



## Rischio da stress lavoro-correlato

Il gruppo RSLC informa

N.1

Presentazione a cura della Cons. Brunella Vercelli, Presidente del gruppo di lavoro

### Avvio della Valutazione del Rischio da Stress Lavoro-Correlato (RSLC)

Caro collega,

il progetto che stiamo portando avanti nel rispetto della normativa vigente, è un'importante occasione per migliorare la nostra qualità di vita nell'ambito lavorativo. Non sciupiamola!

Ognuno di noi con il proprio vissuto lavorativo può far emergere, attraverso le iniziative che verranno proposte, eventuali situazioni di stress lavoro-correlato e permettere all'amministrazione di comprendere come e in quale ambito intervenire per prevenirle.

L'esistenza di stress nei nostri Uffici non deve essere considerata "una colpa" da perseguire ma una condizione da poter modificare con la consapevolezza e l'utilizzo di appositi strumenti.

Per prima cosa vogliamo dare a tutti l'opportunità di comprendere alcuni termini ricorrenti, non sempre associati ai corretti significati, quando si affronta il tema dello "stress lavoro-correlato".

Attraverso la newsletter che oggi prende avvio, cercheremo, oltre che aggiornarti sui lavori del gruppo, di diffondere la conoscenza scientifica nel settore trattando gli argomenti con la massima semplicità.

Brunella Vercelli

### Valutazione preliminare

Seguendo le indicazioni metodologiche della Commissione Consultiva Permanente per la Salute e la Sicurezza sul Lavoro, il gruppo di lavoro sta procedendo alla pianificazione della valutazione preliminare dello Stress lavoro-correlato.

Questa consisterà nel coinvolgere i responsabili dei diversi Dipartimenti e degli Uffici, per la compilazione di due questionari per la raccolta di dati riguardanti il contesto e il contenuto del lavoro. La compilazione del questionario sarà guidata e condivisa con un piccolo team comprendente le figure tecniche e quelle di rappresentanza dei lavoratori presenti nel gruppo.

### Domande frequenti sul rischio di stress correlato al lavoro

#### **Che cos'è lo stress?**

Lo stress è una risposta "naturale", "fisiologica", "normale" dell'organismo che permette di affrontare situazioni problematiche o vissute come problematiche.

Infatti l'organismo con i sintomi dello stress ci avverte che si sta "preparando" a fronteggiare la situazione attingendo ai suoi meccanismi di riserva energetica, attacco, difesa o fuga.

Se la situazione si risolve e/o il clima ambientale è premiante, l'organismo impara a gestire una maggiore quantità di energia e ha in compenso ritorni "gratificanti". E' quello che si verifica in un periodo di lavoro intenso ma appagante.

Se situazioni problematiche, si presentano troppo spesso, in modo ricorrente, assumono caratteristiche di eccessiva difficoltà, durano troppo a lungo e diventano quasi croniche, allora lo stress assume caratteristiche negative (si parla di DISTRESS).

Pertanto lo stress negativo non deve essere confuso con un incremento delle richieste e impegno lavorativi che, se ben gestiti, possono determinare uno "stress positivo" (EUSTRESS).

#### **Lo stress è una malattia?**

No, lo stress (o meglio il DISTRESS) non è una malattia, ma una situazione di prolungata tensione che può ridurre l'efficienza sul lavoro e può determinare un cattivo stato di salute, fino al possibile instaurarsi o aggravarsi di malattie.

### **Che cos'è lo stress lavoro-correlato**

Il concetto di stress lavoro-correlato si ritrova nei contenuti dell'Accordo Quadro Europeo del 2004, recepito in Italia con l'Accordo Interconfederale del 09/06/2008, da cui si evince che lo stress è definibile come una condizione che può essere accompagnata da disturbi o disfunzioni di natura fisica, psicologica o sociale, conseguenza del fatto che l'individuo non è in grado di corrispondere alle richieste o alle aspettative e condizioni ambientali che possono essere eccessive rispetto alle abilità individuali, distorte per qualità o francamente "anomale". Quando tali richieste ed aspettative sono riferite al lavoro allora lo stress riguarda l'ambito lavorativo. Tuttavia non tutte le manifestazioni di stress evidenziate sul luogo di lavoro possono essere considerate "Stress lavoro correlato". A volte possono dipendere da fattori extra-lavorativi o da problematiche individuali che emergono però durante lo svolgimento delle attività lavorative. **Lo stress lavoro correlato è quello causato da vari fattori propri del contesto e del contenuto del lavoro.**

### **A quale normativa fa riferimento l'obbligo di valutazione del rischio stress lavoro correlato?**

La valutazione del rischio stress lavoro correlato fa riferimento innanzitutto all'Accordo Europeo sullo Stress Occupazionale dell'ottobre 2004, dove gli Stati Membri dell'Unione si impegnavano a legiferare a livello nazionale. In Italia tale impegno si è concretizzato nell'Art. 28 del D.lgs. 81/2008 (Testo Unico sulla Sicurezza), primo riferimento normativo che obbliga alla valutazione dei rischi psicosociali nelle organizzazioni pubbliche e private. L'Art.6, comma 2 del D.lgs. 106/2009 stabilisce che è compito del Ministero del Lavoro emanare procedure standardizzate necessarie alla valutazione del rischio da stress lavoro correlato. In data 17/11/2010, la Commissione Consultiva Permanente per la Salute e la Sicurezza sul Lavoro (destinataria del compito di elaborare le indicazioni di cui all'Art.6, comma 8, lettera m-quater del D.lgs. 81/08), al fine di dare piena attuazione allo specifico obbligo valutativo, ha approvato le indicazioni per la valutazione dello Stress lavoro-correlato, diffuse dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali sul proprio sito internet, con [Lettera Circolare prot. 15/SEGR/0023692](#) e successivamente rese note anche con Comunicato ufficiale del Ministero stesso (G.U. 304 del 30/12/2010).