

## Comunicato stampa

### Sempre più assenteismo per *burnout*

#### **Il programma della Fondazione Vital per la promozione della salute nelle aziende, la risposta giusta al disagio psichico sul posto di lavoro**

**Ci sono sempre più persone affette da problemi psichici causati dallo stress continuo sul lavoro. “È un fenomeno di cui in Alto Adige si parla ancora poco e sul quale mancano dei dati certi”, ricorda Franz Plörer, direttore della Fondazione Vital, rispondendo agli articoli apparsi di recente**

I motivi alla base di un *burnout* possono essere diversi: i ritmi frenetici e i cambiamenti repentini tipici della vita di oggi, i contrasti frequenti con clienti, colleghi o datori di lavoro, le aspettative eccessive, i comportamenti sbagliati, la coppia in crisi, i compiti sempre più complessi che dobbiamo affrontare e il poco tempo disponibile. Dalle statistiche internazionali emerge che il numero delle persone che si sentono esaurite e “non ce la fanno più” sta aumentando vertiginosamente, con effetti devastanti non solo per i diretti interessati, ma anche per i loro familiari, gli amici e le aziende in cui lavorano.

È da tempo che gli esperti di medicina del lavoro hanno lanciato l’allarme, cercando soluzioni idonee per attenuare quest’aumento preoccupante delle patologie psichiche sul lavoro. “Fino ai primi anni Novanta – si legge nel rapporto annuale 2009 della confederazione germanica delle casse mutue - era molto raro che le giornate di malattia concesse ai lavoratori dipendenti fossero causate da disturbi psichici.” Oggi, invece, le patologie psichiche sono al quarto posto nella classifica delle cause di assenza dal lavoro, precedute solo dalle affezioni muscolo-scheletriche, dalle malattie respiratorie e dagli infortuni.

A farne le spese, poi, sono soprattutto le donne, per le quali il *burnout* e l’esaurimento sono addirittura la terza causa di assenteismo in ordine di frequenza. “Per l’Alto Adige, purtroppo, non abbiamo dei dati certi – ricorda Franz Plörer, direttore della Fondazione Vital – ma tutto lascia intendere che anche qui la situazione non sia diversa da quella rilevata in Germania, Austria o Svizzera. Del resto, anche in provincia di Bolzano le donne devono sobbarcarsi un carico multiplo, dovendo provvedere alla professione, all’educazione dei figli e ai lavori domestici, e quindi sono fra le persone più a rischio, come è emerso recentemente anche al convegno delle insegnanti di scuola materna”.

Le strade che portano al *burnout* sono molte, e su queste incidono parecchio gli aspetti personali e l'ambiente familiare. Ma tutti gli esperti del settore concordano che un ruolo determinante per il nostro benessere psico-fisico è svolto dal posto di lavoro. “Lavorare in un ambiente sano e gradevole giova enormemente alla salute dei dipendenti – ricorda Franz Plörer – anche perché sul posto di lavoro passiamo gran parte della nostra vita.” E una risposta efficace al disagio psichico che si registra nel mondo del lavoro può venire dal programma di promozione della salute nelle aziende, già realizzato con successo dalla Fondazione Vital in molte imprese altoatesine.

„Promuovere la salute nelle aziende – ricorda Manfred Andergassen, responsabile del progetto per la Fondazione Vital – significa mettersi intorno a un tavolo e creare, con l'aiuto di una consulenza esterna, una serie di presupposti per rendere più sano l'ambiente di lavoro. Gli interventi più efficaci non riguardano solo i settori più classici della medicina del lavoro – come l'organizzazione, i cicli operativi, la sicurezza sul lavoro e l'ergonomia – ma anche il clima aziendale, la fiducia reciproca, la qualità dei rapporti interpersonali, la comunicazione, la solidarietà e l'aiuto reciproco, il modo di gestire i tempi di lavoro sempre più incalzanti e di affrontare la complessità crescente del lavoro.

Il programma di promozione della salute nelle imprese proposto dalla Fondazione Vital prende sempre le mosse da un'indagine conoscitiva molto approfondita in azienda, in base alla quale si individuano i problemi e i punti di forza esistenti, elaborando poi delle soluzioni d'intesa fra la direzione e il personale. “È un modello già ampiamente sperimentato non solo nei paesi scandinavi, ma anche in Germania, Austria, Svizzera, poiché sia la pubblica amministrazione che le casse mutue si sono rese conto che promuovendo la salute nelle aziende non migliorano solo la motivazione e il benessere dei lavoratori, ma anche la produttività, e al tempo stesso diminuiscono i costi legati all'assenteismo.

Finora, al programma di promozione della salute nelle aziende della Fondazione Vital hanno già aderito 18 aziende altoatesine con quasi 6.000 dipendenti, e dieci di queste hanno ottenuto la certificazione di “impresa sana”, impegnandosi a proseguire lungo la strada imboccata.

Per saperne di più, consultare il sito [www.fondazionevital.it](http://www.fondazionevital.it)