

# Stress da lavoro, ecco il test

► **Obbligatorio dal primo agosto, misurerà il malessere da scrivania.** ► **Sono le donne a essere più stressate**

**MILANO** La vicina di scrivania che ridacchia al telefono con le amiche, il collega supercompetitivo che sgomita anche alla macchinetta del caffè, i computer si impallano e il capo che vuole tutto entro dieci minuti. Sono alcuni esempi delle cause da stress lavorativo, considerato a tutti gli effetti una patologia. Tanto da essere inserita nel decreto 81/2008 sulla sicurezza sul luogo di lavoro: entro il 1° agosto le aziende private (quelle pubbliche

entro il 31 dicembre) dovranno mettersi in regola per valutare il rischio di stress connesso all'attività. L'Italia ha una percentuale di stressati superiore alla media europea e la regione più sotto pressione è la Lombardia (32% dei lavoratori), con Milano capitale. Le categorie più a rischio? I precari e le donne, in modo particolare tra i 33 e i 45 anni, e i dirigenti (34%), superati però dai quadri (41%), posizionati tra l'incudine e il martel-

lo. La commissione ministeriale sta definendo le linee guida da inviare alle aziende, ma nel frattempo c'è chi si sta già muovendo. **L'Ordine degli psicologi della Lombardia** ha istituito una task force per definire le tecniche con cui valutare il problema, mentre l'Aias (Associazione professionale ambiente e sicurezza) ha presentato ieri un metodo per misurare lo stress da lavoro. I tempi stringono e sono previste multe da 5 a 15 mila euro fino all'arresto da 4 a 8 mesi. Ci sarà anche lo stress da decreto? ● **MARCO BRESOLIN**

**50-60%** delle giornate lavorative perse ha come causa lo stress lavorativo (20-25 miliardi di euro il costo globale dello stress nell'ue)

**27%** dei lavoratori italiani sono stressati (4,5 milioni di persone)

**22%** dei lavoratori Ue sono stressati (40 milioni di persone)

## Lo psicologo

### “I precari rischiano di più”

**Paul Conway, dipartimento di Medicina del Lavoro dell'Università di Milano, fa parte del gruppo di lavoro che in Lombardia fornirà un supporto alle aziende per la valutazione del rischio stress lavorativo.**



di ruolo, la mancanza di flessibilità oraria o la precarietà. Questa può portare a un eccesso di presentismo, a non godere delle ferie o a lavorare oltre il dovuto per paura di non vedersi rinnovare il contratto: tutto ciò genera stress. **Che si ripercuote sulla produttività.** I datori di lavoro devono capire che stress ed efficienza produttiva sono correlate. Ridurre lo stress vuol dire ridurre i costi. ● **MA.BRE.**

#### Quali sono le cause maggiori?

Possono essere soggettive e oggettive, hanno effetti diversi su ogni lavoratore. Tra queste, i conflitti

## Il manager

### “Stare ore in ufficio mi carica”

**Enrico Pedretti, di Manageritalia.**

**Come si stanno comportando le aziende in vista della nuova normativa?** Si stanno attrezzando, ma non è facile. Primo, perché in tempi di crisi si pensa ad altro e poi perché bisogna capire che creare un ambiente di lavoro piacevole è un beneficio per tutti. **La crisi ha aumentato lo stress?**



Certo, per questo molti manager stanno già lavorando da tempo sul personale su questo aspetto. **Voi, però, siete i più stressati.** È vero, dobbiamo raggiungere i risultati a tutti i costi e nel più breve tempo possibile. Ma il nostro è stress positivo: lavoriamo 50 ore a settimana, non abbiamo tempo libero, ma ci piace. Questo stress ci carica. ● **MA.BRE.**

