

Dalla fatica fisica alla fatica mentale

Perché il Medico Competente deve interessarsi alla ‘fatica mentale’?

Bologna, 24 Maggio 2024

Paolo Santucci

Comitato Scientifico ANMA
ANMA Liguria, Genova



Nel mondo del lavoro la fatica mentale sta prendendo il posto della fatica fisica?

Risposte di AI
(Copilot GPT-4)



Nel mondo del lavoro, la fatica mentale sta assumendo un ruolo sempre più rilevante, spesso affiancando o addirittura superando la fatica fisica. ...

... Cambiamenti nella Società:

- La natura del lavoro è cambiata. Molti lavori richiedono ora competenze cognitive, risoluzione di problemi e adattabilità.

- La tecnologia, la comunicazione digitale e la pressione costante possono portare a una maggiore fatica mentale. ...

(Gemini) La fatica mentale è un problema serio che può avere conseguenze sulla salute e sulla produttività dei lavoratori. È importante che le aziende adottino misure per ridurre la fatica mentale e promuovere il benessere dei propri dipendenti.

«La digitalizzazione sta cambiando rapidamente il mondo del lavoro e richiede soluzioni nuove e aggiornate in materia di sicurezza e salute sul lavoro (SSL)».

«In tale contesto, 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».

La campagna ‘Ambienti di lavoro sani e sicuri’ 2023-2025 sensibilizza in merito all’impatto delle nuove tecnologie digitali sul lavoro e sui luoghi di lavoro e alle correlate sfide e opportunità in materia di salute e sicurezza sul lavoro (SSL). La campagna 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?



*«Lo sviluppo di tecnologie digitali comporta **effetti potenzialmente nocivi sulla salute mentale dei Lavoratori...»***

*«...La digitalizzazione incrementerà il **numero di Lavoratori esposti a fattori psicosociali, sovraccarico cognitivo e carico mentale»***



Digitalizzazione e salute e sicurezza sul lavoro (SSL)

New forms of work in the digital era: implications for psychosocial risks and MSDs

La legislazione contiene già un riferimento all'affaticamento mentale?

Sì. Nell'art.174 del D.Lgs.81/08 e s.m.i.

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

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

- a) ai rischi per la vista e per gli occhi;
- b) **ai problemi legati** alla postura ed **all'affaticamento** fisico o **mentale**;
- c) alle condizioni ergonomiche e di igiene ambientale.



Negli ultimi 15 anni é stata realizzata la specifica valutazione, oppure si é inteso 'riportare' tale valutazione nell'ambito dello stress lavoro correlato?

In quale contesto lavorativo abbiamo già incontrato la 'fatica mentale'?

Nello *smart working (remote working)* durante l'emergenza pandemica

- **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**

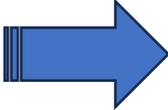
Teleworking during the COVID-19 pandemic: risks and prevention strategies.
European Agency for Safety and Health at Work, 2021.



Telework may present risks for psychosocial well-being, including impact on work pace, longer working hours, interference with work–life balance, isolation and detachment (International Labour Office, 2021)

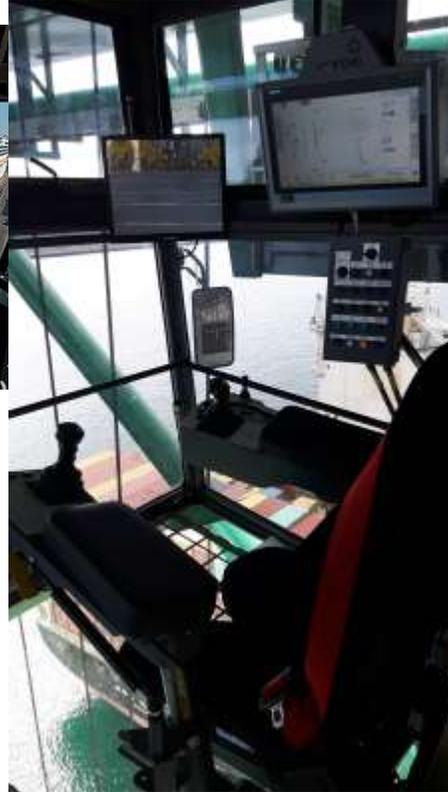


Un esempio di spostamento della fatica, da fisica a mentale?

Il Lavoro portuale 



Fine '800



2024

E ora quale approccio verso la 'nuova fatica'?

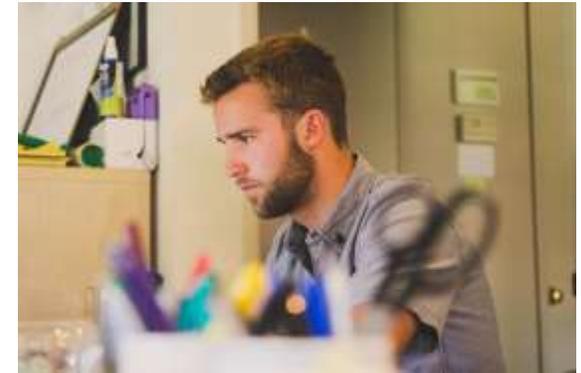
Come misurare il carico mentale?

Come gestire le difficoltà dell'adattamento alla mansione?

Un esempio di 'valutazione individuale' del carico mentale?

Il Lavoratore con disabilità: esiti di ictus

Lavoratore di ufficio, 'fisicamente' idoneo alla mansione specifica che 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?*



Conclusioni



**Noi Medici Competenti siamo all'altezza di queste nuove sfide?
Siamo in grado di dare risposta alle crescenti aspettative di
lavoratori e aziende?**

Al momento, no. Abbiamo bisogno di un nuovo approccio, di nuovi strumenti e rinnovate collaborazioni per integrare le necessarie competenze specialistiche.

International Labour Office

HEALTHY AND SAFE TELEWORK TECHNICAL BRIEF — GENEVA, 2021

Occupational health services should include either onsite or remote ergonomic risk assessment (...) and can offer ergonomic, mental health and psychosocial support.



GRAZIE !

