



4  
EVENTO

# CAMPAGNA TRA.IN-S. TRASPORTIAMO IN SICUREZZA



Campagna  
2021-2022

**ALLEGGERIAMO IL CARICO**  
Campagna EU-OSHA  
contro i disturbi muscolo scheletrici  
Focus specifico nella logistica  
e tpl ferro gomma”

MILANO 19 OTTOBRE 2021

*Testo a cura dell'Ufficio studi Fast-Confsal e del Dipartimento "Infrastrutture, Trasporti, e Servizi" della CONFISAL  
Coordinato da Pasquale Cataneo*

*Grafica e impaginazione di Andrea Blasi*

# ALLEGGERIAMO IL CARICO

## Campagna eu-oshha contro i disturbi muscolo scheletrici Focus specifico nella logistica e tpl ferro gomma”

L’Agenzia Europea per la Salute e Sicurezza – EU-OSHA, nell’ambito delle proprie Campagne per gli Ambienti Sani e Sicuri, per il biennio 2020-2022 ha lanciato una Campagna dedicata ai Disturbi Muscolo Scheletrici DMS denominandola “Alleggeriamo il carico”.

L’obiettivo è quello di aiutare i lavoratori e i datori di lavoro ad affrontare efficacemente questi disturbi nei luoghi di lavoro in tutta l’Unione Europea.

Nell’ambito della nostra Campagna TRAINS 2021-2022 abbiamo deciso di dedicare un primo evento specifico a questo tema, iscrivendoci anche ai soggetti Partner di questa iniziativa molto importante, non escludendo di svolgerne altre nel corso del 2022.

Questo è un argomento che per dimensioni, ricadute negative e trasversalità merita molta attenzione, perché sbaglia chi pensa che si tratti di un problema secondario.

I DMS sono disturbi dolorosi che colpiscono muscoli, tendini, legamenti e articolazioni a danno della schiena, delle gambe, delle braccia, delle mani, delle spalle e del collo. Patologie che sono alla base di un ventaglio ampio di disturbi che ricadono negativamente sui lavoratori, sulla loro salute e, chiaramente, sulla loro produttività.

Non solo mal di schiena, quindi, che è solo la punta dell’iceberg di quelli che sono i problemi di salute correlati al lavoro più comuni dell’Unione Europea. Infatti, le statistiche pubblicate nel sito della EU-OSHA dicono che in Europa i DMS sono ben il 60% del totale dei problemi di salute correlati al lavoro.

I principali fattori di rischio che causano i DMS sono:

- il sollevamento di pesi o persone;
- i movimenti ripetitivi;
- le posizioni dolorose o scomode, comprese le posture statiche;
- lo stress sul lavoro;
- i fattori di rischio organizzativo;
- i fattori di rischio psico-sociali.

Il problema è ovviamente generale e non c’è nessuna tipologia di attività lavorativa che ne è esente, si pensi al lavoro d’ufficio, anch’esso a rischio per le posture scorrette e un’accurata valutazione dei rischi è fondamentale per scongiurare danni spesso molto seri.

Purtroppo, dobbiamo osservare che troppo spesso questa tipologia di pericolo viene sottovalutata, certamente anche nel mondo dei trasporti e della logistica dove tante sono le attività particolarmente esposte.

La campagna “Lighten the Load”, Alleggeriamo il carico, è stata pensata invece proprio per porre

attenzione a questa tematica così impattante nei luoghi di lavoro e noi, volentieri, vogliamo contribuire a promuoverla.

La prima cosa da fare, quindi, è sottolineare l'importanza del fatto che i DMS vanno presi seriamente in considerazione nella valutazione dei rischi e, a seguito di ciò, vanno introdotte le opportune misure per ridurre il rischio ed evitare sicuri danni di salute per chi lavora ed economici per le loro imprese.

I principali aspetti della Campagna, che facciamo nostra inserendo questa e altre iniziative future in TRAINS, sono elencati in un sito specifico che l'Agenzia Europea UE-OSHA le ha dedicato indicando i principali assi sui quali è sviluppata.

Si tratta di una sorta di scaletta di argomenti dove spiccano sulla descrizione del problema e della sua importanza, sull'individuazione di chi deve essere coinvolto e di come si possa gestire la questione. Vi si legge, ad esempio a proposito di chi deve essere coinvolto che:

*“È essenziale che tutti collaborino per prevenire i DMS nell'ambiente di lavoro. La collaborazione tra datori di lavoro, dirigenti e lavoratori crea una comprensione comune del problema e porta a miglioramenti duraturi.*

*I datori di lavoro hanno la responsabilità giuridica di garantire che i rischi sul luogo di lavoro siano valutati e controllati adeguatamente e devono riconoscere l'esigenza di adottare in prima linea un approccio preventivo per affrontare i DMS. Per una valutazione e una prevenzione efficaci dei rischi è necessario che i datori di lavoro si tengano ben formati e informati e facciano altrettanto per i propri lavoratori.*

*È importante incoraggiare i lavoratori a parlare apertamente e il più presto possibile dei DMS. Se i lavoratori si sentono a loro agio nel discutere della propria salute fisica, hanno maggiori probabilità di prendersi cura di se stessi e di ricevere un sostegno e un trattamento tempestivo.*

*Questa campagna non si prefigge solo l'obiettivo di accrescere la consapevolezza in merito ai DMS lavoro-correlati e al loro impatto negativo sulle persone, sulle imprese e sulla società, ma mira anche a promuovere la collaborazione per garantire che vengano adottate misure preventive per affrontare i DMS.”*

E ancora su come si possa gestire il problema leggiamo che:

*“I DMS si possono prevenire e gestire: per affrontare il problema è fondamentale adottare un approccio integrato (basato sui principi della **direttiva quadro sulla SSL**) e promuovere una cultura di prevenzione che coinvolga sia i datori di lavoro che i lavoratori.*

- **Valutazione dei rischi sul luogo di lavoro:** è essenziale per una prevenzione efficace e dovrebbe comprendere la preparazione, la valutazione e l'attuazione di misure preventive e protettive. Il processo di valutazione dei rischi dovrebbe essere rivisto e aggiornato periodicamente.
- **Una combinazione di misure preventive per eliminare/controllare i rischi:** questa dev'essere la priorità principale per tutti i luoghi di lavoro. Poiché i DMS sono causati da molteplici fattori, la soluzione migliore è un approccio combinato che, per esempio, coinvolga azioni destinate all'ambiente lavorativo (per es. il ricorso all'ergonomia), l'organizzazione del lavoro (per es. il permesso di effettuare pause), fattori psicosociali (per es. la possibilità per i lavoratori di controllare il ritmo di lavoro) e i dipendenti (per es. fornendo loro una formazione sulle buone posture).
- **Incoraggiare la partecipazione dei lavoratori:** i dipendenti dovrebbero essere coinvolti nell'individuazione dei rischi di DMS e delle soluzioni preventive per aiutare le aziende a sviluppare strategie esaustive per la gestione dei disturbi muscoloscheletrici. Gli spunti di conversazione dell'EU-OSHA

per i dibattiti sul luogo di lavoro in materia di disturbi muscoloscheletrici possono essere utilizzati per facilitare le discussioni di gruppo sul luogo di lavoro o durante le formazioni.

Nel quadro della campagna «Ambienti di lavoro sani e sicuri. Alleggeriamo il carico!», abbiamo creato una **banca dati di strumenti pratici, materiali orientativi ed esempi di buone pratiche** per incoraggiare la partecipazione dei lavoratori e fornire assistenza nei luoghi di lavoro in tema di gestione dei DMS. Altre pubblicazioni e altri materiali utili relativi alla campagna sono disponibili nella **sezione relativa a strumenti e pubblicazioni.**”

Il problema riguarda certamente i lavoratori ma è indubbio quanto possa anche esserci un interesse per le imprese a combattere i DMS. Sempre dal sito EU-OSHA dedicato a Lighten the Load leggiamo a tale proposito:

*“I DMS incidono negativamente sulla capacità lavorativa delle persone e rappresentano pertanto un grave onere finanziario per le aziende e le economie.*

- **Assenteismo:** *l'assenza dal lavoro a causa dei disturbi muscoloscheletrici rappresenta un'elevata percentuale di giornate lavorative perse negli Stati membri dell'UE. I lavoratori affetti da DMS hanno anche maggiori probabilità, in media, di rimanere assenti per un periodo di tempo più lungo.*
- **Presentismo:** *l'insorgere di dolori sul lavoro a causa di un disturbo muscoloscheletrico può influire sulle prestazioni e sulla produttività.*
- **Pensionamento anticipato o forzato:** *i lavoratori affetti da DMS possono essere costretti ad abbandonare totalmente il lavoro e, rispetto ai colleghi che non hanno problemi di salute, sono più propensi a credere che non potranno più svolgere lo stesso lavoro una volta raggiunti i 60 anni.*

*Considerando l'alto tasso di prevalenza dei DMS lavoro-correlati, investire nella prevenzione della loro insorgenza è una scelta molto sensata per le imprese. Dal momento che è possibile gestire e prevenire i disturbi muscoloscheletrici, si possono ridurre i costi associati. In caso di sviluppo di un DMS, l'adozione di semplici misure, come la messa a disposizione di un sostegno professionale e l'adeguamento dell'ambiente di lavoro alla comparsa dei sintomi, riduce significativamente la possibilità di assenze prolungate dal lavoro.*

*Queste misure di prevenzione e di intervento precoce possono ridurre l'assenteismo, aumentare la produttività e comportare risparmi effettivi per le imprese e per i sistemi sanitari e di previdenza sociale nazionali. La campagna «Ambienti di lavoro sani e sicuri. Alleggeriamo il carico!» fornisce prove ed esempi di questa possibilità, nonché collegamenti a risorse che possono aiutare le imprese a integrare la prevenzione dei DMS nella gestione quotidiana della SSL.”*

Su questi concetti occorre portare di più il ragionamento con le imprese e con le loro associazioni di rappresentanza in un concetto di prevenzione partecipata e consapevole da parte di tutti i soggetti in campo.

Le azioni da mettere in campo sui posti di lavoro sono molteplici, come ad esempio automatizzare le operazioni di sollevamento e di spostamento dei pesi e/o realizzare delle posizioni di lavoro ergonomiche. Sono solo alcune iniziative di un ampio ventaglio che devono essere considerate dei veri e propri investimenti. Giustificati dalle ricadute positive per la salute dei dipendenti e per l'andamento produttivo delle aziende (minore assenteismo e migliore qualità della prestazione lavorativa), oltre che per la produttività complessiva del Paese (riduzione di costi per la collettività per minori giorni di infortunio e/o malattia, con tutto quello che ne consegue in termini di minore impegno, anche del Sistema Sanitario). Insomma, i DMS vanno presi seriamente in considerazione nella valutazione dei rischi e vanno introdotte le opportune misure per ridurre il rischio per evitare sicuri danni di salute ed economici

Ovviamente questi investimenti necessitano di sostegni economici e di molta attività di ricerca per

trovare le migliori soluzioni praticabili sul campo.

Per il sostegno economico alla prevenzione in Italia, spicca anche in questo caso l'Inail che da più di dieci anni ormai ha istituito l'erogazione di sostegni economici alle aziende per il miglioramento del livello della sicurezza sul lavoro. L'aiuto più consistente è senz'altro rappresentato dai cosiddetti Bandi ISI, messi a disposizione per incentivare le imprese a realizzare progetti per il miglioramento documentato delle condizioni di salute e sicurezza dei lavoratori rispetto alle condizioni preesistenti. I Bandi ISI sono generalmente divisi per assi di intervento ed è ormai consolidato un asse dedicato al rischio derivante dalla movimentazione manuale dei carichi (MMC), rischio che, evidentemente, porta ai DMS.

Questo asse specifico dei Bandi ISI sostiene per il 65% a fondo perduto l'acquisto di attrezzature e macchine che possano automatizzare i processi al fine di ridurre al minimo il sollevamento, la spinta o il traino dei pesi, oppure l'adeguamento delle postazioni di lavoro in modo da evitare posture incongrue e quindi dolorose.

Anche la ricerca per alleggerire il carico (è proprio il caso di dirlo) è stata sviluppata molto negli anni, proprio dall'Inail, e non solo per le macchine dedicate al sollevamento piuttosto che alla movimentazione automatizzata dei carichi.

Uno degli aspetti più interessanti riguarda gli esoscheletri, nella loro applicazione dedicata all'aiuto della persona impegnata in mansioni che presuppongono continui sforzi. Sono tecnologie di assistenza personale che influiscono meccanicamente sul corpo così da ridurre il carico del lavoro fisico, quali il sollevamento di carichi pesanti, diminuendo il rischio di disturbi muscolo-scheletrici.

In un settore quale quello che seguiamo più da vicino tecnologie quali gli esoscheletri sono di grande interesse, si pensi al lavoro nei magazzini della logistica per fare un esempio.

Ma non solo, tutte le tecnologie per aiutare chi deve stare seduto alla guida per diverse ore durante il proprio lavoro, si pensi agli autisti dell'autotrasporto o del trasporto pubblico locale e ai macchinisti di mezzi su rotaia, sono fondamentali per evitare patologie, spesso croniche, quasi certe.

Occorre tanta consapevolezza per evitare la sottovalutazione di questi rischi che portano disturbi e di malattie che impattano moltissimo sul totale delle malattie professionali, in Europa e in Italia.

In Europa, abbiamo detto, i DMS impattano per il 60% sul totale delle malattie professionali denunciate, in Italia la percentuale è pressoché in linea con questo dato.

Nel settore che seguiamo più da vicino è interessante osservare la situazione dell'ultimo quinquennio che è riportata in questa tabella:

**Malattie del sistema osteomuscolare e del tessuto connettivo denunciate - Settore H (trasporto e magazzinaggio)<sup>1</sup>**

	Anno di protocollazione				
	2016	2017	2018	2019	2020
Artropatie	151	132	125	129	94
Dorsopatie	1.463	1.362	1.295	1.392	961
Disturbi dei tessuti molli	533	561	522	648	533
Osteopatie e condropatie	0	0	1	0	0
<b>Totale</b>	<b>2.147</b>	<b>2.055</b>	<b>1.943</b>	<b>2.169</b>	<b>1.588</b>
<i>Incidenza delle muscolo scheletriche su tutte le malattie denunciate dal settore H</i>	<i>79,1%</i>	<i>78,7%</i>	<i>79,0%</i>	<i>80,7%</i>	<i>79,8%</i>
<i>Incidenza delle muscolo scheletriche denunciate dal settore H su tutte le muscolo scheletriche denunciate</i>	<i>7,4%</i>	<i>7,1%</i>	<i>6,5%</i>	<i>6,8%</i>	<i>6,5%</i>

(Fonte: Dati Inail, ottobre 2021)

<sup>1</sup> Dati INAIL

Evidentemente la riduzione di denunce che si osserva nell'anno 2020 è stata determinata dal blocco delle attività per diversi mesi a causa della pandemia.

Colpisce l'elevatissima percentuale che riguarda l'incidenza dei DMS su tutte le malattie denunciate nel settore Ateco H (trasporti e magazzinaggio) dove emerge che, sul totale di tutte le denunce, mediamente nel quinquennio la percentuale è del 79,46%.

Una cifra enorme a testimonianza di come questo sia un settore molto esposto, dove una campagna di sensibilizzazione dei lavoratori e dei loro datori di lavoro, è assolutamente urgente da sviluppare e implementare.

Per questo in questa iniziativa approfondiremo le questioni per capire meglio, avvalendoci dell'aiuto di professionisti della medicina del lavoro e della ricerca Inail, quali siano le ricadute sulla salute dei DMS e quali possano essere i rimedi.

Rimedi che non sono certo omogenei per l'ampio ventaglio dei rischi che portano ai DMS ma che vanno comunque resi noti a seguito della descrizione dei rischi che, spesso, sono misconosciuti ai più.

Anche far sapere cosa è giusto fare e cosa no per evitare dolorose conseguenze è un piccolo ma grande servizio che si può fare durante iniziative come questa di oggi.

Più in generale, ribadendo la nostra intenzione di essere partner di questa Campagna Europea, occorrerà sviluppare altre iniziative che sensibilizzino e coinvolgano anche altre forze sindacali e, soprattutto, il mondo delle imprese.

Fare prevenzione è un dovere morale prima che un obbligo legale e, tra l'altro, conviene anche alle aziende. Aziende che aumentano la loro produttività se chi lavora per loro può farlo senza dolorose ricadute da posture sbagliate, sforzi impropri e/o eccessivi per durata o intensità.

E' un tema che non dovrebbe essere lasciato sullo sfondo perché, purtroppo, concentrati sugli incidenti mortali.

Quella piaga è al primo posto delle cose da debellare, ma anche questo fenomeno, così diffuso e ampio, va tenuto nella giusta considerazione e, soprattutto, se ne deve parlare, approfondirne tutti gli aspetti e farne argomento di informazione e formazione specifica a beneficio dei lavoratori.

L'obiettivo è quello di far sì che anche in Italia, anche nei trasporti e nella logistica, questa Campagna Europea produca i suoi effetti a beneficio della salute di tutti.

Sindacati e imprese devono mettere nelle loro agende questa opera di sensibilizzazione nell'interesse collettivo.

Trains 2021-2022 sta sviluppando le sue iniziative con continuità e con proposte concrete, offrendole al dibattito più generale, e Alleggerire il Carico è una iniziativa europea che si colloca perfettamente nell'alveo della nostra azione sulla salute e sicurezza sul lavoro.

[WWW.SINDACATOFAST.IT](http://WWW.SINDACATOFAST.IT)

[WWW.CONFSAL.IT](http://WWW.CONFSAL.IT)

**FAST-Confsal**

*Federazione Autonoma dei Sindacati dei Trasporti*  
Via Prenestina, 170, 00176 Roma RM  
Tel: 06 89535974 - 06 89535975 FAX:06 89535976 Tel FS: 970 67666  
E-MAIL: [sg@sindacatofast.it](mailto:sg@sindacatofast.it)

**CONFSAL**

*Confederazione generale Sindacati Autonomi Lavoratori*  
Viale di Trastevere 60, 00153 Roma  
Tel: 06.585207.1  
E-MAIL: [info@confsal.it](mailto:info@confsal.it)