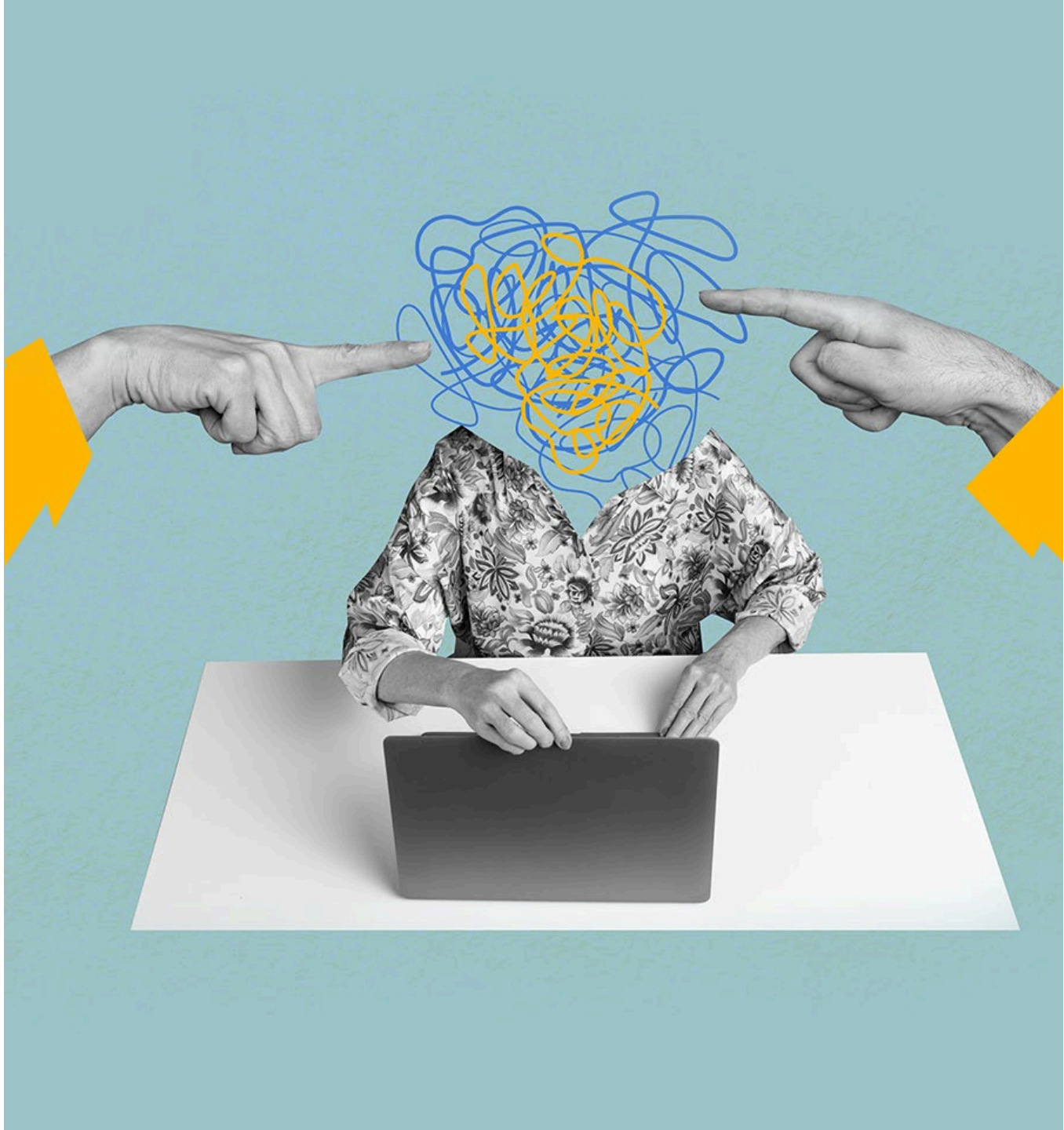
aifos

Webinar

La salute mentale negli ambienti di lavoro

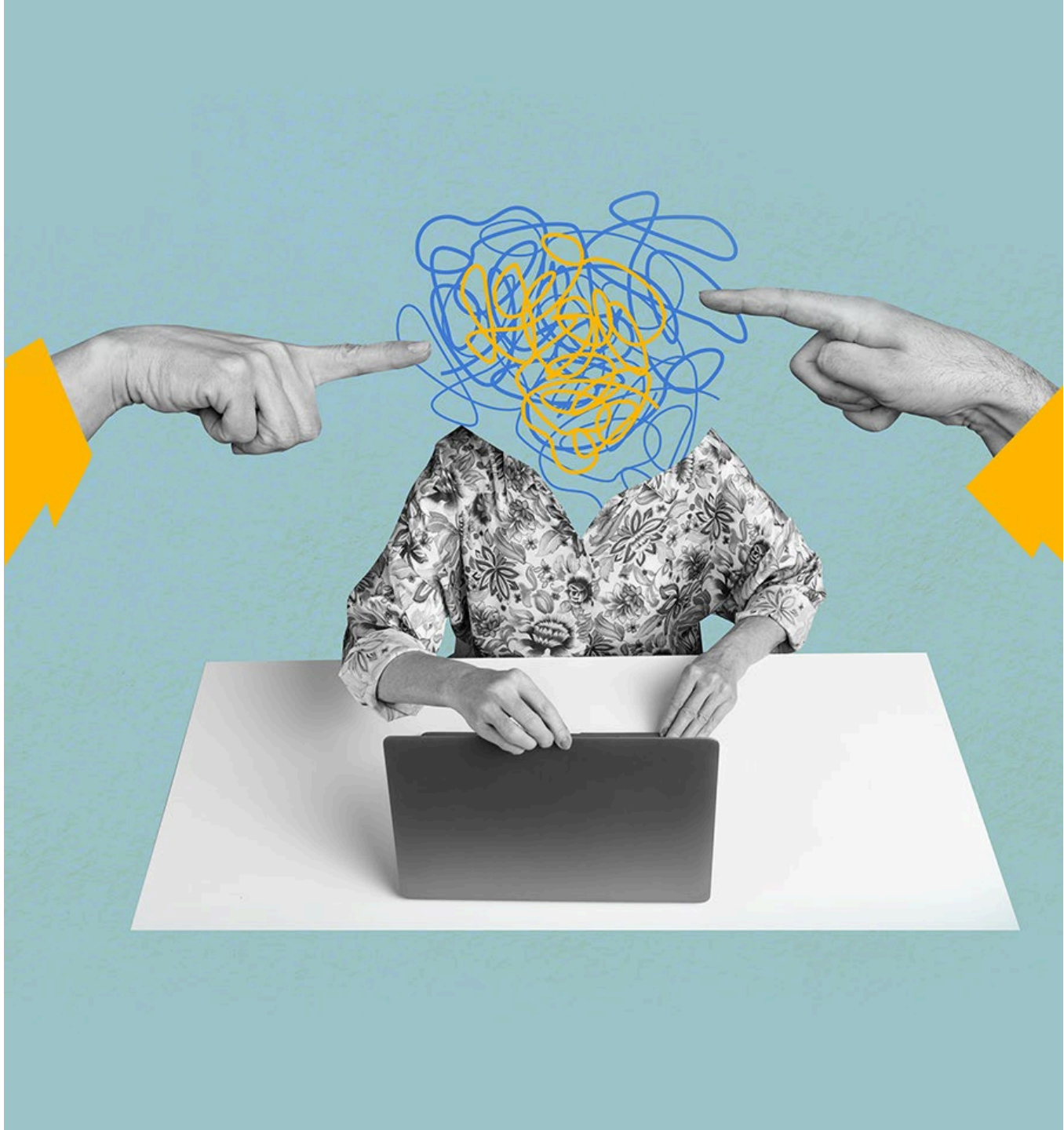
Martedì 27 ottobre 2026
Dalle 15.30 alle 17.00

Relatore: Fulvio d'Orsi



aifos

Rischi fisici e salute mentale negli ambienti di lavoro



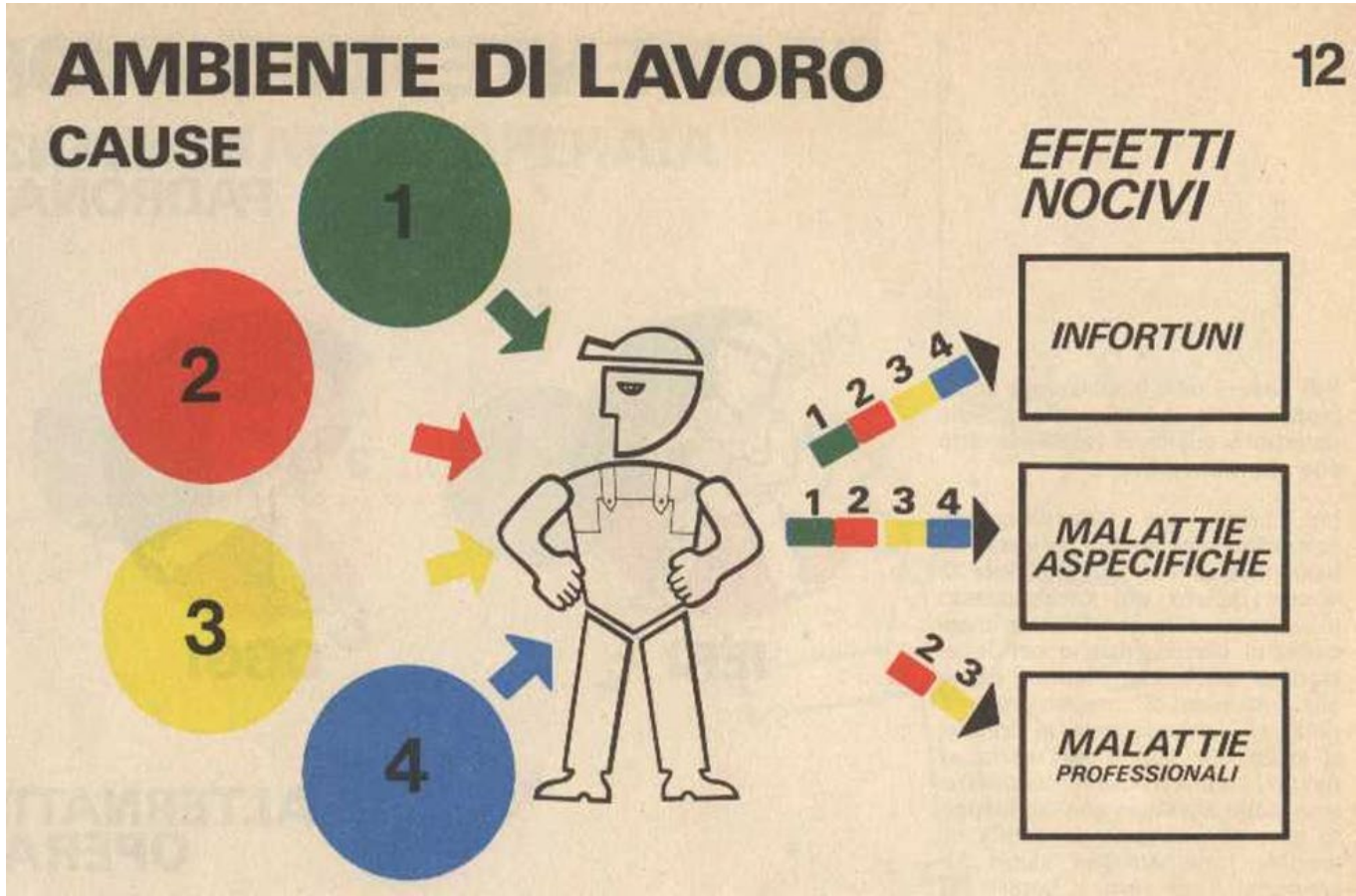
Relatore: Fulvio d'Orsi

CORREVA L'ANNO 1977





CORREVA L'ANNO 1977



RISCHI «FISICI» E RISCHI PSICOSOCIALI

Rischi fisici e psicosociali negli ambienti di lavoro e le loro conseguenze sono strettamente connessi

RISCHI FISICI  **RISCHI PSICOSOCIALI**

- I rischi sono diversi ma **la persona è la stessa**
- L'interazione tra le due tipologie di rischi è **bidirezionale**

RISCHI «FISICI» E RISCHI PSICOSOCIALI

- L'esposizione a rischi fisici (come sostanze chimiche, rumore e temperature estreme nell'ambiente di lavoro) ha **effetti sulla salute mentale**, soprattutto sui soggetti vulnerabili quali i lavoratori anziani e le persone con patologie mentali preesistenti

- Il malessere psicologico può **aggravare** l'effetto dei rischi fisici sia direttamente, sia indirettamente influenzando comportamenti meno orientati alla prevenzione

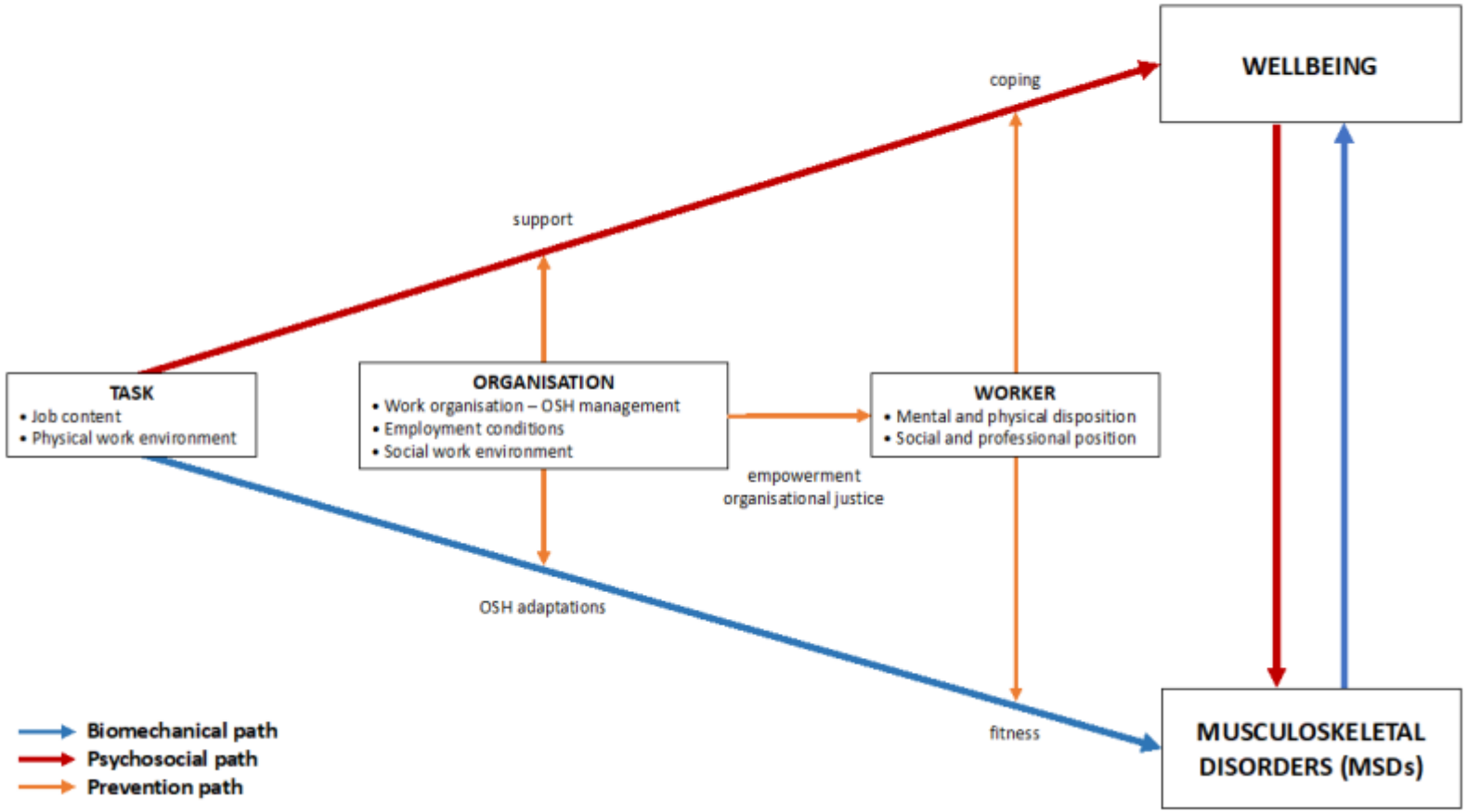
- A volte le **misure di prevenzione** dei rischi fisici possono essere causa di un rischio psicosociale

DISTURBI MUSCOLOSCHELETRICI E RISCHI PSICOSOCIALI

Gli studi specifici dell'EU-OSHA (ESENER 2021) evidenziano un nesso tra Rischi Psicosociali e DMS

- **Fattori scatenanti o aggravanti**: Un elevato carico di lavoro, la bassa autonomia decisionale, la mancanza di pause, i turni pesanti e la scarsa stabilità o supporto aziendale aumentano il rischio di sviluppare o aggravare i DMS.
- **Fattori organizzativi chiave**: Elementi come l'orario di lavoro, il supporto della dirigenza e il clima organizzativo incidono sui DMS spesso più di fattori puramente biomeccanici.
- **Effetto a catena**: Lo stress psicologico genera tensioni muscolari croniche, fatica e diminuisce la capacità di recupero dell'organismo, favorendo l'insorgenza di patologie a carico della schiena e degli arti.

Figure 1: Conceptual framework for analysing work-related risks for MSDs and wellbeing



Fonte: ESENER 2021

LAVORO AGILE

- **De-spazializzazione** del lavoro: luogo non sempre idoneo all'esercizio della prestazione lavorativa
- **De-temporalizzazione** del lavoro: mancata separazione tra tempo di lavoro e tempo di non-lavoro
- Dilatazione del tempo di lavoro, mancanza di pause, sedentarietà
- Malattie cardiovascolari, ipertensione, sindrome metabolica, disturbi muscoloscheletrici, astenopia
- Fatica mentale, ansia, depressione, workaholism (dipendenza dal lavoro)

RISCHI PSICOSOCIALI E INFORTUNI

- Stress lavoro-correlato e rischi psicosociali possono **interferire con il sistema cognitivo ed emotivo**, aumentando l'affaticamento o i problemi di attenzione di concentrazione che possono causare un infortunio

- **Essere vittima** di un infortunio sul lavoro o assistere ad un infortunio grave, così come lavorare in un ambiente ad alto rischio infortunistico possono determinare o aggravare problemi di salute mentale

- Gli ambienti di lavoro con **rischi fisici diffusi e/o con rischi psicosociali non gestiti** sono quelli che presentano il maggior numero di incidenti e infortuni (EU-OSHA)

TOTAL WORKER HEALTH

- I rischi lavorativi possono contribuire a **problemi di salute che prima venivano considerati non correlati al lavoro**, come i disturbi del peso corporeo, i disordini del sonno, le malattie cardiovascolari e altro

- Molti **fattori lavorativi**, tradizionalmente non considerati rischi, possono avere un impatto significativo sulla salute delle persone, come l'orario, la distanza e il pendolarismo, la flessibilità e la conciliazione vita-lavoro, la retribuzione, le relazioni interpersonali, sia agendo direttamente sull'organismo, sia determinando comportamenti e stili di vita.

TOTAL WORKER HEALTH

- Lo stress agisce come un potente **modulatore** dei fattori di rischio tradizionali, amplificandone l'impatto sulla salute fisica e mentale.

- **Azione diretta** di cortisolo, adrenalina, sostanze insulino-antagoniste, iperproduzione di glucosio ed acidi grassi per rispondere ad un’aumentata richiesta energetica, modulazione del sistema immunitario e infiammatorio

- Ipertensione, sindrome metabolica, aterosclerosi, diabete di tipo 2, malattie infettive e autoimmuni

ACCOMODAMENTO RAGIONEVOLE

- Ambiente di lavoro stressogeno, malessere psicologico determinano atteggiamenti di **fuga dal lavoro** per cui la necessità di ridurre l'esposizione ad un rischio fisico (giudizio di idoneità con limitazioni) diventa l'opportunità per sottrarsi ad una condizione di lavoro sgradita, rifiutando di collaborare alla rimodulazione della propria mansione

- Le istanze di vista a richiesta sono **un indicatore oggettivo di stress lavoro-correlato**

- Il benessere lavorativo, il supporto, la valorizzazione delle persone, un ambiente di lavoro inclusivo **facilitano il reinserimento lavorativo** delle persone con disabilità e patologie

UN APPROCCIO OLISTICO

- La valutazione dei rischi deve riguardare **tutti** i rischi: rischi fisici e rischi psicosociali

- L'approccio alla valutazione e gestione dei rischi deve essere di tipo **integrato** considerando allo stesso tempo entrambi i tipi di rischi e le interazioni tra i due.

- Le **misure di prevenzione** adottate per i rischi fisici non devono essere fonte di un rischio di tipo psicosociale (es. aggravamento del carico di lavoro, inadeguatezza delle risorse, mancanza di supporto o di formazione, complicazione delle procedure, ecc.)

aifos

Grazie per l'attenzione

