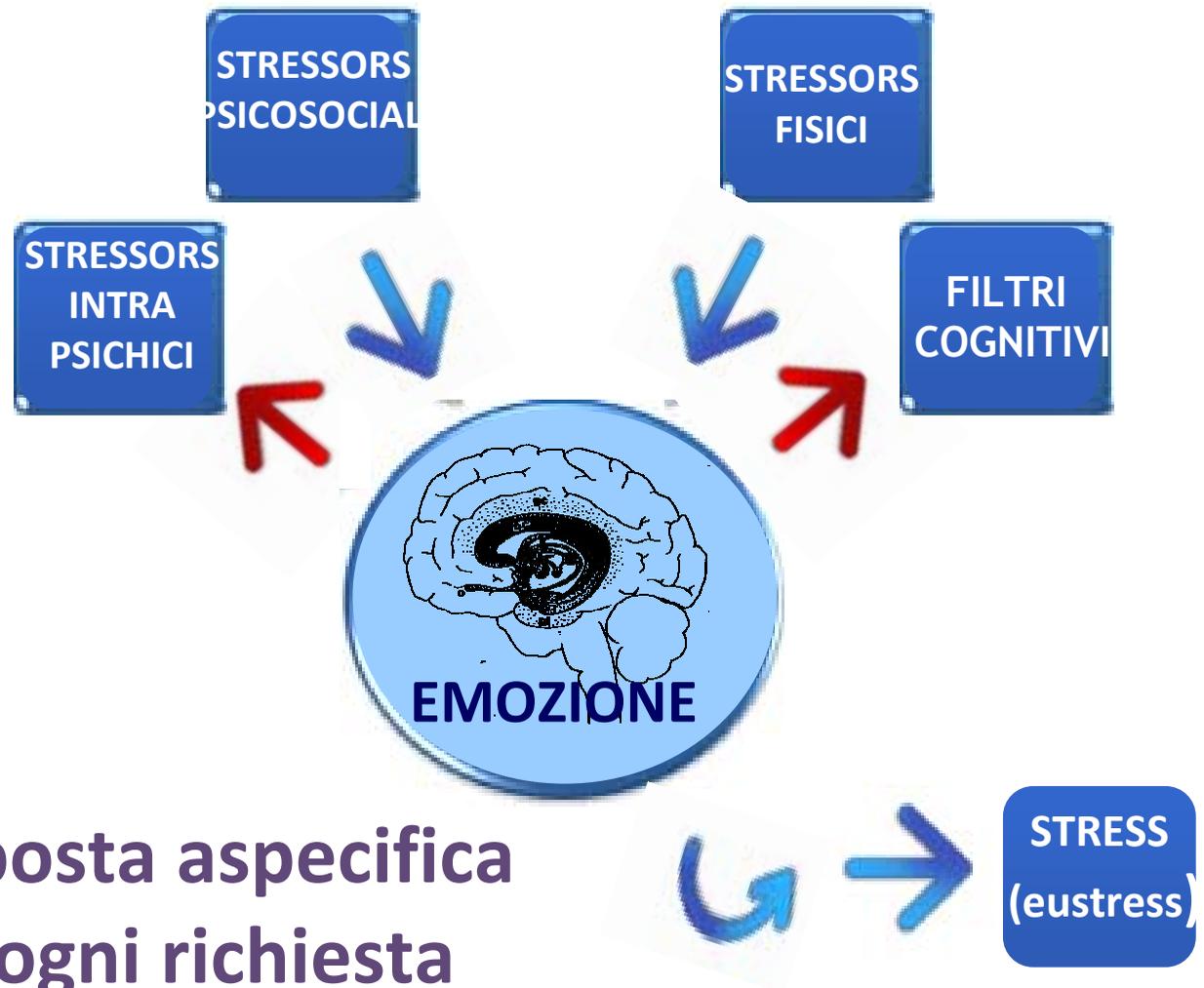
*"Lo stress è il sale della vita,
una carica fornita non solo alla sfera fisica
anche alla sfera psichica purché l'uomo impari
a rilassarsi e ad entrare in rapporto più intimo,
sereno con sé stesso e con gli altri"
(H. Selye, Stress senza paura)*

Definizione di "stress"

Il termine stress (dall'inglese "sforzo") in origine impiegato in ingegneria per indicare la tensione e lo sforzo cui è sottoposto un materiale rigido in condizioni di sollecitazioni, fu usato dal fisiologo ungherese H. Selye quando osservò la reazione organica presentata da alcuni animali in seguito alla somministrazione di alcune sostanze stressogene.

In condizioni di benessere l'organismo si trova in uno stato definito di equilibrio omeostatico in cui le risposte fisiologiche si collocano il più vicino possibile ad una condizione ideale.

Un fattore stressante è dunque qualunque evento (interno o esterno) capace di destabilizzare la condizione di equilibrio omeostatico, mentre la risposta individuale allo stress (coping) è l'insieme di quegli adattamenti soggettivi, fisiologici, emozionali e psicologici volti a ristabilire l'equilibrio perduto.



DEFINIZIONI

Lo stress è una risposta aspecifica dell'organismo ad ogni richiesta effettuata su di esso dall'ambiente esterno e/o interno

H.Selye, 1936



“Reazioni fisiche ed emotive dannose che si manifestano quando le richieste lavorative non sono commisurate alle capacità, risorse o esigenze del lavoratore”

(National Institute for Occupational Safety and Health, NIOSH 1999)

Sintomi dello stress

I sintomi principali attribuibili allo stress sono **aumento della frequenza cardiaca** e della **pressione, irritabilità, mancanza di concentrazione, demotivazione, mancanza di energie.**

In generale la sensazione che si prova è la stessa che si ha quando si dorme poco, ma non essendo quello la causa del malessere fisico si tende a **cadere nello sconforto.**

Ai sintomi fisici si associano quelli del **disturbo del comportamento**, il fumo e l'alcool peggiorano il malessere generale e non aiutano a stare meglio, la **difficoltà a dormire** peggiora i disturbi elencati soprattutto la mancanza di energie e concentrazione.

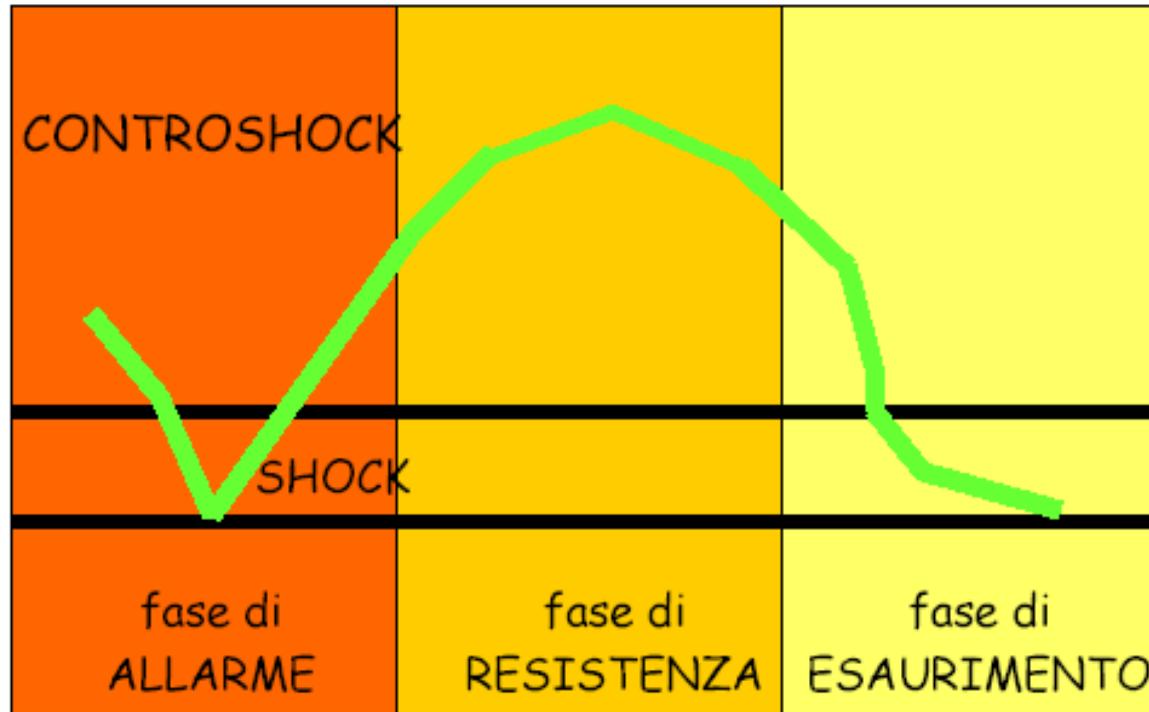
A lungo termine, se non opportunamente curato, lo stress continuo può comportare **disturbi all'apparato cardiocircolatorio, respiratorio e digerente.**

La reazione del corpo allo stress

Lo stress attiva tutto il nostro corpo, in particolare, mette in moto il sistema endocrino, il sistema nervoso autonomo e il sistema immunitario.

Selye ha descritto la risposta allo stress come una "Sindrome Generale di Adattamento" la cui evoluzione prevede tre fasi: **ALLARME, RESISTENZA, ESAURIMENTO.**

Distress

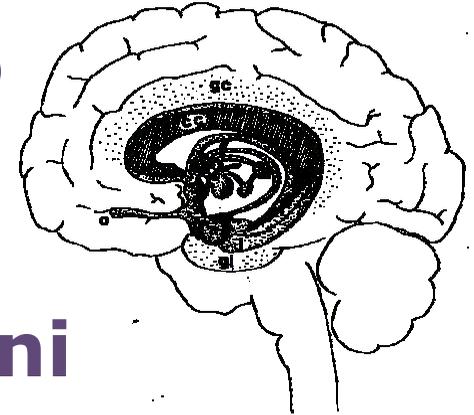


ALLARME l'organismo si trova ad essere sottoposto ad uno stimolo (stressor) – produzione ormonale con aumento del battito cardiaco, della circolazione sanguigna, del ritmo respiratorio.

RESISTENZA l'organismo funziona ad un ritmo più elevato.

ESAURIMENTO la cronicizzazione delle risposte produce danni all'organismo sia fisiologici, psicologici e comportamentali.

La risposta del corpo è governata dal Sistema Nervoso Autonomo che presiede al funzionamento di tutti gli organi al di fuori del controllo della volontà. Tale attività è espletata sinergicamente dal SN Simpatico che controlla le reazioni di lotta e fuga e dal SN parasimpatico che presiede alla calma, al riposo, alla digestione.



Per affrontare al meglio lo stress si deve avere l'attivazione alternata di entrambi i sistemi nervosi.

H. Selye ha individuato due tipi di stress:

EUSTRESS aumenta la capacità di comprensione e concentrazione, di decidere con grande rapidità di mettere i muscoli in grado di muoversi immediatamente (per attaccare, difendersi, fuggire);

DISTRESS si correla al dolore, alla paura, alla mancata soddisfazione dei bisogni vitali.

Inoltre partendo dal presupposto che lo stress da lavoro è causato anche da **frustrazione mentale dovuta ad assenza di responsabilità**, il soggetto tende a percepire uno **stato mentale negativo** che comporta, a livello fisico, una **eccessiva produzione di adrenalina e cortisolo**



L'eccessiva presenza, nel corpo umano, di queste sostanze comporta diverse tipologie di **patologie a livello cardiovascolare.**

Insomma lo stress lavoro correlato non ha solo conseguenze relative all'umore e alla produttività del soggetto lavoratore ma presenta delle **ripercussioni prettamente fisiche** che non possono assolutamente essere ignorate.

Stress e salute

Periodi prolungati di stress, tra cui quello lavoro-correlato possono inficiare lo stato di salute di un individuo.

Numerose ricerche hanno dimostrato la forte correlazione tra stress lavoro-correlato e:

- ❑ disturbi fisici quali cardiopatie, mal di schiena, cefalee, asma,(Cox et al., 2002)**
- ❑ disturbi psichici quali ansia, depressione, difficoltà di concentrazione, ridotte capacità decisionali....(Daniels, 1997; Ferrie et al., 2002).**

La chimica dello stress

La risposta allo stress è attivata principalmente dalla secrezione da parte delle ghiandole surrenali di 3 tipi di ormoni:

L'adrenalina

La noradrenalina

Gli ormoni glucocorticoidi (cortisolo)

L'esposizione prolungata agli ormoni dello stress riduce il livello di dopamina.

Altro ormone implicato è la serotonina.



L'ADRENALINA, secreta dalle ghiandole surrenali, è definita dal neurofarmacologo H. Laborit il neormone della paura, che spinge all'azione, alla fuga, alla aggressività difensiva. Ha azione vasocostrittiva in alcuni distretti come l'addominale e il cutaneo (poco sanguinamento in caso di ferite) ma consentendo ad altri organi una irrorazione maggiore (muscoli, cuore, cervello).

LA NORADRENALINA è prodotta da tutte le terminazioni del simpatico ed ha un'azione vasocostrittrice su tutti i vasi del corpo; secondo Laborit è il neuromone dell'attesa, dell'angoscia.

I GLUCOCORTICOIDI, prodotti dalle surrenali, hanno un'azione tossica ed intervengono sul metabolismo, la riproduzione, il sistema immunitario....

L'esposizione prolungata agli ormoni dello stress, riduce i livelli di **DOPAMINA** aumentando il rischio di depressione.



Altro ormone implicato è la SEROTONINA il cui alterato funzionamento può compromettere il ritmo sonno-veglia, l'automatismo intestinale, la pressione arteriosa. Interviene anche nei processi infiammatori e allergici.

L'esposizione prolungata agli ormoni dello stress può provocare un aumento del colesterolo e dei trigliceridi, la perdita di minerali nelle ossa, l'incremento della resistenza all'insulina.....

STRESS DA LAVORO-CORRELATO

In alcune condizioni la risposta allo stress può divenire dis-funzionale:

- per inadeguata intensità degli stimoli**
- per eccessiva durata degli stessi**
- per caratteristiche di personalità del soggetto**



Le persone percepiscono uno squilibrio tra le richieste avanzate nei loro confronti e le risorse a loro disposizione per far fronte a tali richieste



Stress

Il processo di **stress lavorativo** ha origine da un **gap percepito** tra la richiesta dell'ambiente (stressors o fonti di stress) e la possibilità dell'individuo di farvi fronte.

Organizzazione

Obiettivi
Valori
Cambiamenti

Individuo

Competenze
Energia
Aspettative

GAP



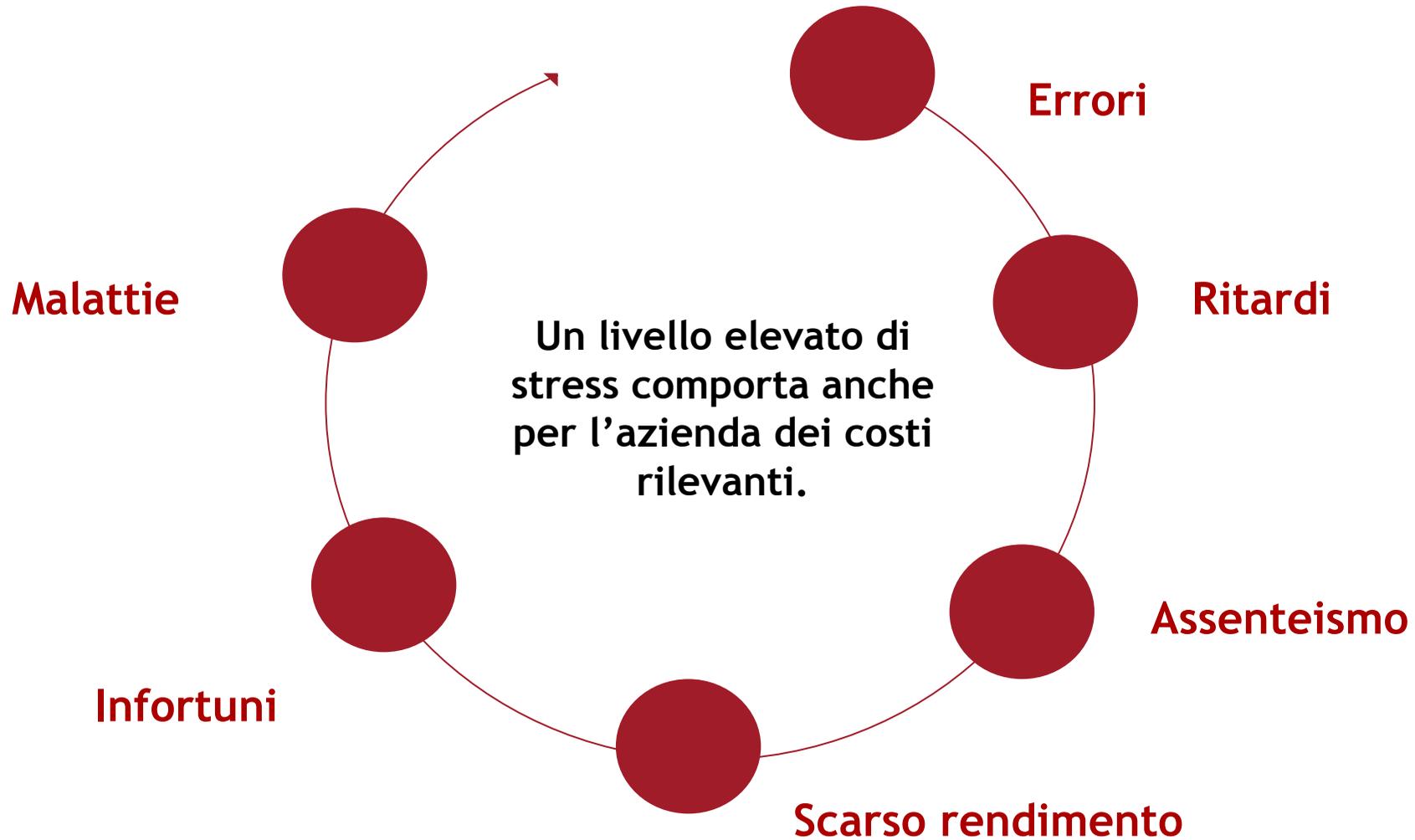
STRESS/DISTRESS



**L'aumento
dei rischi psicosociali e lo stress lavoro-correlato
sono tra le cause più comuni di malattia,
oltre 40 milioni di lavoratori nella UE.
(European Foundation, 2007)**

**Lo stress è il secondo problema di salute legato
all'attività lavorativa riferito più frequentemente
e colpisce il 22% dei lavoratori dei 27 Stati membri
dell'UE, è stato calcolato che il 50-60% di tutte le giornate
lavorative perse è riconducibile allo stress (2005).**

COSTI DELLO STRESS



Quadro normativo di riferimento

Legge 1 Marzo 2002 n.39

“Disposizioni per l’adempimento di obblighi derivanti
dall’appartenenza dell’Italia

alle Comunità Europee – Legge comunitaria 2001”

Publicata nella Gazzetta Ufficiale n.72 del 26 Marzo 2002 –
Supplemento Ordinario n.54



L’articolo 21, comma 2, ha modificato l’art. 4 del D.lgs.626/94
esplicitando la necessità che i datori di lavoro valutino i rischi
negli ambienti di lavoro, compresi anche quelli di natura
organizzativa e ergonomica, ossia psicosociali.



Accordo europeo 2004 stress lavoro correlato 8/10/2004

Accordo realizzato su base volontaria a seguito dell'invito alle parti sociali dalla Commissione della Comunità Europea e siglato da:

- CES (Sindacato Europeo)**
- UNICE (confindustria europea)**
- UEPME (associazione europea artigianato e PMI)**
- CEEP (associazione europea delle imprese partecipate dal pubblico e di interesse economico generale)**



Art.1 Introduzione

Potenzialmente lo stress può riguardare:

- **Ogni luogo di lavoro ed ogni lavoratore**
- **Indipendentemente dalle dimensioni dell'azienda**
- **Indipendentemente dal settore di attività**
- **Indipendentemente dalla tipologia di contratto**

Quando si affrontano i problemi dello stress lavoro-correlato è essenziale tener conto delle diversità che caratterizzano i lavoratori.



Art. 2 Finalità

- Migliorare la consapevolezza e la comprensione dello stress da lavoro da parte dei Ddl, dei lavoratori e dei loro rappresentanti, attirando la loro attenzione sui **sintomi** che possono indicare l'insorgenza di problemi di stress da lavoro.
- Offrire un modello che consenta di individuare e di prevenire o gestire i problemi di stress da lavoro. Non è colpevolizzare (far vergognare) l'individuo di fronte allo stress.
- Tale accordo non riguarda la violenza, le molestie e lo stress post-traumatico



Art. 3 Descrizione dello stress e dello stress lavoro-correlato

- **Lo stress è una condizione che può essere accompagnata da disturbi o disfunzioni di natura fisica, psicologica o sociale ed è conseguenza del fatto che taluni individui non si sentono in grado di corrispondere alle richieste o alle aspettative riposte in loro**
- **L'individuo è assolutamente in grado di sostenere una esposizione di breve durata alla tensione, che può essere considerata positiva, ma ha maggiori difficoltà a sostenere una esposizione prolungata ad una pressione intensa**



- **Lo stress che ha origine fuori dall'ambito di lavoro può condurre a cambiamenti nel comportamento e ad una ridotta efficienza sul lavoro.**
- **Non tutte le manifestazioni di stress sul lavoro possono essere considerate come stress lavoro-correlato.**
- **Lo stress lavoro correlato può essere causato da fattori diversi come il contenuto del lavoro, l'eventuale inadeguatezza nella gestione dell'organizzazione del lavoro e dell'ambiente di lavoro, carenze nella comunicazione, etc.**



La responsabilità di stabilire le misure adeguate da adottare spetta al datore di lavoro. Queste misure saranno attuate con la partecipazione e la collaborazione dei lavoratori e/o dei loro rappresentanti.

D.Lgs 81/08

(Art.28, comma 1) La valutazione deve riguardare tutti i rischitra cui anche quelli collegati allo stress lavoro-correlato, secondo i contenuti dell'accordo europeo dell'8 ottobre 2004.....

(Art. 6, comma 8 m-quater) Viene dato mandato alla Commissione Consultiva Permanente di definire le regole per la valutazione del suddetto rischio.

(Art. 28, comma 1-bis) La valutazione dello stress lavoro-correlato, effettuata nel rispetto delle indicazioni della Commissione consultiva permanente, decorre dalla elaborazione delle predette indicazioni e comunque, anche in difetto di tale elaborazione, a far data dal 1 agosto 2010.

D.L.78/10

(Art 8 comma 12) Ha prorogato l'applicazione della valutazione del rischio da stress lavoro-correlato al 31/12/2010



Misure generali di tutela relative allo stress lavoro-correlato



ADEMPIMENTO	Dlgs. N. 81/08
Valutazione di tutti i fattori di rischi da stress lavoro-correlato	Art. 15, comma 1, lett. a
Programmazione integrata delle misure di prevenzione	Art. 15, comma 1, lett. b
Eliminazione dei rischi e, ove ciò non sia possibile, la loro riduzione al minimo in relazione alle conoscenze, acquisite in base al progresso tecnico	Art. 15, comma 1, lett. c
Rispetto dei principi ergonomici nell'organizzazione del lavoro, nella concezione dei posti di lavoro, nelle scelte delle attrezzature e nella definizione dei metodi di lavoro e di produzione, in particolare al fine di ridurre gli effetti sulla salute del lavoro monotono e di quello ripetitivo	Art. 15, comma 1, lett. d
Controllo sanitario dei lavoratori	Art. 15, comma 1, lett. l
Allontanamento del lavoratore all'esposizione al rischio per motivi sanitari inerenti alla sua persona e l'adibizione, ove possibile ad altra mansione	Art. 15, comma 1, lett. m
Informazione e formazione adeguate per i lavoratori	Art. 15, comma 1, lett. n



ADEMPIMENTO	Dlgs. N. 81/08
Informazione e formazione adeguate per dirigenti e preposti	Art. 15, comma 1, lett. o
Informazione e formazione adeguate per i rappresentanti dei lavoratori per la sicurezza	Art. 15, comma 1, lett. p
Partecipazione e consultazione dei lavoratori	Art. 15, comma 1, lett. r
Partecipazione e consultazione dei rappresentanti dei lavoratori per la sicurezza	Art. 15, comma 1, lett. s
Programmazione delle misure ritenute opportune per garantire il miglioramento nel tempo dei livelli di sicurezza	Art. 15, comma 1, lett. t

AMBITO APPLICATIVO E SOGGETTI TUTELATI

La valutazione va fatta a tutte le imprese e gli enti, sia pubblici che privati, anche se non svolgono un'attività commerciale, che impiegano lavoratori subordinati ed equiparati. Conseguentemente, sono tenuti ad effettuare la valutazione dei rischi da SLC anche enti come:

- Associazione sportive**
- I comitati**
- Le associazioni sindacali**
- I partiti politici**
- I circoli ricreativi senza fine di lucro**
- Gli enti sacri**
- Le Onlus in genere**
- Le associazioni varie e fondazioni**



Attività per le quali è differita al 15 maggio 2011 l'emanazione dei decreti attuativi del Dlgs. N. 81/08 (art. 3, comma 2, primo periodo, Dlgs n. 81/08)

- **Forze armate di polizia**
- **Dipartimento dei Vigili del Fuoco**
- **Servizi di Protezione Civile**
- **Strutture giudiziarie, penitenziarie**
- **Università**
- **Istituti di Istruzione ed educazione di ogni ordine e grado**
- **Uffici all'estero**
- **Archivi, biblioteche e musei sottoposti a particolari vincoli**

CASI DI ESENZIONE

(a cura di M. Gallo "Guida al lavoro" Gruppo 24 ore)



I professionisti e gli studi associati che non intrattengono rapporti di lavoro subordinato o equiparato, ma eventualmente soltanto rapporti di tirocinio obbligatorio sono esclusi dall'obbligo della valutazione

Per quanto riguarda **i condomini**, l'art. 3 comma 9 del Dlgs 81/08 dispone che trovano applicazione gli obblighi di informazione e formazione e la fornitura dei necessari DPI in relazione alle effettive mansioni assegnate. Pertanto è stato definito un regime di tutela più ristretto, con la conseguente **esclusione dall'obbligo** da parte dell'amministratore di valutare i rischi da SLC.

Art. 21 Dlgs 81/08 non prevede per l'impresa familiare, i piccoli commercianti, i coltivatori diretti del fondo, i soci delle società semplici operanti nel settore agricolo, gli artigiani e i piccoli commercianti l'obbligo di valutare lo SLC, ma soltanto l'utilizzo delle attrezzature di lavoro e i DPI conformemente alle disposizioni di cui al Titolo III

Per i **volontari** di associazioni aventi scopo di solidarietà e i volontari del **servizio civile** si applicano le disposizioni dell'Art. 21 del Dlgs 81/08

Sono **esclusi** dall'ambito applicativo del Dlgs 81/08 e, quindi, anche dalla valutazione del SLC, gli addetti ai servizi domestici e familiari (**colf, badanti, ecc.**)

Le principali sanzioni a carico del DL e del Dirigente previste dall'Art.55 Dlgs. 81/08



ILLECITO	Sanzione
Omessa valutazione dei rischi(art.29, comma 1) Valutazione dei rischi o redazione del documento senza la collaborazione del RSPP o del MC nei casi in cui la sorveglianza sanitaria sia obbligatoria ai sensi dell'art.41 (Art. 29, comma 1)	Arresto da 3 a 6 mesi o ammenda da euro 2.500 a 4.000
Valutazione dei rischi e redazione del documento senza la preventiva consultazione del RLS (art. 29, comma 2)	Ammenda da euro 2.500 a 4.000
Redazione incompleta del documento di valutazione dei rischi, per l'assenza degli elementi indicati all'art.28, comma 2, lett a) primo periodo, ed f), ossia: a)primo periodo – indicazione dei criteri adottati f) Individuazione delle mansioni che eventualmente espongono i lavoratori a rischi specifici	Ammenda da euro 1.000 a 2.000
Mancata consegna al RLS , a seguito di sua richiesta, di copia del documento di valutazione dei rischi (art. 18, comma 1, lett. o)	Arresto da 2 a 4 mesi o ammenda da euro 750 a 4.000

ILLECITO	Sanzione
<p>Violazione degli obblighi previsti dall'art. 18, comma 1, lett c), e), e f), ossia:</p> <p>c) Affidare i compiti ai lavoratori, tenendo conto delle capacità e delle condizioni degli stessi in rapporto alla loro salute e alla sicurezza;</p> <p>e) Prendere le misure appropriate affinché soltanto i lavoratori che hanno ricevuto adeguate istruzioni e specifico addestramento accedano alle zone che li espongono ad un rischio grave e specifico;</p> <p>f) Richiedere l' osservanza da parte dei singoli lavoratori delle norme vigenti..... e di uso dei DPC e DPI</p>	<p>Arresto da 2 a 4 mesi o ammenda da euro 1.200 a 5.200</p>
<p>Omissa informazione dei lavoratori (art 36, commi 1 e 2)</p> <p>Omissa formazione dei lavoratori (art. 37, comma 1)</p> <p>Omissa formazione del dirigente e preposto (art.37,comma 7)</p>	<p>Arresto da 2 a 4 mesi Ammenda da euro 1.200 a 5.200</p>
<p>Ostruzionismo nei confronti del RLS, impedendogli di verificare l'applicazione delle misure di sicurezza e di protezione della salute (art. 18, comma 1, lett. n)</p>	<p>Ammenda da euro 2.000 a 4.000</p>
<p>Mancata custodia del documento di valutazione dei rischi presso l'unità produttiva alla quale si riferisce la valutazione dei rischi</p>	<p>Sanzione amministrativa pecuniaria da euro 2.000 a 6.600</p>

ILLECITO	Sanzione
<p>Mancato svolgimento della riunione di prevenzione periodica ex art. 35 sugli argomenti previsti dal comma 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Il documento di valutazione dei rischi b) l'andamento degli infortuni e delle malattie professionali e della sorveglianza sanitaria c) i criteri di scelta, le caratteristiche tecniche e l'efficacia dei DPI d) i programmi di informazione e formazione dei dirigenti, dei preposti e dei lavoratori 	<p>Sanzione amministrativa pecuniaria da euro 2.000 a 6.600</p>

Circolare Del Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali del 18 novembre 2010

Indicazioni della Commissione consultiva per la valutazione dello *stress* lavoro-correlato

Grazie per l'attenzione