

**Tempi di lavoro e tempi di
vita:**

Quali rischi per i lavoratori?



Pontedera 3 Dicembre 2015

Ore 8,30-16,30

Auditorium Museo Piaggio

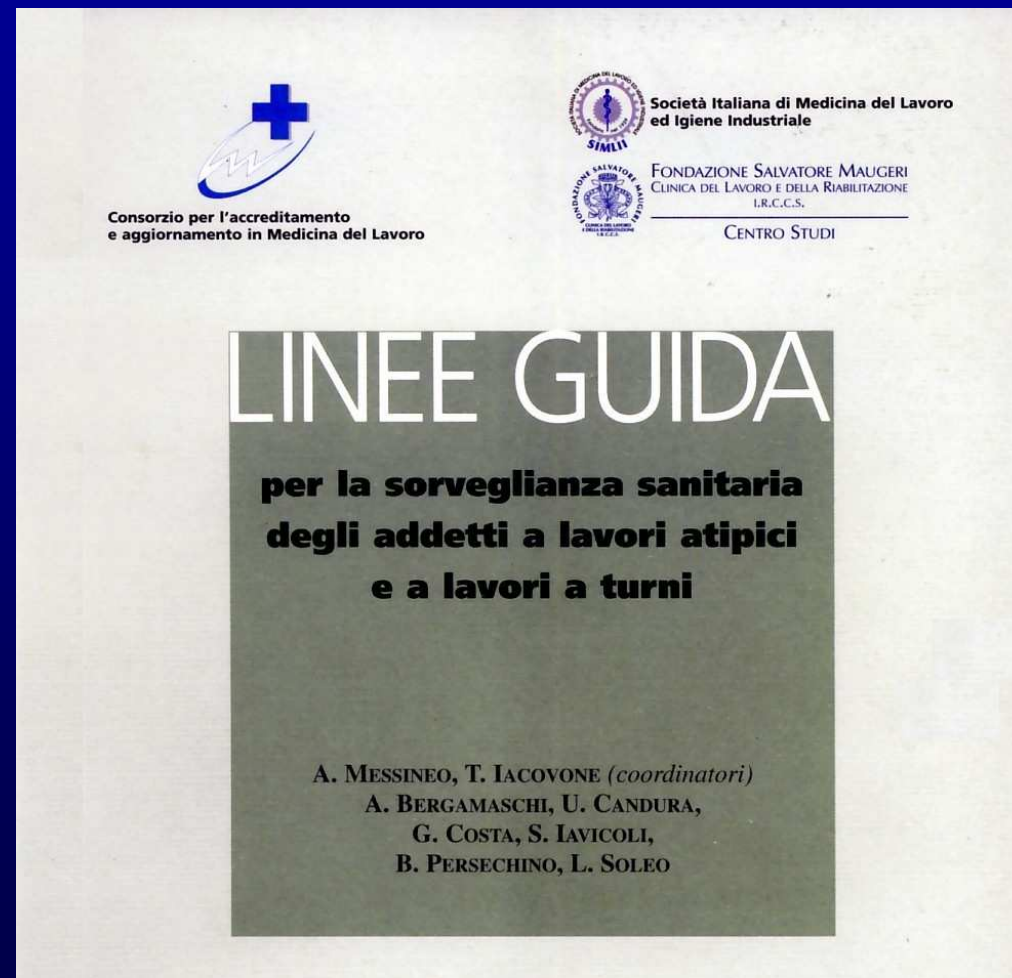
Viale Rinaldo Piaggio, 7

La sorveglianza sanitaria dei lavoratori esposti al rischio lavoro notturno

Alfonso Cristaudo
Università di Pisa

*Direttore U.O. Medicina
Preventiva del Lavoro
Azienda Ospedaliero
Universitaria Pisana*

Linee Guida SIMLII - 2004



Evento
formativo in
collaborazione

AIMS – Medici
del Lavoro



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Parma



Azienda Ospedaliero - Universitaria
Parma



Azienda Ospedaliero-Universitaria di Parma



Sezione Emiliano-Romagnola

**Le problematiche emergenti per la salute e la
sicurezza sul lavoro**

**IL SONNO E I SUOI DISTURBI
D'INTERESSE PER LA SALUTE E LA
SICUREZZA DURANTE IL LAVORO**

**Lavoro a turni o prolungato e controllo della
sonnolenza**

Parma 2 febbraio 2007

ore 9.00 - 18.00

**Sala Congressi Azienda Ospedaliero - Universitaria di
Parma**



Dipartimento di Neuroscienze
Sezione di Neurologia
Università di Pisa

INAIL

Regione Toscana

Sezione Medicina Preventiva del Lavoro
Azienda Ospedaliero-Universitaria Pisana



CONVEGNO

I DISTURBI DEL SONNO E LA PREVENZIONE
DEI DANNI DA LAVORO E DEGLI INFORTUNI IN ITINERE

Pisa 16 Novembre 2007

Auditorium CNR, Via Moruzzi, Pisa



- In Europa solo il 24% dei lavoratori lavora in un normale orario (8-17) dal lunedì al venerdì.
- Maggior parte orari atipici, compresi lavoro a turni, notturno, week-end, frazionati (mattina presto, sera tardi).

Lavoro notturno

- In Italia sono circa 3 milioni i lavoratori dipendenti che lavorano a turni notturni
- Circa 20-22% di tutti i lavoratori maschi e 11% femmine
- Prevalgono uomini di età 26 - 45 anni
- Ma anche donne e *over 50*

Lavoratori interessati

- Addetti allo smaltimento dei rifiuti e alla pulizia delle strade(15,7%, 400mila lavoratori)
- Panettieri, pasticciieri (23,5% ossia 600mila lavoratori),
- Trasportatori , ferrovie, controllori volo (13,7%, 350mila lavoratori)
- Forze dell'ordine, addetti alla sicurezza, sorveglianza notturna (11,8%, 300mila lavoratori),
- medici, infermieri sanità e assistenza (11%, 280mila lavoratori),
- Informazione e telecomunicazioni (9,8%, 250mila lavoratori)
- Pubblici servizi e ristorazione (9%, 230mila lavoratori)
- operai nelle industrie e nelle attività manifatturiere come metalmeccanici,
- cementieri,
- Addetti settore agroalimentare,
- Forze armate
- Spettacolo



C'è un impatto sulla salute?

Assetto biologico. Sconvolgimento ciclo sonno-veglia e funzioni biologiche “circadiane” e condizioni psicofisiche

Capacità di lavoro. Performance, Disturbi della vigilanza e maggior i rischi di errori e infortuni.

Stato di salute. Sonno, digestione, s.jet lag, ormonali, tumori, Aggravamento di patologie internistiche

Vita familiare e sociale

Sonno e salute dei lavoratori

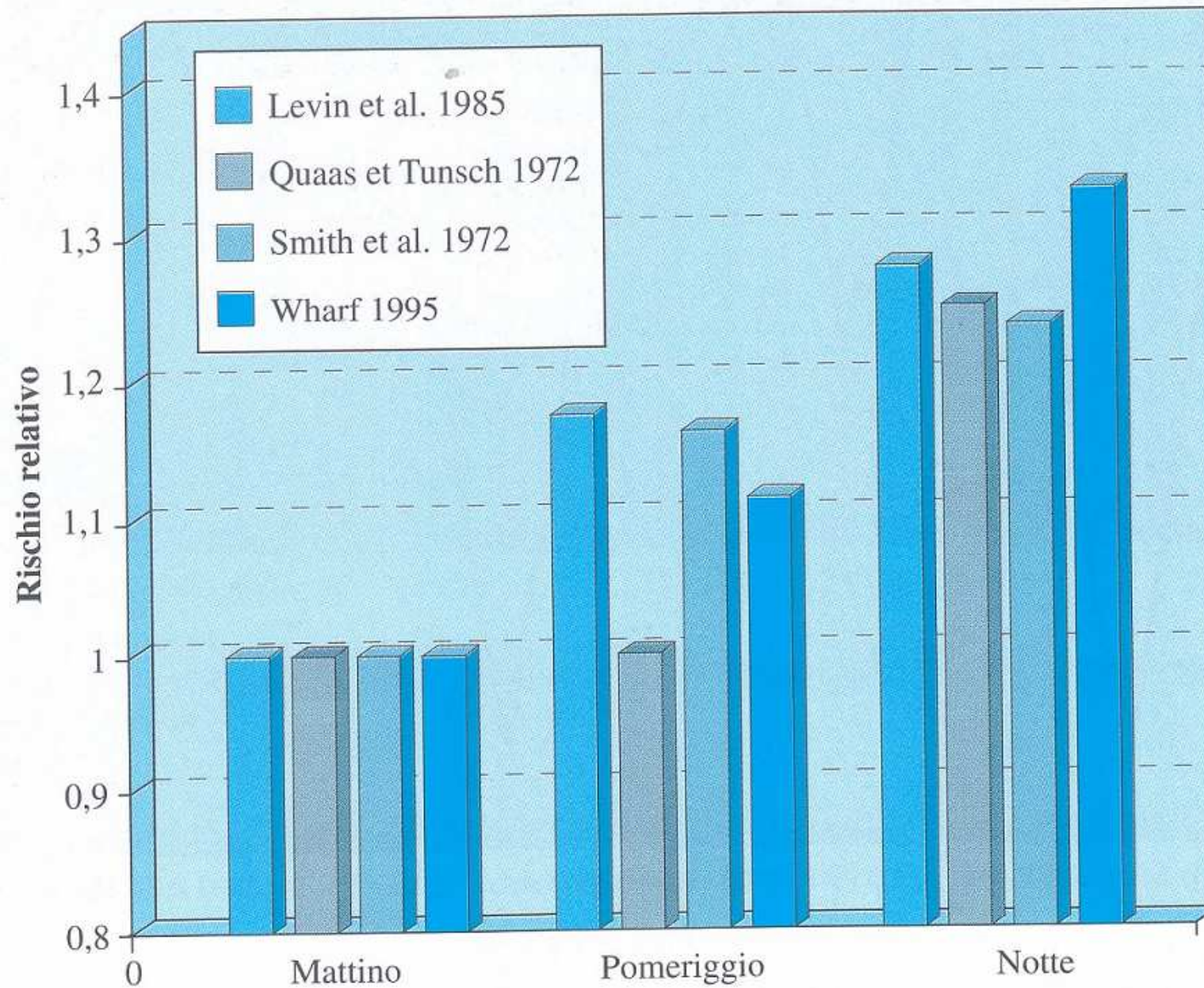
- Insorgenza problemi di sonno spesso in età lavorativa
- Prevalenza difficoltà del sonno nella forza lavoro dal 10 al 40%
- La carenza di sonno può favorire l'insorgenza di infortuni sul lavoro-
infortuni alla guida e alcune patologie
- E' quindi un problema che interessa la salute e la sicurezza

Sorveglianza sanitaria e rischio infortunistico

- Dalla letteratura (1-2) sappiamo che i lavoratori con problemi di sonno hanno un rischio circa doppio di subire un infortunio sul lavoro. Tale rischio aumenta notevolmente per i guidatori (anche professionisti).

1) MELAMED S., OKSENBERG A. *Excessive daytime sleepiness and risk of occupational injuries in non-shift daytime workers. Sleep 2002 May 1; 25(3):315-22.*

2) EVA LINDBERG, NED CARTER, THORARINN GISLASON, and CHRISTER JANSON. *Role of Snoring and Daytime Sleepiness in Occupational Accidents Am. J. Respir. Crit. Care Med., Volume 164, Number 11, December 2001, 2031-2035*



1) G.Costa Lavoro a turni e notturno. SEE Firenze,2003.

Sonnolenza e catastrofi...

Alcune delle più rilevanti catastrofi ambientali avvenute durante le ore notturne:

- Three Mile Islands (1979)
- Chernobyl (1986)
- Bhopal (1984)
- Exxon Valdes (1989)

Lavoro a turni / notturno

Aspetti critici

- Il rischio è sottovalutato:
 - sia da parte del datore di lavoro
 - che del lavoratore
- Organizzazione dei turni ignora gli aspetti neurofisiologici
- Importanza di variabili economiche e sociali

Lavoro a turni / notturno

Aspetti critici

Esempi di turni non ergonomici:

- Ceramiche Civita Castellana (VT)
 - turno unico 4-12 a.m.
- Industria del latte di Parma
 - 3 turni: 5-13; 13-21; 21-5
 - cambio turno settimanale
 - senso di rotazione M-N-P

Aspetti legislativi

SERIE GENERALE

Spediz. abb. post. 45% - art. 2, comma 20/b
Legge 23-12-1996, n. 662 - Filiale di Roma

Anno 146° — Numero 109

GAZZETTA  UFFICIALE
DELLA REPUBBLICA ITALIANA

PARTE PRIMA

Roma - Giovedì, 12 maggio 2005

SI PUBBLICA TUTTI
I GIORNI NON FESTIVI

DIREZIONE E REDAZIONE PRESSO IL MINISTERO DELLA GIUSTIZIA - UFFICIO PUBBLICAZIONE LEGGI E DECRETI - VIA ARENULA 70 - 00100 ROMA
AMMINISTRAZIONE PRESSO L'ISTITUTO POLIGRAFICO E ZECCA DELLO STATO - LIBRERIA DELLO STATO - PIAZZA G. VERDI 10 - 00100 ROMA - CENTRALINO 06 85081

La Gazzetta Ufficiale, oltre alla Serie generale, pubblica quattro Serie speciali, ciascuna contraddistinta con autonoma numerazione:

- 1ª Serie speciale: *Corte costituzionale* (pubblicata il mercoledì)
- 2ª Serie speciale: *Comunità europee* (pubblicata il lunedì e il giovedì)
- 3ª Serie speciale: *Regioni* (pubblicata il sabato)
- 4ª Serie speciale: *Concorsi ed esami* (pubblicata il martedì e il venerdì)

12-5-2005

GAZZETTA UFFICIALE DELLA REPUBBLICA ITALIANA

Serie generale - n. 109

Ministero delle attività produttive:

Abilitazione all'effettuazione di verifiche periodiche e straordinarie all'organismo Faro S.a.s. in Arceto di Scandiano Pag. 44

Abilitazione all'effettuazione di verifiche periodiche e straordinarie all'organismo Faro S.a.s. in Arceto di Scandiano

Con decreto ministeriale del direttore generale della direzione generale per lo sviluppo produttivo e la competitività, visto il decreto del Presidente della Repubblica del 22 ottobre 2001, n. 462 e la direttiva del Ministero delle attività produttive dell'11 marzo 2002, esaminata la documentazione e la domanda presentata, è abilitato a decorrere dalla data del 20 aprile 2005 il seguente organismo:

Faro S.a.s. via Partitora, 16/A - Arceto di Scandiano (RE).
Installazione e dispositivi di protezione contro lo scariche atmosferiche.

Impianti di messa a terra alimentati fino a 1000V.

Impianti di messa a terra di impianti alimentati con tensione oltre 1000V.

L'abilitazione ha una validità quinquennale dalla data di emissione del decreto.

05A04651

Recepimento Direttive Comunitarie

- **Decreto Legislativo n. 532 / 1999**
Disposizioni in materia di lavoro notturno
- **Decreto Legislativo n. 66 / 2003**
Attuazione direttive UE concernenti taluni aspetti dell'organizzazione dell'orario di lavoro

Decreto Legislativo n. 66 / 2003

art. 1 - Definizioni

- **Periodo notturno:** periodo di almeno 7 ore consecutive comprendenti l'intervallo tra le 24 e le 5 del mattino
- **Lavoratore notturno:** qualsiasi lavoratore che durante il periodo notturno svolga almeno 3 ore del suo tempo di lavoro giornaliero impiegato in modo normale

Decreto Legislativo n. 66 / 2003

art. 2 - Limitazioni al lavoro notturno

- È vietato adibire le donne al lavoro (h 24 – 6):
 - durante gravidanza
 - fino a un anno di età del bambino
- Non sono obbligati a prestare lavoro notturno:
 - a) madre o padre di un figlio < 3 anni;
 - b) unico genitore di un figlio < 12 anni;
 - c) lavoratrice o lavoratore con a carico un soggetto disabile

Decreto Legislativo n. 66 / 2003 art. 14 - Tutela lavoratori notturni

La valutazione dello stato di salute dei lavoratori notturni deve avvenire a cura e a spese del datore di lavoro:

- tramite competenti strutture sanitarie pubbliche
- o tramite “medico competente”...

Decreto Legislativo n. 66 / 2003

art. 14 - Tutela lavoratori notturni

La valutazione dello stato di salute dei lavoratori notturni deve avvenire attraverso:

- controlli preventivi
- controlli periodici almeno ogni 2 anni
- con lo scopo di verificare l'assenza di controindicazioni al lavoro notturno

Decreto Legislativo n. 66 / 2003
art. 15 - Trasferimento al lavoro diurno

Qualora sopraggiungano condizioni di salute che comportino non idoneità al lavoro notturno

il lavoratore verrà assegnato al lavoro diurno

in altre mansioni equivalenti,
se esistenti e disponibili

Decreto legislativo 8 aprile 2003, n.66

Lavoro notturno

Il datore di lavoro è inoltre sottoposto ad una serie di obblighi quali:

- **consultare le organizzazioni sindacali** prima di introdurre il lavoro notturno in azienda;
- **sottoporre i lavoratori notturni ad accertamenti preventivi e periodici in merito al loro stato di salute;**
- **predisporre adeguati servizi o mezzi di prevenzione** e di protezione;
- adibire, laddove possibile, ad altro lavoro diurno il lavoratore per il quale si accerti, dal punto di vista medico, l'insorgenza di inidoneità alla prestazione di lavoro notturno.

Per gli **apprendisti maggiorenni** cade infine in via generale il divieto di lavoro notturno stabilito dall'art.10, comma 4, della legge n.25/55, che già la legge "comunitaria" 2002 aveva peraltro superato per alcune attività (aziende artigianali di panificazione e di pasticceria, aziende del comparto turistico e dei pubblici esercizi – art.21, comma 2, legge n.14/03).

Ruolo del medico del lavoro

- Collaborazione alla valutazione dei rischi
- Sorveglianza sanitaria
- Collaborazione per la riduzione dei rischi
- Informazione e formazione
- Promozione della salute

La sorveglianza sanitaria

L'obiettivo principale della Sorveglianza Sanitaria, così come chiaramente espresso dal legislatore nel D.Lgs. 81/08, è quello di **“... controllare lo stato di salute dei lavoratori ed esprimere un giudizio di idoneità alla mansione specifica”**.

- La sorveglianza sanitaria non deve servire a selezionare il personale.
- Un'attenta organizzazione del lavoro permette a tutti di svolgere il lavoro a turni notturni pressochè a tutti.

Sorveglianza sanitaria e lavoratori notturni

- Il lavoro notturno rappresenta un potenziale fattore di rischio per la salute e la sicurezza dei lavoratori e quindi è normato.
- alcuni studi hanno dimostrato che l'organismo umano è più sensibile nei periodi notturni ai fattori nocivi dell'ambiente nonché a determinate forme di organizzazione del lavoro particolarmente gravose e che lunghi periodi di lavoro notturno sono dannosi per la salute dei lavoratori e possono pregiudicare la sicurezza dei medesimi sul luogo di lavoro.

La sorveglianza sanitaria

Le LG SIMLII definiscono la sorveglianza sanitaria come **“l’insieme di atti medici finalizzati alla tutela della salute dei lavoratori ed alla formulazione del giudizio di idoneità alla mansione specifica”**. Nella pratica essa si realizza attraverso:

- *la conoscenza della valutazione dei rischi lavorativi propri della mansione;*
- *l’identificazione di eventuali condizioni di salute che possono controindicare mansioni che comportano rischi particolari;*
- *la valutazione di eventuali condizioni di salute suscettibili di aggravamento in seguito all’espletamento della mansione assegnata;*
- *la definizione di un quadro iniziale per avere un confronto con le condizioni future di salute.*

La sorveglianza sanitaria

L'obiettivo principale della Sorveglianza Sanitaria è quello di “... **controllare lo stato di salute, al fine di prevenire malattie e infortuni, dei lavoratori ed esprimere un giudizio di idoneità alla mansione specifica**”.

- Il controllo medico ha, tra gli scopi principali, quello di evidenziare i fattori di “**ipersuscettibilità**” individuale nei confronti delle *noxae* patogene e di svelare eventuali specifiche alterazioni dello stato di salute del lavoratore esposto ad uno o più specifici fattori di rischio: **l’evidenza dei problemi di sonno rientra in questa definizione.**

Fattori che influenzano la tolleranza al lavoro notturno

- Adattamento variabile fra individui.
- Allodole: attivazione mattutina, dormono presto la sera
- Gufi : attivazione più ritardata, dormono tardi la notte

- Fattori individuali: età, genere, anz.lav. Personalità, adatt.sonno,
- Fattori familiari: stato civile, figli, secondo lavoro, lavoro del coniuge
- Fattori ambientali e sociali: supporto sociale, pendolarismo, tradizione del lavoro a turni
- Fattori connessi con l'attività lavorativa: settore, mansione, retribuzione, motivazione soddisfazione, carriera
- Fattori legati all'organizzazione dei turni: n. notti consecutive e nell'anno, orari inizio e fine, direzione e velocità di rotazione, week-end liberi

Sorveglianza sanitaria e sonno

- **Lavoratori notturni**

Sorveglianza sanitaria obbligatoria (MC)

- **Alcol e stili di vita**

Idoneità m.s. Conf. Stato Regioni, D.Lgs81/08. Promozione della salute (MC)

- **Rischio infortunistico per patologie del sonno**

Rilievo durante la sorveglianza sanitaria. Problemi di idoneità. Rapporto con MMG

- **Guidatori professionisti trasporto pubblico**

Sorveglianza sanitaria Ispettorato delle FF.SS. o da Organi del Servizio Sanitario Nazionale (art. 6, commi 1 e 2 del D.M. n°88 del 1999)

- **Guidatori professionisti automezzi privati**

D.Lgs 81/08. Valutazione dei rischi

- **Infortuni in itinere**

Organizzazione del lavoro, organizzazione dei trasporti, promozione della salute

Trasferimento al lavoro diurno

Qualora sopraggiungano condizioni di salute che comportino non idoneità al lavoro notturno il lavoratore verrà assegnato al lavoro diurno in altre mansioni equivalenti, **se esistenti e disponibili**

Criteri ergonomici per i turni di lavoro (decalogo per i dirigenti aziendali)¹

1. Rotazione rapida
(↓ notti consecutive)
2. Rotazione in “ritardo di fase” M-P-N
3. Interporre almeno 11 ore tra due turni
4. Non iniziare troppo presto il turno del mattino
5. Regolare durata del turno in base a gravosità del compito lavorativo

1) G.Costa *Lavoro a turni e notturno*. SEE Firenze,2003.

Criteri ergonomici per i turni di lavoro

6. Inserire riposi dopo turno di notte
7. Inserire pause durante il turno (pisolini, piccoli pasti)
8. Concedere maggior numero possibile di sabati e domeniche libere
9. Pianificare i turni con buon anticipo
10. Consentire flessibilità individuale orari e scambi di turno

Strategie di compenso per i turnisti (non solo monetarie)

- Turno di notte:
 - ↓ ore
 - pause organizzate
 - pasto caldo in azienda
- ↑ riposi e ferie
- Passaggio al lavoro diurno periodicamente o dopo X anni
- Adeguati servizi sociali

Formazione lavoratori turnisti

- Igiene del sonno
- Igiene alimentazione
- Stili di vita sani
- Assunzione di farmaci