



6aprile.it



SALUTE, TECNO-STRESSATI DA SCRIVANIA: ECCO LE CATEGORIE "MALATE DI HI-TECH"

Inserito da Patrizio Trapasso - 9 luglio 2013

Mi piace Piace a 13.055 persone. Registrati per vedere cosa piace ai tuoi amici.



9 luglio 2013 - **Mal di testa, pressione alta, memoria 'nel pallone', ma anche attacchi di panico, ansia, insonnia e problemi allo stomaco** assillano l'esercito italiano dei lavoratori tecnostressati.

Quasi 2 mln di persone: networker (in genere consulenti, che usano almeno tre dispositivi mobili connessi per lavoro), **lavoratori Ict**, operatori di **call center, commercialisti, giornalisti, pubblicitari e analisti finanziari**. Ad analizzare i profili degli operatori che più spesso fanno i conti con il tecnostress è l'ultimo studio - anticipato dall'Adnkronos Salute - firmato da Enzo Di Frenna, presidente di Netdipendenza Onlus, che fa il punto sul

fenomeno nel nuovo libro 'Prevenzione tecnostress in azienda e sicurezza sul lavoro'.

Nei **call center** lavorano gli operatori di 'contact center in outsourcing': sono 80 mila in Italia e sono tra le categorie più esposte. Lo spiega bene nel libro il direttore generale di Assocontact, Alberto Zunino: "Attualmente stiamo portando avanti con Inail e altri interlocutori un progetto sul tema del rumore, che notoriamente è tra le problematiche che causano il tecnostress". Altra categoria vulnerabile è quella delle imprese di information technology. "Il tecnostress - spiega nel volume Paolo Angelucci, presidente di Assinform, che rappresenta 1500 aziende del settore - **si previene intervenendo sul carico di lavoro**". Altre soluzioni? Un'adeguata formazione per la prevenzione del rischio. Quest'anno, rispetto alla precedente ricerca di Netdipendenza, entrano nella 'lista nera' i commercialisti, stressati dall'uso eccessivo delle nuove tecnologie: dai software contabili che si aggiornano di continuo, alle scadenze fiscali impellenti che spesso si gestiscono con tablet e smartphone.

Lo conferma Mario Civetta, presidente dell'Ordine dei commercialisti di Roma (10 mila iscritti): "**I commercialisti sono tra le categorie maggiormente esposte ai rischi da tecnostress**. L'aumento progressivo della pressione fiscale si è accompagnato, nell'arco di un decennio, a una iper-produzione di norme - su diversi livelli - ma soprattutto in materia fiscale. Il commercialista è chiamato a districarsi in questo labirinto normativo, assumendo decisioni delicate per conto del cliente-contribuente. Scelte che impegnano risorse economiche, in tempi rapidissimi e con scarse possibilità di rimediare ad errori. Negli ultimi anni l'intero campo di azione dei commercialisti è andato sempre più ad intersecarsi con sofisticati strumenti informatici. Lontani dall'epoca in cui le dichiarazioni dei redditi venivano compilate a mano, il lavoro è sempre più dipendente da software complessi, e in questo ambito l'interazione tra il fattore umano, sempre più decisivo, e i sistemi informatici è decisamente fonte di tecnostress".

Situazione non migliore per i **pubblicitari**. "I pubblicitari vivono sempre connessi e la patologia del tecnostress è in agguato - spiega Mario Modica, direttore generale dell'Associazione italiana Pubblicitari professionisti (32 mila operatori) - A me capita spesso di dormire con il tablet e lo smartphone a portata di mano. Se arriva un messaggio, sono pronto a rispondere. E ciò, purtroppo, anche in orari extralavoro. La tecnologia ci segue ovunque, in molti casi favorisce la produttività, ma in altri c'è il rischio di assuefazione. Uno dei rischi principali è l'insonnia. Si dorme poco e con l'ansia di accontentare il cliente".

Per ridurre l'impatto del tecnostress nei luoghi di lavoro **c'è chi propone di rendere obbligatoria la 'pausa**



CITTÀ PER CITTÀ ECCO QUANTI MORTI IN CASO DI TERREMOTO. STUDIO CHOC DELLA PROTEZIONE CIVILE



VIDEO: ECCO L'EMILIA UN ANNO DOPO IL TERREMOTO, CITTÀ PER CITTÀ



IL VOLTO DELLA GIUSTIZIA. IL VIDEO DI STUDENTI AQUILANI TRASMESSO DA FAZIO E SAVIANO



TERREMOTO L'AQUILA: IN 12MILA ALLA

Festa DELLA BIRRA
Intrattenimento e cibo
AGOSTO 10 e 11
PRESSO IL CAMPOSPORTIVO DI CAPITIGNANO

SEGUI 6APRILE.IT

Mi piace Piace a 13.055 persone. Registrati per vedere cosa piace ai tuoi amici.

ULTIMI ARTICOLI



BRAY (MINISTRO CULTURA): "L'AQUILA E' FERMA AL 2009, LA COMUNITA' DEVE TORNARE ALLA SUA VITA"
9 luglio 2013

digitale. L'idea arriva da Orazio Carabini, vicedirettore del settimanale 'L'Espresso'. Ma c'è anche chi consiglia di **realizzare corsi di formazione per mettere a conoscenza i lavoratori digitali dei rischi**. Nelle 320 pagine del libro di Di Frenna il tecnostress viene affrontato sotto il profilo scientifico, medico, psicologico e formativo. Un intero capitolo è dedicato alle soluzioni e ai consigli utili.

Tra le tecniche di prevenzione troviamo **meditazione, yoga, erbe officinali, danzaterapia e sport**. Ma anche la bioarchitettura, per imparare a organizzare 'uffici rilassanti'. "Non a caso presentiamo queste ricerche a luglio – conclude Di Frenna – cioè nel periodo in cui si dovrebbe pensare alle ferie. Invece molti si portano il lavoro in vacanza, restando sempre connessi e col tablet e cellulare a portata di mano. In questo modo il cervello non riposa mai".

COMMENTI

Tags: Lavoro, salute, stress

I VOSTRI TWEETS SU @6aprileit

FOLLOWERS: **1050**

@6aprileit @beppe_grillo a cacare vada lui e tutto il suo movimento! - 07/06/2013 09:25:33

@6aprileit Ricerca sull'uso dei social media: compila un breve questionario <https://t.co/aQVtEhcsiF> - 06/06/2013 07:15:10

@6aprileit concessi o rifiutati? - 05/06/2013 20:48:02

@6aprileit D'altronde chi è che di sti tempi ti dà 500.000 € come carità? - 03/06/2013 12:08:30

@6aprileit Sondaggio sulla comunicazione sul #terremoto dell'Aquila prima del 6 aprile: mi aiutereste? <http://t.co/VObl1zBW2Z> - 01/06/2013 19:10:52

FIACCOLATA, ECCO LE FOTO



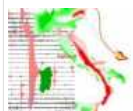
NUOVE SCOSSE NELL'AQUILANO: INTERVISTA AL SISMOLOGO CHRISTIAN DEL PINTO



VIDEO: ECCO LE FRASI CHE INCASTRANO LA COMMISSIONE GRANDI RISCHI



L'AQUILA: NON E' UNA CONDANNA PER NON AVER PREVISTO IL TERREMOTO



PREVISIONI PROBABILISTICHE DI TERREMOTI: UN CALCOLO AGGHIACCIANTE



ECCO TUTTI I TERREMOTI PIÙ FORTI DI M.5,5 DELLA STORIA D'ITALIA



FOTO: L'AQUILA 2009-2012, COSA (NON) È CAMBIATO



SALUTE, TECNO-STRESSATI DA SCRIVANIA: ECCO LE CATEGORIE "MALATE DI HI-TECH" 9 luglio 2013



FUKUSHIMA: GIAPPONE PIANGE MASAO YOSHIDA, EVITO' DISASTRO NUCLEARE 9 luglio 2013



TERREMOTO: IN PAGAMENTO IL CONTRIBUTO DI AUTONOMA SISTEMAZIONE DI GIUGNO 9 luglio 2013



PARCO D'ABRUZZO: L'ORSO STEFANO UCCISO BRUTALMENTE A FUCILATE 8 luglio 2013



METEO: UNA SETTIMANA CON FLASH STORM, I TEMPORALI IMPROVVISI E FORTI 8 luglio 2013



LA ROCCA DI CALASCIO FRA I 15 CASTELLI PIU' SUGGESTIVI AL MONDO: L'ANALISI DI UN CALASCINO "D'ADOZIONE" 8 luglio 2013



PARCO D'ABRUZZO: RITROVATO MORTO L'ORSO STEFANO, SI INDAGA SE PER AVVELENAMENTO 8 luglio 2013



TUTTI I TRUCCHI PER UN BARBECUE SALUTARE 8 luglio 2013



ECOBONUS 50% E 65%, DAI MOBILI ALLE CALDAIE ECCO TUTTI GLI SCONTI 7 luglio 2013

EVENTI SISMICI IN ABRUZZO (INGV)

Monti Reatini - magnitudo: 2,4 (06/07/2013)
Valle dell'Aterno - magnitudo: 2,2 (05/07/2013)
Monti della Laga - magnitudo: 2,4 (03/07/2013)
Monti Ernici-Simbruini - magnitudo: 2,1 (Thu, 27 Jiu 2013 7:15:1 +00:00)
Piana del Fucino - magnitudo: 2,1 (wed, 26 Jiu 2013 4:22:6 +00:00)

SISMOGRAMMI

S. Benedetto di Bagno, Magliano dei Marsi, Coppito

MONITORAGGIO TERREMOTI

Database Iside (Ingv)
Lista ultimi terremoti (Ingv)
Mappa interattiva terremoti (Ingv)
Mappa interattiva terremoti in Italia
Rete Sismica Sperimentale Italiana (Iesn)

Utenti in linea

96 utenti Online