



Effetti dell'esposizione al fumo di tabacco sulla salute

Al fine di proteggere i non fumatori sul luogo di lavoro e incoraggiare i fumatori a smettere, sono state recentemente elaborate alcune raccomandazioni a livello europeo. In diversi paesi UE è stato introdotto il divieto di fumare sul luogo di lavoro. Ciononostante, in alcuni casi i lavoratori sono ancora esposti al fumo di tabacco ambientale. Vi sono, inoltre, grandi differenze tra i vari Stati europei in merito a questo problema, come illustra un'indagine svolta dalla Commissione europea nel 2009. In Grecia, il 60% degli interpellati ha dichiarato di essere esposto al fumo di tabacco ambientale sul luogo di lavoro. Nel Regno Unito, in Finlandia e Svezia si è registrato invece il tasso più basso di esposizione, con circa il 10% dei lavoratori interessati da questo problema.

L'esposizione al fumo di tabacco ambientale, nota anche come esposizione al fumo passivo, è un'importante causa di malattia, disabilità e mortalità nell'Unione europea. L'esposizione professionale al fumo di tabacco ambientale si riferisce all'esposizione al fumo sul luogo di lavoro.

Occorre sapere che:

- L'esposizione al fumo ambientale aumenta il rischio di cancro ai polmoni del 20-30%.
- Coloro che già soffrono di asma o malattie polmonari croniche corrono un rischio maggiore di sviluppare problemi derivanti dall'esposizione al fumo ambientale.
- Il fumo passivo aumenta il rischio di infarto del 25-35%. Gli effetti cardiovascolari dell'esposizione al fumo passivo anche per brevi periodi (minuti, ore) potrebbero essere tanto significativi (80%-90%) quanto quelli del fumo attivo cronico.

- L'esposizione al fumo ambientale durante la gravidanza accresce il rischio di dare alla luce neonati sottopeso, con disturbi congeniti e ridotta funzionalità polmonare. Inoltre, tale esposizione aumenta la probabilità che il bambino sviluppi l'asma.



Aspetti economici del fumo sul luogo di lavoro

- Il fumo costa. I dati mostrano che i fumatori si assentano più spesso per brevi o lunghi periodi di malattia rispetto ai non fumatori o agli ex fumatori. I fumatori al lavoro sono meno produttivi poiché si prendono pause sigaretta. Ai costi del fumo sul luogo di lavoro si sommano i danni degli incendi causati da sigarette dimenticate accese e le spese di pulizia e manutenzione aggiuntive.
- Gli effetti del fumo ambientale sulla salute dei non fumatori sono considerevoli e provocano un aumento dei costi sostenuti dalle imprese a causa del fumo.
- I locali di lavoro in cui è consentito fumare sono soggetti a numerosi rischi. Il costo dell'assicurazione contro gli incendi è maggiore. I dipendenti potrebbero presentare una richiesta di indennizzo nel caso in cui lamentino effetti sulla salute.

Fumare sul luogo di lavoro: luoghi comuni

- Gli ingegneri concordano sul fatto che, contrariamente alla credenza comune, non esiste un sistema di aerazione in grado di eliminare completamente il fumo. Questo significa che le aree per fumatori coperte inquinano sempre l'aria delle stanze dei non fumatori.
- Anche la dislocazione delle aree per fumatori in prossimità di porte, finestre o bocchette di aerazione degli edifici causa l'esposizione professionale al fumo ambientale, per via dell'effetto della corrente.
- Le sale per fumatori non impediscono l'esposizione dei lavoratori al fumo ambientale. Gli addetti alle pulizie lavorano in questi locali e sono costretti a respirare l'aria inquinata.
- Nonostante la credenza comune, la normativa antifumo non danneggia il settore della ristorazione. Diversi studi che mettono a confronto i dati precedenti e successivi all'introduzione del divieto di fumo nell'Unione europea e negli Stati Uniti hanno dimostrato che le vendite possono, addirittura, aumentare.

Creare un ambiente senza fumo

Il modo migliore per i datori di lavoro di supportare e proteggere i propri dipendenti è stabilire una politica antifumo olistica, che comprenda un programma per smettere di fumare, nonché il totale divieto di fumo nei locali della società:

Primo passo: incoraggiare e aiutare i fumatori a smettere

- Evidenziare i danni causati dal fumo e motivare i fumatori a smettere, illustrando i vantaggi di una vita senza fumo.
- Le compagnie di assicurazione potrebbero finanziare una vasta gamma di programmi per smettere di fumare. Potrebbe essere utile chiedere ai fumatori di contribuire con una piccola somma, in modo da coinvolgerli in prima persona nei corsi offerti. Potrebbe essere vantaggioso consentire ai dipendenti di partecipare ai corsi durante l'orario di lavoro, per aumentarne la motivazione.



Secondo passo: adottare un divieto di fumo totale

Se vengono seguite alcune raccomandazioni, il rispetto del divieto di fumo è solitamente diffuso e di norma sia i fumatori, sia i non fumatori sostengono queste politiche.

Alcuni accorgimenti semplificano l'introduzione di tale politica e ne garantiscono la buona riuscita:

- Evidenziare i danni alla salute causati dall'esposizione al fumo ambientale e il diritto degli individui a lavorare in un ambiente senza fumo.

<http://osha.europa.eu>

- Istituire un comitato per la supervisione di tutte le misure e dell'introduzione senza intoppi attraverso:
 - il coinvolgimento dei dipendenti nel processo di introduzione e il supporto dei rappresentanti dei lavoratori;
 - il pieno coinvolgimento dei quadri ovvero la loro partecipazione al comitato.
- una distribuzione di un manuale scritto contenente le nuove regole e gli obiettivi che si intendono raggiungere.
- Elaborare una tabella di marcia in cui vengono indicate le varie misure da adottare, le conseguenze del mancato rispetto, nonché le persone da contattare per ogni chiarimento.
- Offrire programmi gratuiti per smettere di fumare e la possibilità di consulenze periodiche per incoraggiare coloro che tentano di smettere.
- Fornire formazione e informazioni di carattere generale ai responsabili, ai supervisori e ai rappresentanti dei lavoratori.
- Non consentire alcuna eccezione all'interno dei locali della società una volta introdotto il divieto.
- Essere consapevoli delle possibili conseguenze negative del divieto di fumo, ad esempio un maggiore rischio di incendi causato da coloro che fumano di nascosto.

È necessario pianificare l'introduzione del divieto di fumo e informare i dipendenti con largo anticipo, per consentire a tutti di prepararsi alle nuove condizioni. È opportuno pianificare diversi mesi di preparazione.

Per maggiori informazioni:

Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro, Prevenire l'impatto negativo del tabacco sul luogo di lavoro:

http://osha.europa.eu/it/topics/whp/index_html

Film di Napo sul fumo di tabacco:

<http://osha.europa.eu/en/topics/whp/smoke-at-work>

Consultare inoltre i pieghevoli *Consigli per i fumatori* e *Consigli per i non fumatori*.



Buono a sapersi: Il Dipartimento Generale Salute e Consumatori della Commissione Europea ha lanciato nel 2011 la nuova campagna anti-tabacco "Gli Ex fumatori Sono Irresistibili". Questa campagna di tre anni offre uno strumento estremamente efficace per aiutare i fumatori a smettere di fumare. Disponibile nelle 23 lingue ufficiali dell'Unione europea, iCoach è una piattaforma digitale gratuita di educazione alla salute. Diversamente da altre iniziative di questo tipo, iCoach è rivolta anche a chi non intende smettere di fumare o è soggetto a un elevato rischio di ricaduta. I risultati fin qui ottenuti sono eccezionali: oltre il 30% delle persone che hanno iniziato il programma ha smesso di fumare. Per maggiori informazioni: www.exsmokers.eu