



# IL LAVORO LOGORANTE: INDAGINE SULLA SALUTE



**DAVID BENASSI**

*Università degli Studi di Milano-Bicocca*

**DAVID CONSOLAZIO**

*Università degli Studi di Milano*



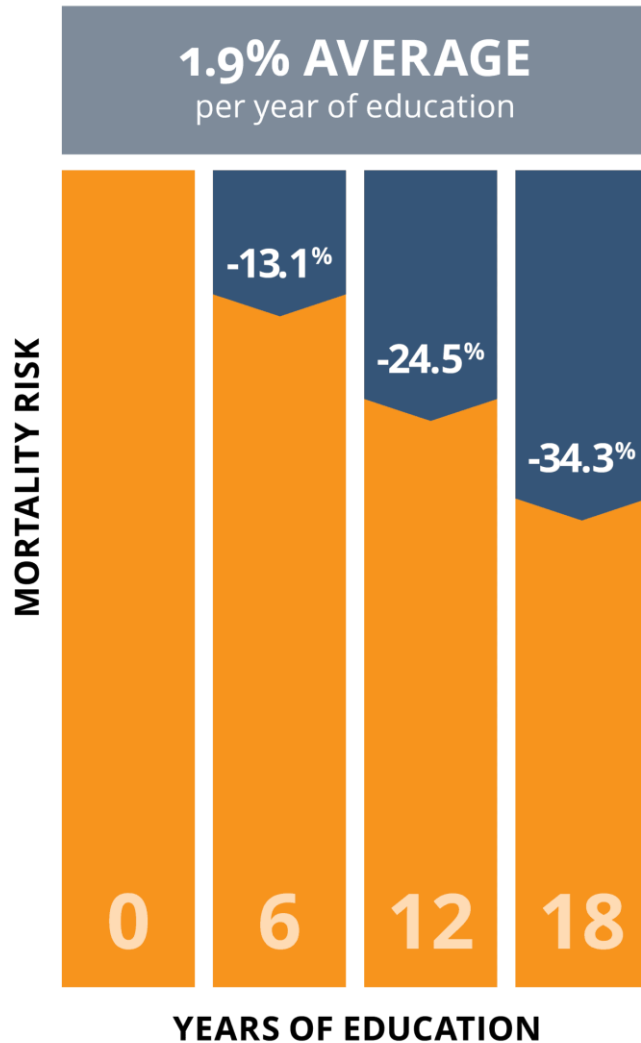
in collaborazione con  
Sistema Socio Sanitario  
 Regione  
Lombardia  
ATS Brianza

# PERCHÉ QUESTA RICERCA



# IL GRADIENTE SOCIALE DI SALUTE

Perché questa  
ricerca



La salute è distribuita in modo ineguale tra le persone, sia a livello globale (tra paesi) che a livello locale (all'interno di ciascun paese tra territori e tra individui).

È la **disuguaglianza sociale di salute**, determinata da quello che viene chiamato **gradiente sociale di salute**.

La salute individuale peggiora ad ogni gradino discendente della stratificazione sociale.

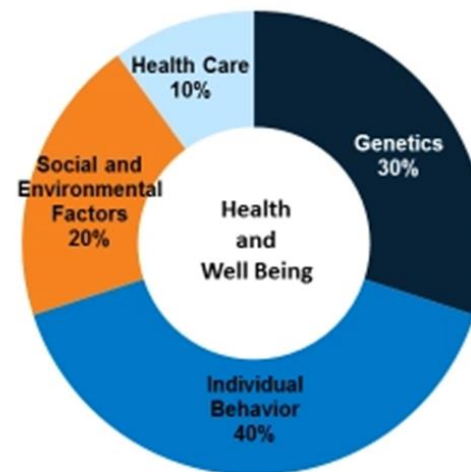
Balaj, et al. (2023) Effects of education on adult mortality: a global systematic review and meta-analysis, The Lancet Public Health, Volume 9, Issue 3, e155 - e165

# IL GRADIENTE SOCIALE DI SALUTE È GENERATO DALL'ESISTENZA DEI DETERMINANTI SOCIALI DI SALUTE:

«I determinanti sociali della salute (SDH) sono i **fattori non medici** che influenzano i risultati della salute. Sono le condizioni in cui le persone nascono, crescono, lavorano, vivono e invecchiano, e l'insieme più ampio di forze e sistemi che modellano le condizioni della vita quotidiana. Queste forze e sistemi includono politiche e sistemi economici, programmi di sviluppo, norme sociali, politiche sociali e sistemi politici» (WHO).

L'impatto dei diversi fattori che influenzano la salute

Perché questa ricerca



Schroeder (2007)

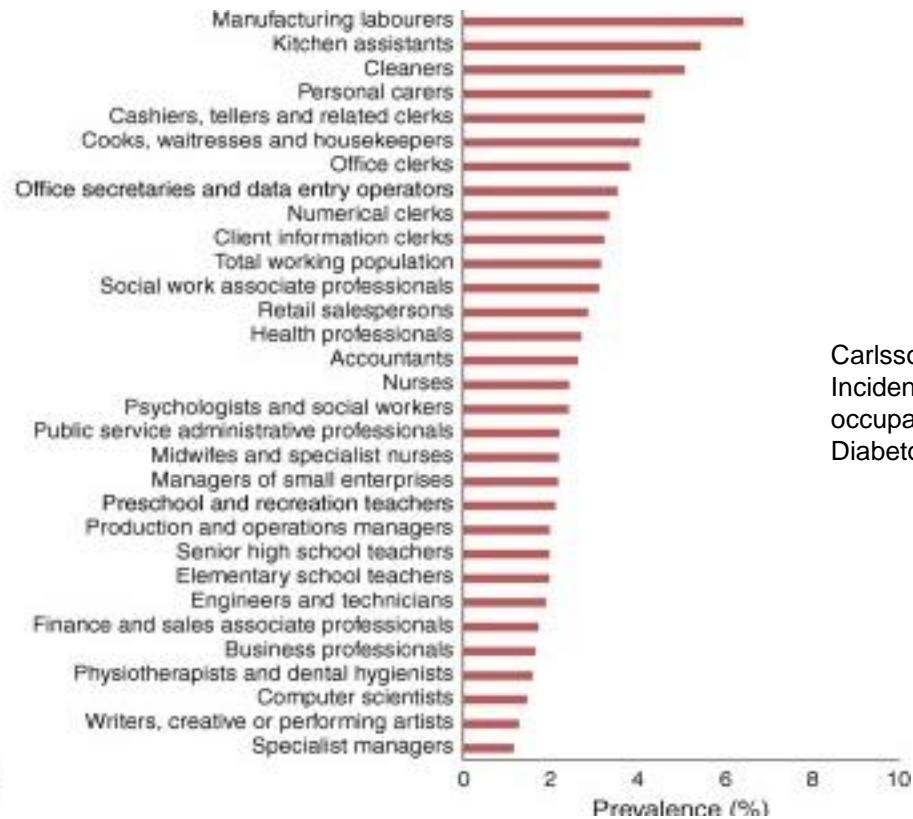
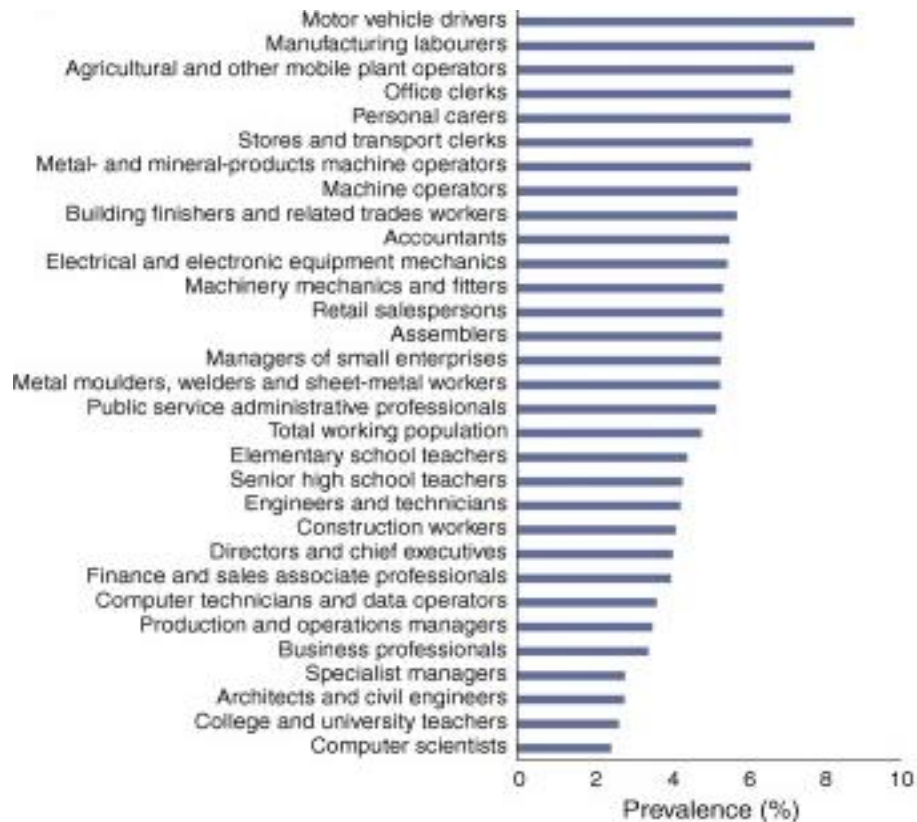


Dahlgren G and Whitehead M (1991)

# LA CONDIZIONE PROFESSIONALE HA UN IMPATTO MOLTO SIGNIFICATIVO SULLA SALUTE DEI LAVORATORI

Perché questa ricerca

Prevalenza (%) del diabete di tipo 2 in 30 occupazioni - uomini (blu) e donne (rosso) – Svezia 2013



Carlsson, S., Andersson, T., Talbäck, M. et al. Incidence and prevalence of type 2 diabetes by occupation: results from all Swedish employees. *Diabetologia* 63, 95–103 (2020)

# STRESS LAVORO-CORRELATO

«Si manifesta quando i lavoratori percepiscono uno squilibrio tra le richieste a loro avanzate e le risorse di cui dispongono per fare fronte a tali richieste» (Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro).

La situazione peggiore è quella dei lavoratori che svolgono mansioni che richiedono molto impegno (demand) con poca autonomia (control) e che ottengono scarsi riconoscimenti materiali o simbolici (reward).

Perché questa ricerca

		Demand	
		Basso	Alto
Control	Alto	<b>Lavori a basso sforzo</b>	<b>Lavori attivi</b>
	Basso	<b>Lavori Passivi</b>	<b>Lavori ad alto sforzo</b>

Conseguenze su salute mentale, malattie cardiovascolari e metaboliche, disturbi muscolo-scheletrici.

# ABITUDINI E STILI DI VITA

Tra questi lavoratori si rileva una maggiore frequenza di comportamenti insalubri:

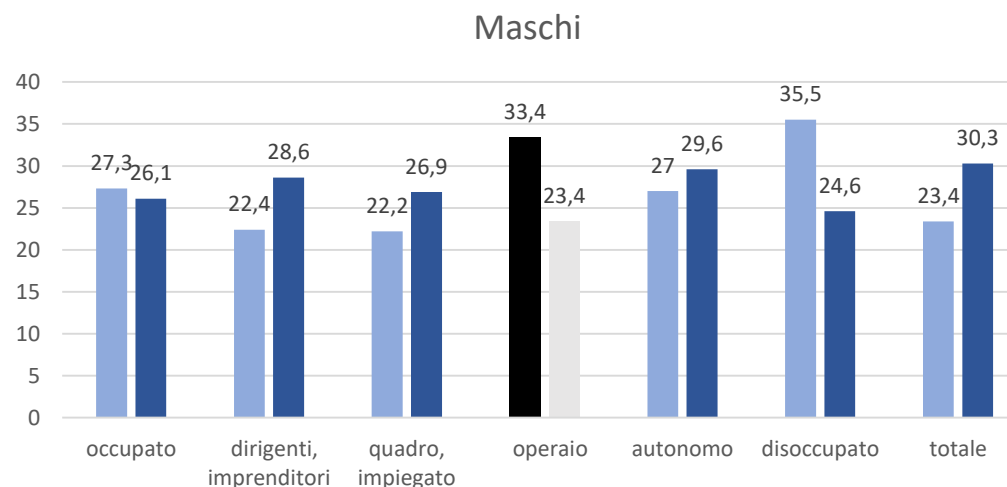
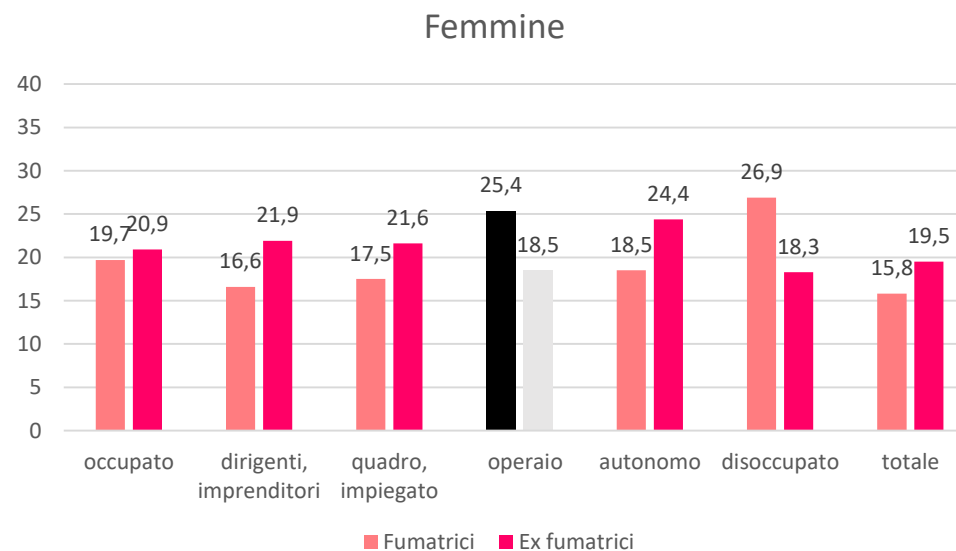
**Fumo di sigaretta**

Alimentazione scorretta

Inattività fisica

Consumo di alcol

Perché questa ricerca



## ABITUDINI E STILI DI VITA

Tra questi lavoratori si rileva una maggiore frequenza di comportamenti insalubri:

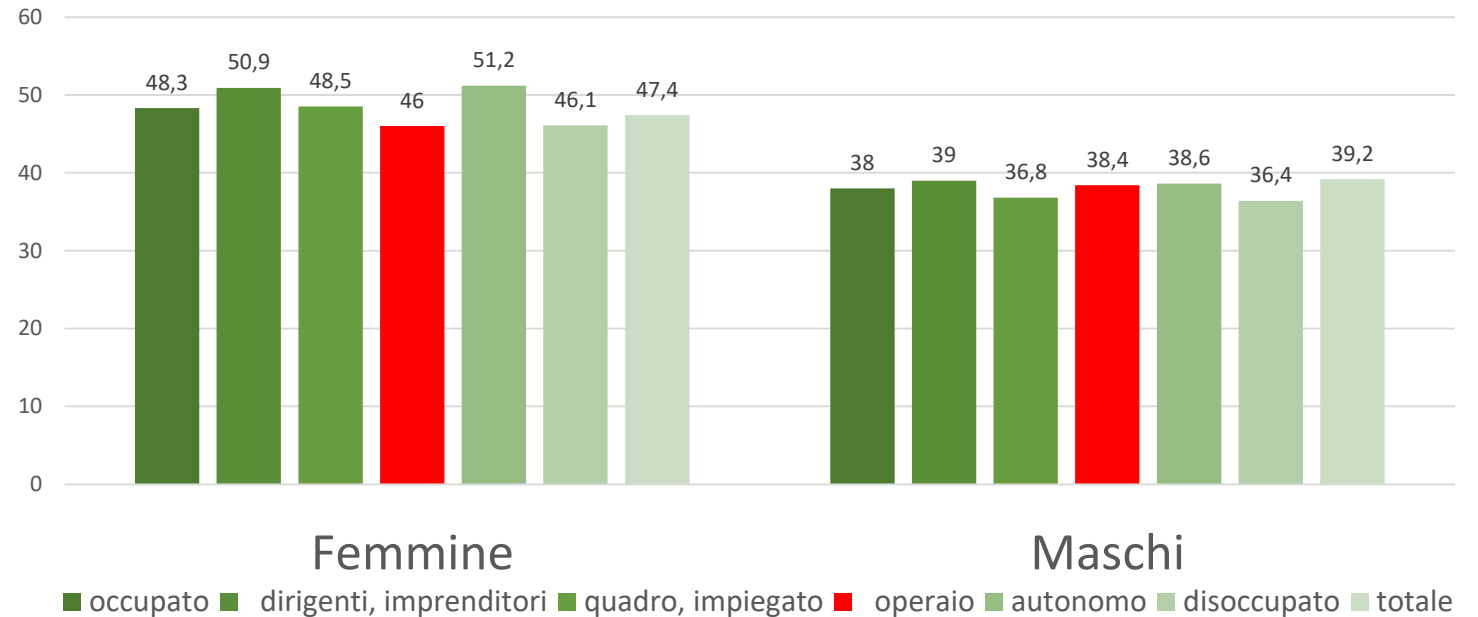
Fumo di sigaretta

**Alimentazione scorretta**

Inattività fisica

Consumo di alcol

### Consumo quotidiano di ortaggi



Istat Vita quotidiana - 2023



## ABITUDINI E STILI DI VITA

Tra questi lavoratori si rileva una maggiore frequenza di comportamenti insalubri:

Fumo di sigaretta

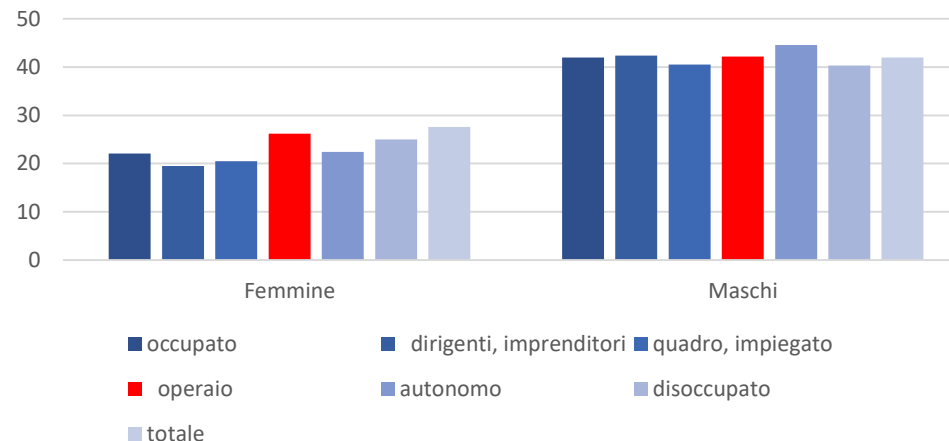
Alimentazione scorretta

Inattività fisica

Consumo di alcol

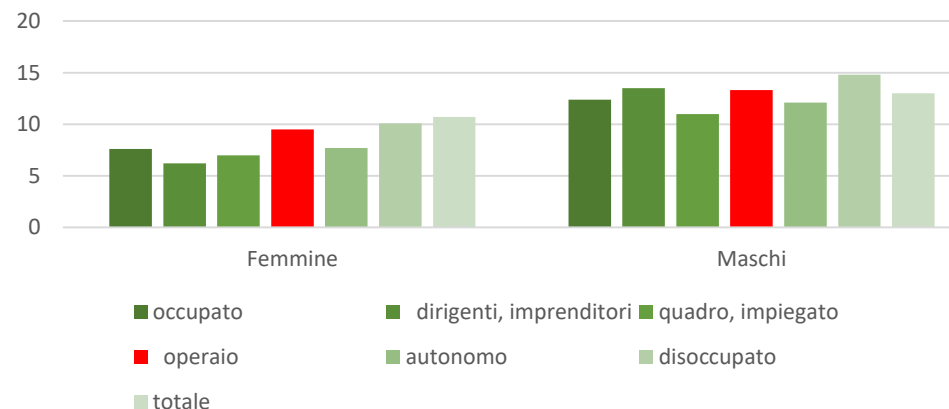
Perché questa ricerca

### Sovrappeso



Istat – Aspetti della Vita Quotidiana, 2023

### Obesi



## ABITUDINI E STILI DI VITA

Tra questi lavoratori si rileva una maggiore frequenza di comportamenti insalubri:

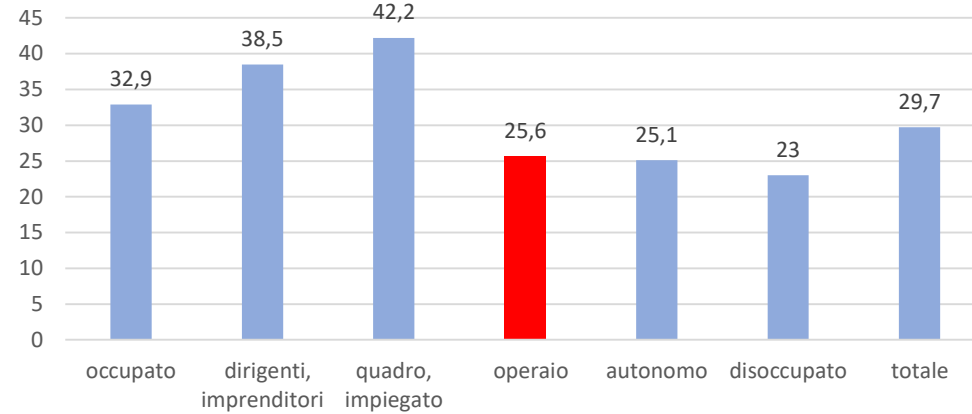
Fumo di sigaretta

Alimentazione scorretta

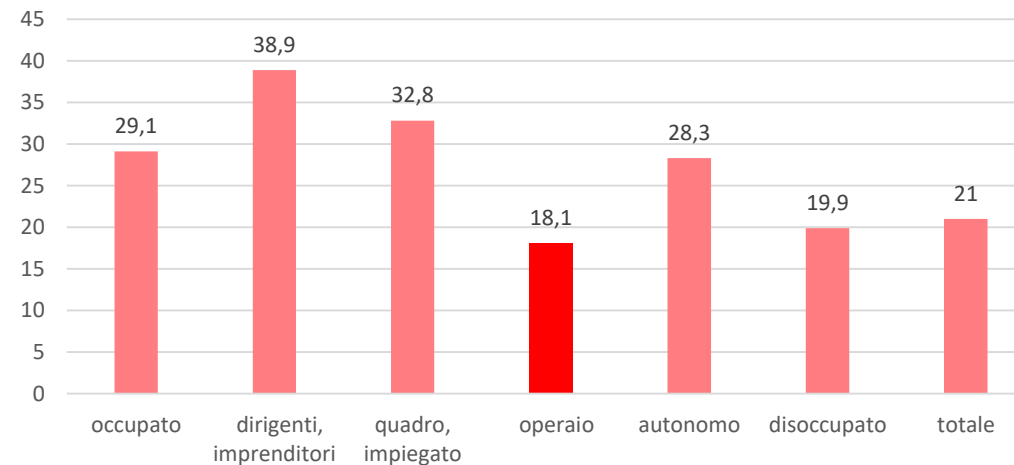
**Inattività fisica**

(Consumo di alcol)

Svolge regolare attività fisica - Maschi



Svolge regolare attività fisica - Femmine



Istat – Aspetti della Vita Quotidiana, 2023

# LA RICERCA



# DOMANDE DI RICERCA

## Premessa

Dalla letteratura sui Determinanti Sociali della Salute è noto che le persone impiegate in professioni manuali e/o con mansioni di lavoro gravose sono maggiormente esposte a rischi per la salute fisica e mentale.

## Necessità di ricerca

Giungere a una comprensione dei fattori maggiormente impattanti sul benessere psico-fisico dei lavoratori di uno specifico territorio, può:

- Coadiuvare la progettazione e l'attuazione di **interventi di prevenzione della salute**.
- Fornire alle aziende gli strumenti per una migliore **promozione della salute sui luoghi di lavoro**, migliorando il clima aziendale, la soddisfazione dei dipendenti, la produttività.

→ Quali sono i fattori che impattano maggiormente sul benessere dei lavoratori nel contesto specifico?

# ATTIVITÀ DI RICERCA

## 1. RICERCA QUALITATIVA

Conduzione di due **focus group**, coinvolgenti:

- Lavoratori con mansioni gravose
- Funzionari con ruoli direttivi o gestionali (es. HR, responsabili di area)

Sulla base di alcuni spunti iniziali, è stato richiesto di parlare, discutere e confrontarsi riguardo i temi della **salute dei lavoratori, sia nell'ambiente lavorativo che nella sfera privata.**

## 2. RICERCA QUANTITATIVA

Somministrazione di un **questionario** a un campione di lavoratori con mansioni gravose

- Domande definite sulla base della letteratura esistente ma orientate dalle evidenze preliminari provenienti dai focus group
- Somministrazione digitale e anonima, buona spesa

# FOCUS GROUP: EVIDENZE

La ricerca

Temi	Focus lavoratori	Focus funzionari
Conciliazione lavoro/vita privata	<ul style="list-style-type: none"><li>• Difficoltà</li><li>• Flessibilità negata</li><li>• Tempi di lavoro: turni notturni, intensi, prolungati</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Self-scheduling</li><li>• Smart working</li><li>• Criticità: lavoro su turni, in presenza, usurante</li></ul>
Stress e lavoro logorante	<ul style="list-style-type: none"><li>• Strategie di adattamento, positive e negative</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• "Colpevolizzazione" dei dipendenti</li></ul>
Relazioni sociali	<ul style="list-style-type: none"><li>• Clima lavorativo</li><li>• Famiglia (tempo limitato)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Indagini di soddisfazione</li></ul>
Programmi di prevenzione	<ul style="list-style-type: none"><li>• Privacy</li><li>• Programmi inefficaci o "di facciata"</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Adesione limitata</li><li>• Resistenza al cambiamento</li></ul>

# QUESTIONARIO

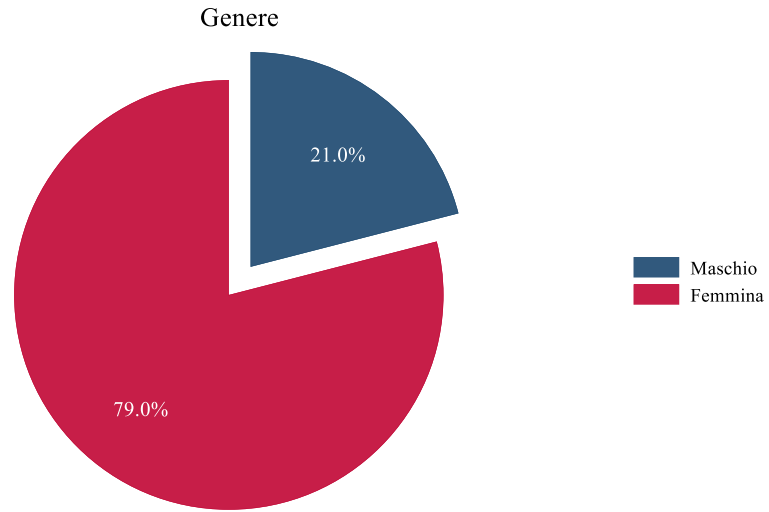
## AREE INDAGATE

- Qualità del lavoro
- Conciliazione tra vita privata e lavoro
- Stress e pratiche di gestione
- Promozione della salute sul luogo di lavoro
- Comportamenti collegati alla salute
- Condizioni di salute e accesso ai servizi

346 risposte ricevute, **181 questionari validi**  
(165 esclusioni per rispondenti non in target e/o questionari incompleti)

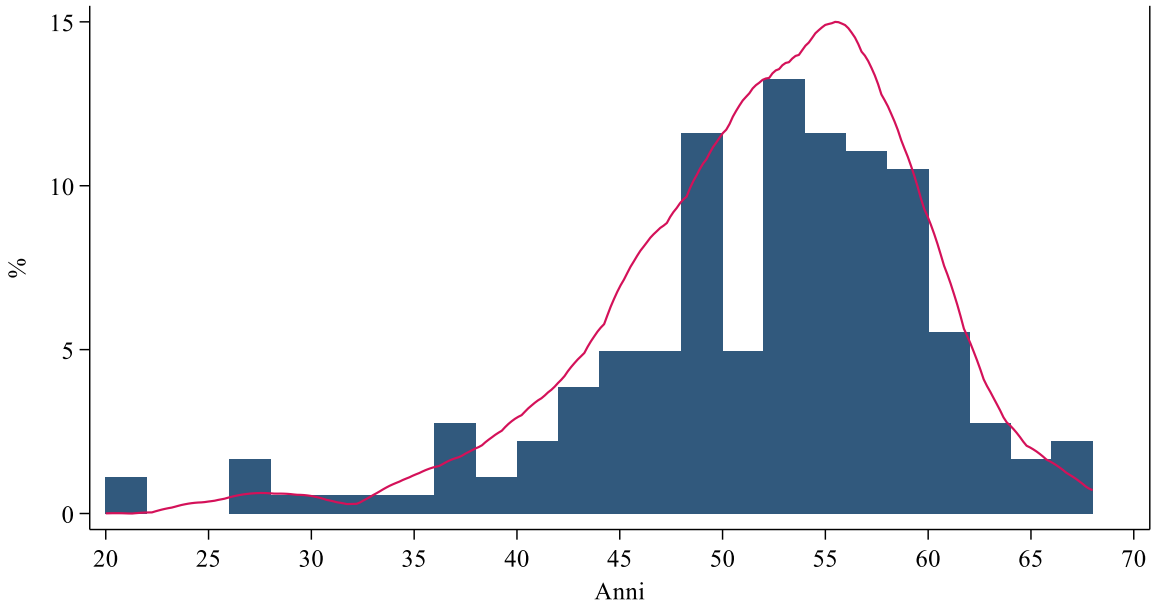
# RISULTATI: CHI HA RISPOSTO

La ricerca

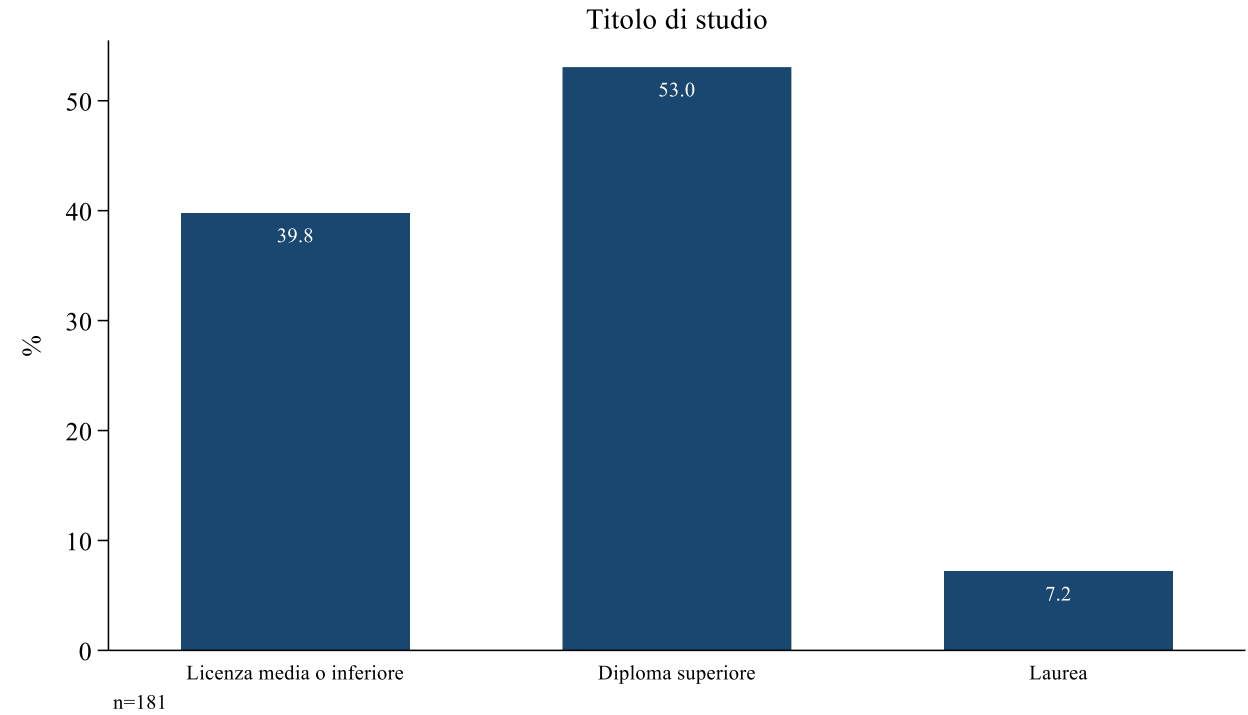


n=181

Età



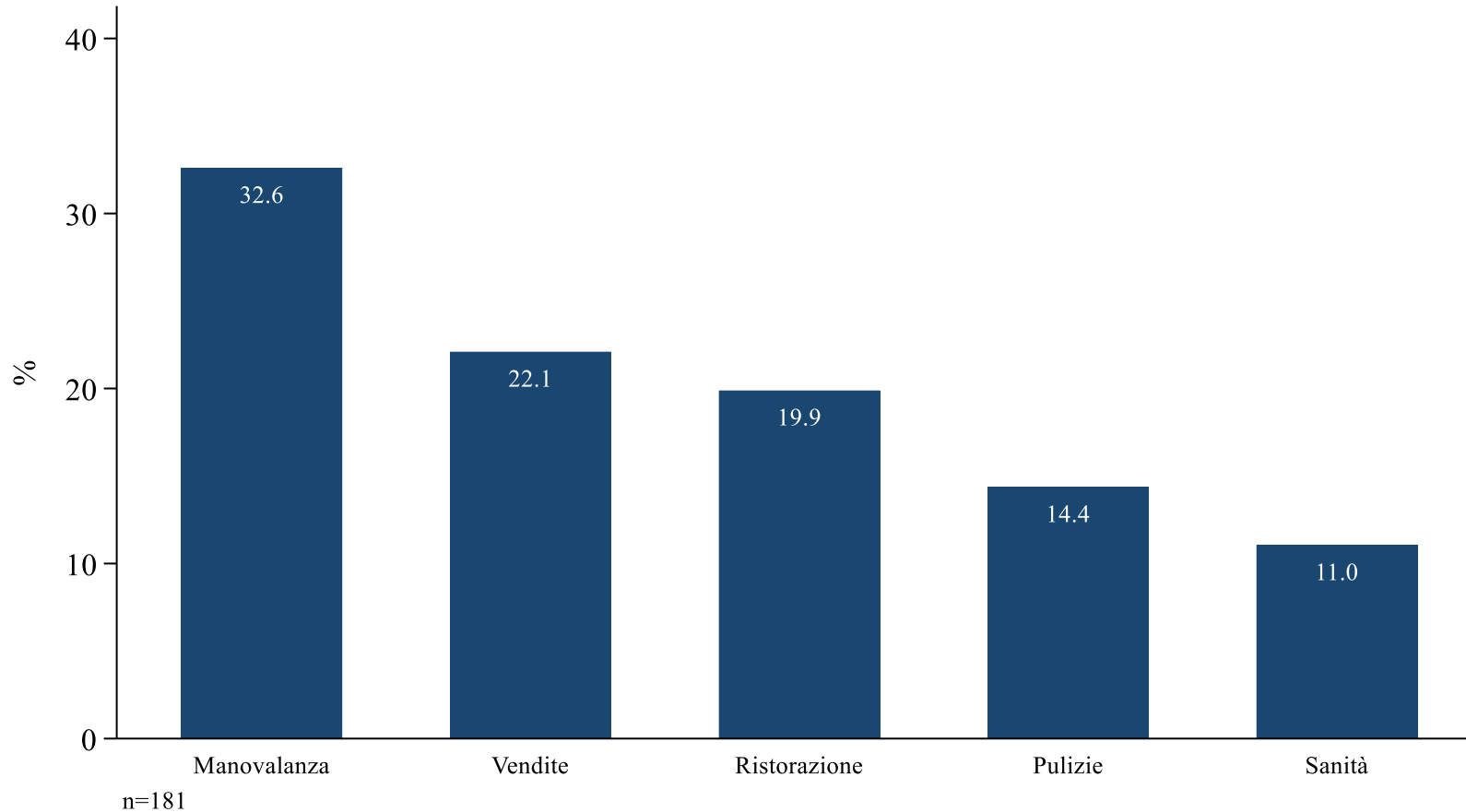
n=181 / Età media: 51,3 anni - Età mediana: 53 anni





# RISULTATI: CHI HA RISPOSTO

Mansione lavorativa



- Il 69,6% lavora in azienda da dieci anni o più
- Il 78,5% fa turni straordinari
- Il 16,6% fa turni notturni

# LA QUALITÀ DEL LAVORO

## SECURITY (Stabilità lavorativa)

- Sicurezza lavorativa
- Facile trovare un lavoro simile

2,7

## CONTROL (Autonomia lavorativa)

- Molta libertà di decisione nel lavoro
- Sviluppo abilità e competenze

2,4

## DEMAND (Carico di lavoro)

- Orari di lavoro concilianti lavoro/vita
- Carico di lavoro adeguato

2,3

## REWARD (Riconoscimento del lavoro svolto)

- Retribuzione adeguata
- Rapporto con i colleghi
- Aiuto e supporto gerarchia
- Buone prospettive di carriera
- Riconoscimento del lavoro svolto
- Riconoscimento dai colleghi

2,2

## EFFORT (Sforzo psico-fisico)

- Lavoro fisicamente sostenibile
- Lavoro mentalmente sostenibile

1,8

## SODDISFAZIONE PER LE CONDIZIONI ECONOMICHE

2,1

## SODDISFAZIONE PER IL LAVORO ATTUALE



NB: Valori sistematicamente più bassi rispetto a quelli ricavati da confronti con stesse domande in altre indagini (es. ISTAT).

# I TEMPI DI LAVORO

La ricerca

Gli orari e l'organizzazione del lavoro mi permettono di...

**DORMIRE A SUFFICIENZA**

2,6

**GESTIRE ESIGENZE FAMILIARI**

(partner, figli, casa)

2,4

**CURA DELLA PERSONA E FAMIGLIA**

(visite mediche, prevenzione)

2,4

**DEDICARE TEMPO PER ME STESSO**

(sport, hobby, relax)

2,2

**SEGUIRE IL REGIME ALIMENTARE DESIDERATO**

2,0

# LAVORO E STRESS

Aumento del consumo di **sigarette** per stress legato al lavoro

3,1

**Stress** causato dal lavoro

2,9

**Alimentazione** disordinata o abbondante per stress lavorativo

2,8

**Umiliazione**, frustrazione, delusione nel ripensare alla giornata lavorativa

2,8

Problemi di **sonno** dovuti allo stress da lavoro

2,7

Difficoltà a dedicarsi ad **attività** desiderate per stress lavorativo

2,6

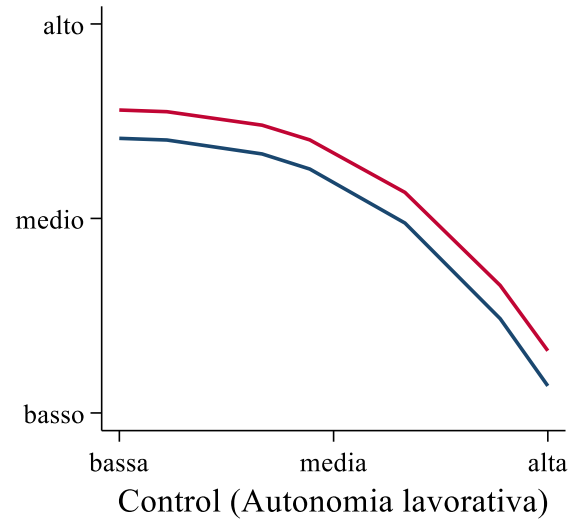
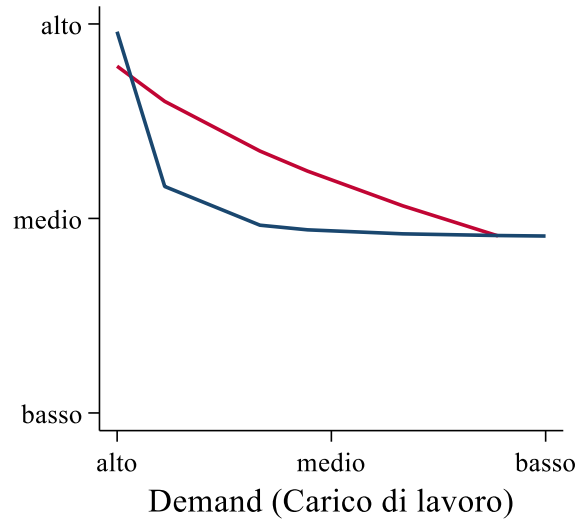
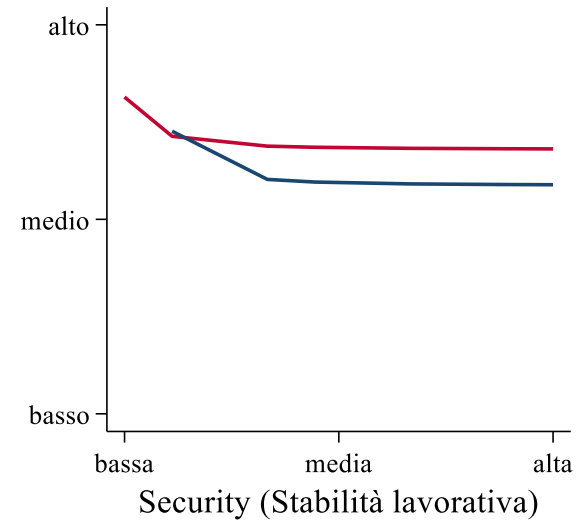
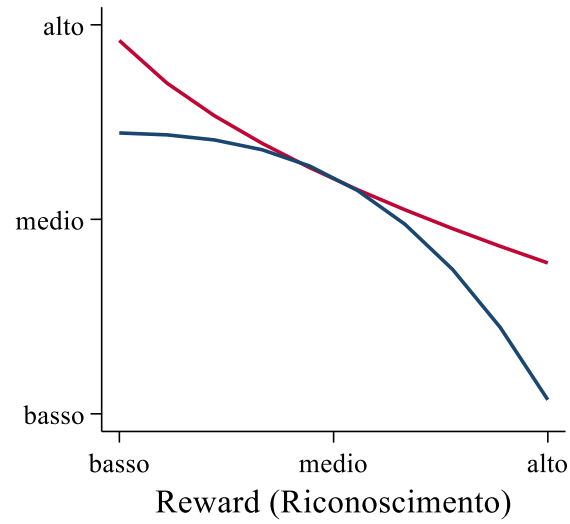
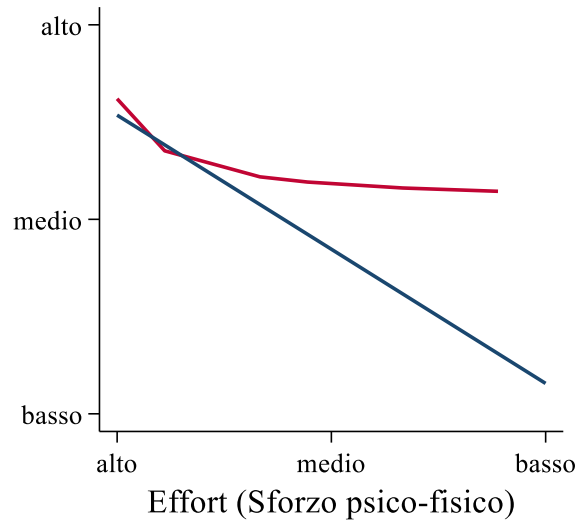
Incremento del consumo di **alcol** a causa dello stress lavorativo

2,3

# - QUALITÀ DEL LAVORO = + STRESS

La ricerca

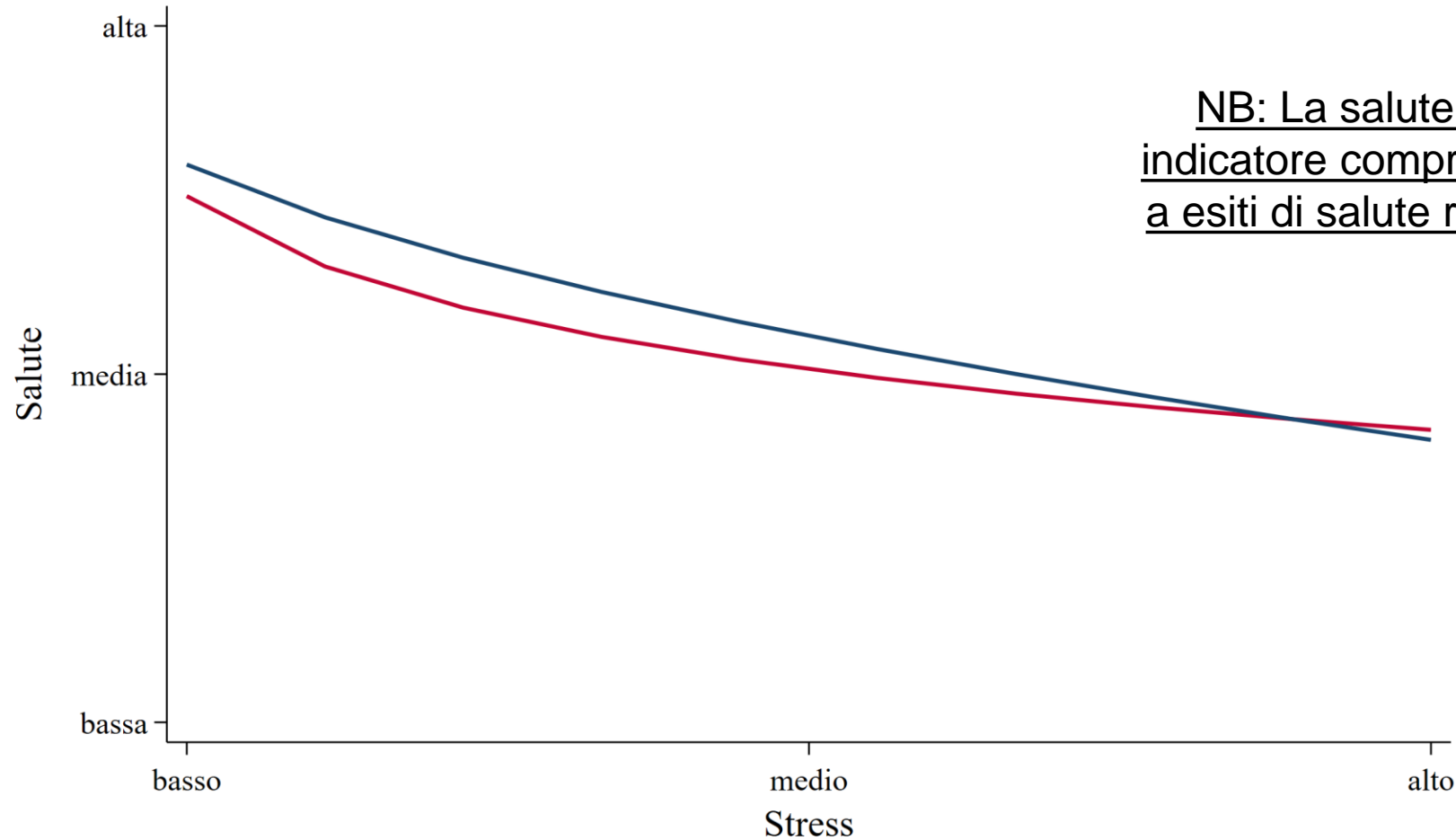
Stress



Uomini  
Donne



# + STRESS = - SALUTE



NB: La salute autopercepita è un indicatore comprovatamente associato a esiti di salute rilevati oggettivamente

Uomini  
Donne

# ALTRE EVIDENZE: COMPORAMENTI DI SALUTE

Consumo quotidiano...

FRUTTA FRESCA: **70,2%**

BEVANDE ZUCCHERATE: **24,9 %**

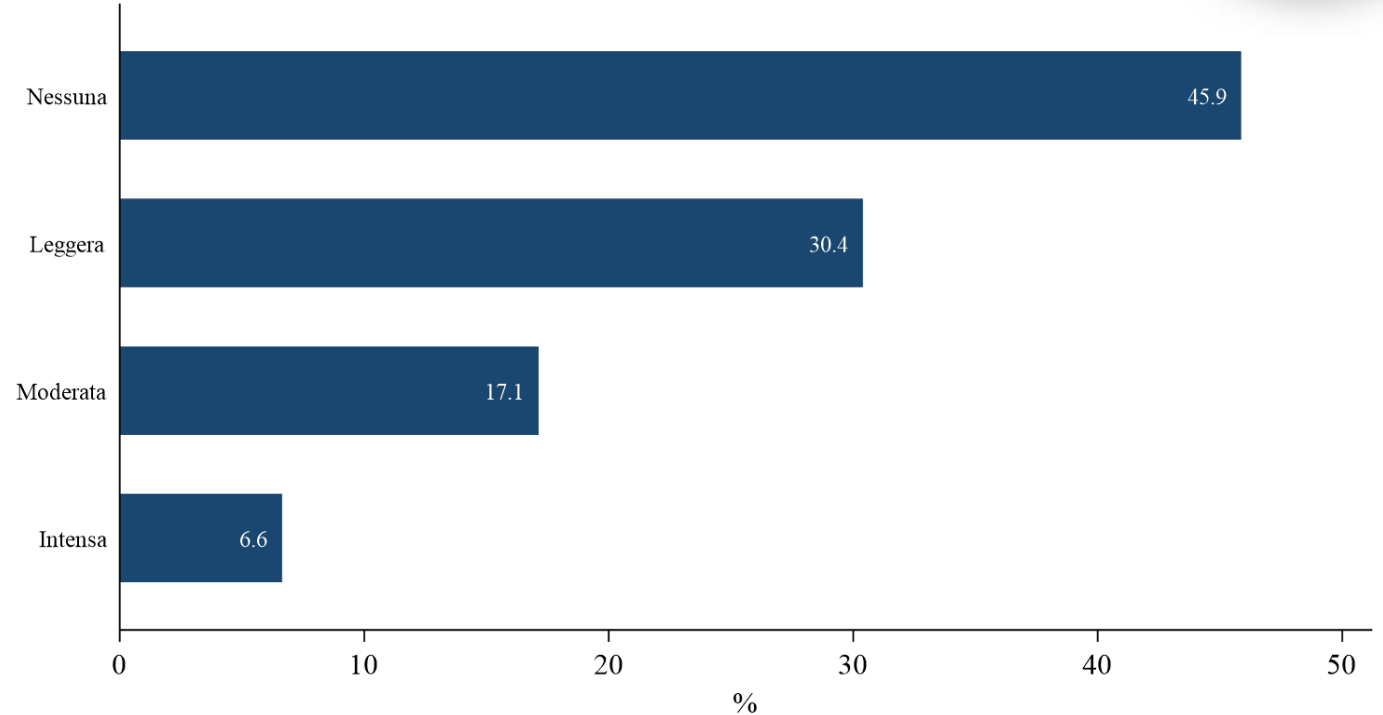
SNACK DOLCI E/O SALATI: **49,7%**

BEVANDE ALCOLICHE: **12,7%**

FUMATORI: **30,9%**

USO DI SOSTANZE: **7,2%**

Attività fisica nell'ultima settimana

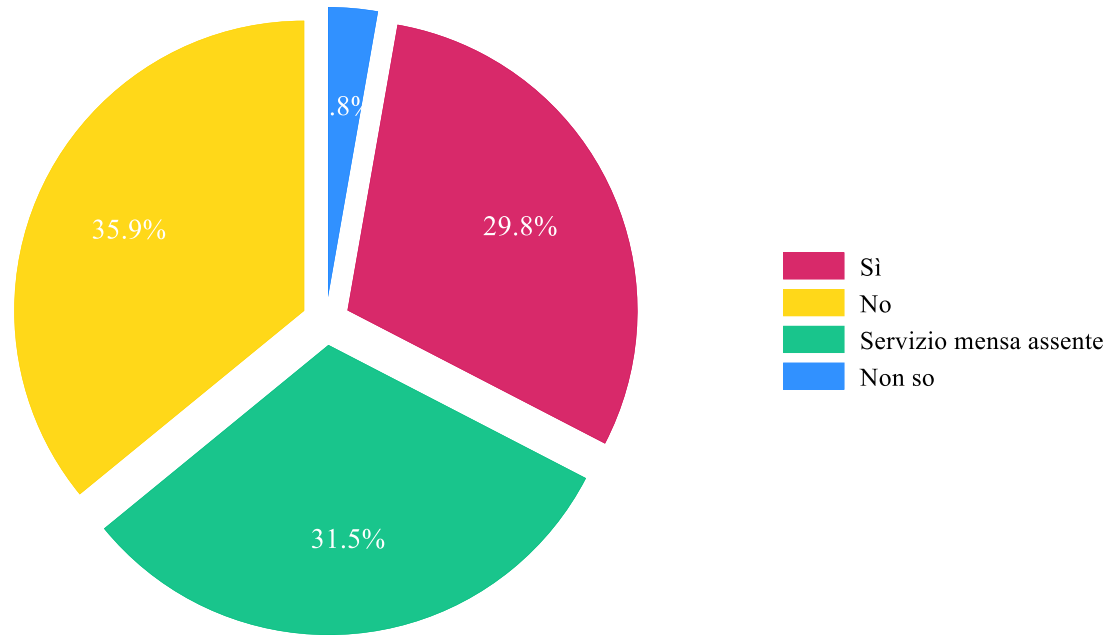


n=181

→ I comportamenti adottati non sono così deleteri: la salute non è solo frutto di scelte individuali.

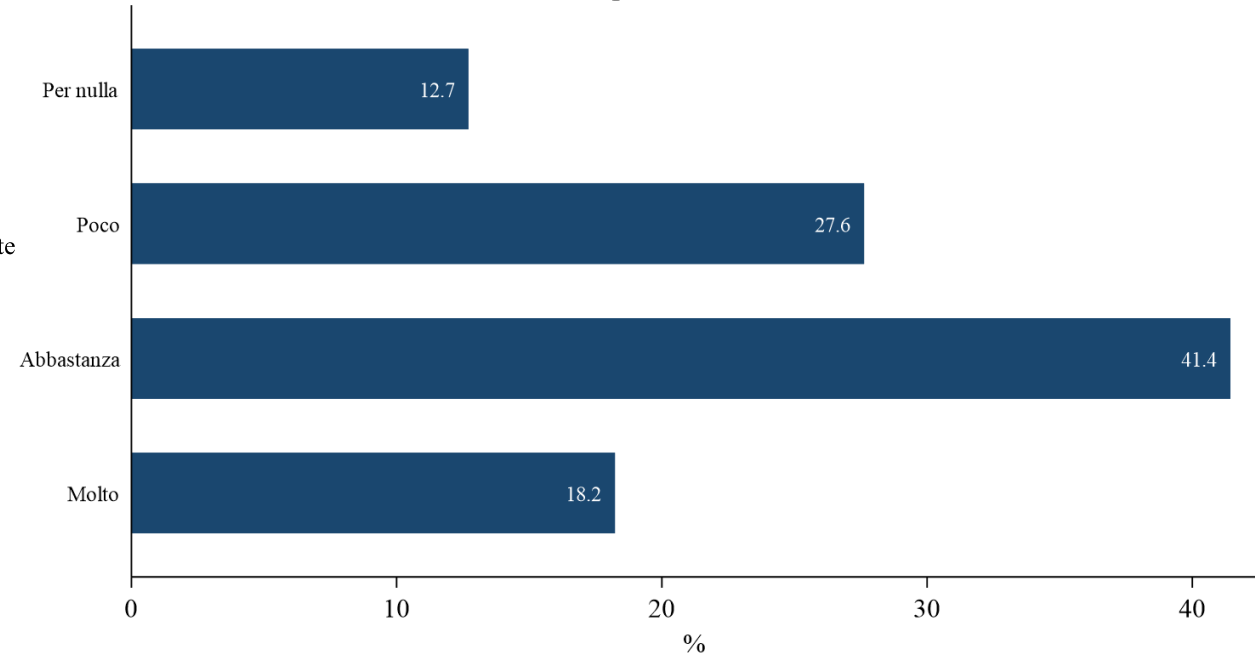
# ALTRE EVIDENZE: LAVORO E ALIMENTAZIONE

Accesso a dieta salutare a lavoro



n=181

Influenza dei tempi di lavoro sull'alimentazione



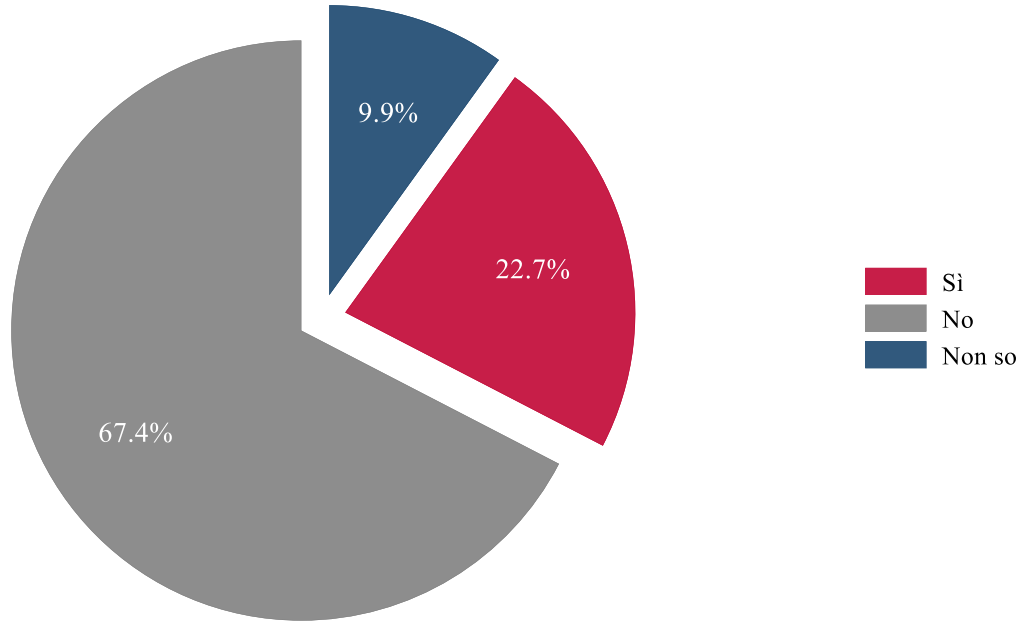
n=181

→ Si può parlare di "scelte" alimentari? Le decisioni su cosa mangiare risentono dei vincoli posti dal lavoro.

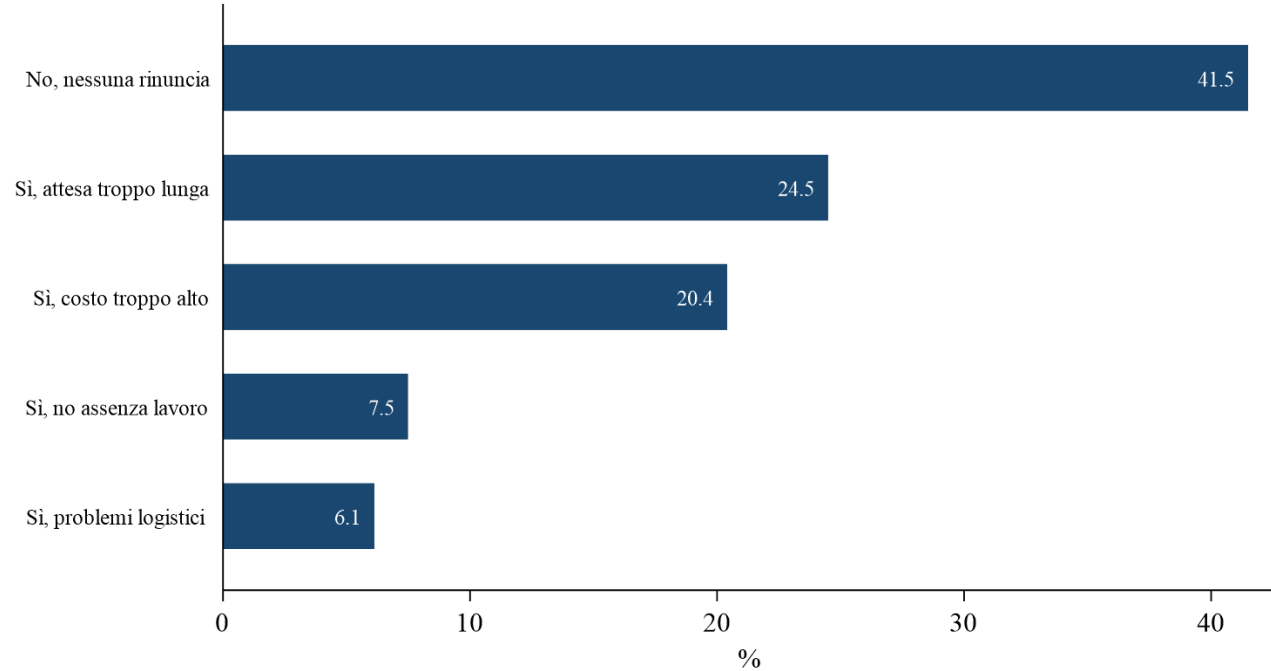


# ALTRE EVIDENZE: PREVENZIONE

Programmi di promozione della salute sul luogo di lavoro



Rinuncia a visite mediche nell'ultimo anno in caso di necessità



n=181

→ Il 58,5% dei rispondenti ha rinunciato a svolgere una visita per averne bisogno, anche in seguito a difficoltà la vita privata con quella lavorativa.

# CONCLUSIONI

- La salute dei lavoratori non dipende solo dai loro comportamenti, ma anche dal contesto lavorativo in cui sono inseriti.
- Lo stress da lavoro influisce sulla salute aumentando l'esposizione a comportamenti insalubri, ma anche direttamente, attraverso alterazioni fisiologiche dell'organismo.

Per ottimizzare la salute dei lavoratori è essenziale la qualità del lavoro dal punto di vista organizzativo, retributivo, relazionale.

In alcuni casi sono sufficienti limitati accorgimenti organizzativi per ottenere visibili risultati in termini di soddisfazione da parte dei lavoratori. Vedi i programmi WHP

Con positivi effetti sulla produttività.

# GRAZIE



in collaborazione con  
Sistema Socio Sanitario  
 Regione  
Lombardia  
ATS Brianza