Aġenzija Ewropea għas-Sigurtà u s-Saħħa fuq il-Post tax-Xogħol

Disturbi muskoloskeletali relatati max-xogħol: għaliex għadhom daqshekk prevalenti?

Evidenza minn rieżami tal-letteratura

Osservatorju Ewropew tar-Riskji

Sommarju Eżekuttiv

European Agency for Safety and Health at Work

Safety and health at work is everyone's concern. It's good for you. It's good for business.

Awturi:

Joanne O. Crawford u Alice Davis, l-Istitut tal-Mediċina Okkuppazzjonali (IOM), Edinburgu — Ir-Renju Unit

Titolu tal-proġett EU-OSHA: Rieżami tar-riċerka, il-politika u l-prattika dwar il-prevenzjoni ta' disturbi muskoloskeletali relatati max-xogħol (MSDs)

Ġestjoni tal-proġetti u editjar: Katalin Sas (EU-OSHA) bis-sostenn ta' Nóra Pálmai.

Dan ir-rapport ġie kkummissjonat mill-Aġenzija Ewropea għas-Sigurtà u s-Saħħa fuq il-Post tax-Xogħol (EU-OSHA). Il-kontenut tiegħu, inkluż kwalunkwe opinjoni u/jew konklużjoni espressi, huma dawk tal-awturi biss u mhux neċessarjament jirriflettu l-fehmiet tal-EU-OSHA.

Europe Direct huwa servizz li jgħinek issib tweġibiet għall-mistoqsijiet tiegħek dwar l-Unjoni Ewropea

Numru tat-telefon bla ħlas (*):

00 800 6 7 8 9 10 11

(*) Ċerti operaturi tat-telefonija ċellulari ma jippermettux aċċess għan-numri 00 800, jew inkella dawn it-telefonati jkunu bi ħlas.

Aktar informazzjoni dwar l-Unjoni Ewropea hija disponibbli fuq l-Internet (http://europa.eu).

Il-Lussemburgu: L-Uffiċċju tal-Pubblikazzjonijiet tal-Unjoni Ewropea, 2020

© Aġenzija Ewropea għas-Sigurtà u s-Saħħa fuq il-Post tax-Xogħol, 2020

Ir-riproduzzjoni hija awtorizzata bil-kondizzjoni li s-sors ikun rikonoxxut.

Traduzzjoni pprovduta miċ-Ċentru ta' Traduzzjoni (CdT, Lussemburgu), bbażata fuq test oriġinali bl-Ingliż.

Sommarju Eżekuttiv

L-għan ta' danir-rieżami esploratorju huwa li jiġu eżaminati l-livelli għoljin kontinwi ta' mard muskoloskeletali (MSDs) fil-popolazzjoni tax-xogħol u li tiġi eżaminata l-evidenza fir-rigward tal-prevenzjoni.

l-rieżami tħejja bħala parti minn proġett akbar,""Rieżami tar-ricerka, il-politika u l-prattika dwar il-prevenzjoni ta' MSDs relatati max-xogħol". L-objettivi tal-proġett huma:

- li jtejjeb l-għarfien ta' riskji u tendenzi ġodda u emerġenti fir-rigward ta' fatturi li jikkontribwixxu għall-MSDs relatati max-xogħol u biex jidentifika l-isfidi relatati;
- li jidentifika d-diskrepanzi fl-istrategiji attwali biex jiġu indirizzati l-MSDs relatati max-xogħol kemm fil-livell tal-politika kif ukoll fuq il-post tax-xogħol;
- li jinvestiga l-effettività u l-kwalità tal-interventi u tal-approċċi tal-valutazzjoni tar-riskji fuq il-post tax-xogħol; u
- li jidentifika approċċi ġodda għall-prevenzjoni aktar effettiva tal-MSDs.

Ir-rati ta' MSDs irrapportati fl-Istati Membri kollha tal-UE (EU-28)[1] żdiedu minn 54.2 % fl-2007 għal 60.1 % fl-2013 (skont ir-riżultati tal-Istħarriġ dwar il-Forza tax-Xogħol tal-UE li twettaq f'dawk is-snin). Id-*data* mill-Istħarriġ Ewropew dwar il-Kundizzjonijiet tax-Xogħol ma turix tnaqqis sinifikanti fl-inċidenza tal-uġigħ muskoloskeletali fir-riġlejn jew fid-dirgħajn jew tal-uġigħ fid-dahar bejn l-2010 u l-2015. Jidher li, għalkemm hemm rekwiżiti leġiżlattivi biex jiġi żgurat li l-perikli fuq il-post tax-xogħol li jistgħu jikkawżaw l-MSDs jiġu kkontrollati, hemm evidenza limitata li dan qiegħed jiġri.

Metodi

Biex jiġi eżaminat is-suġġett tal-prevenzjoni tal-MSDs, sar rieżami tal-letteratura esploratorju. Dan kien jinvolvi tfittxija inizjali biex jiġu identifikati ipoteżijiet qabel ma jsiru tfittxijiet speċifiċi fil-letteratura sabiex jiġu esplorati s-sejbiet tar-riċerka biex dawn l-ipoteżijiet jiġu ttestjati. Il-mistoqsijiet tar-riċerka li għandhom jiġu indirizzati f'dan ir-rieżami esploratorju kienu kif ġej:

- Għaliex hemm prevalenza għolja kontinwa ta' MSDs relatati max-xogħol?
- X'inhuma l-bidliet fid-dinja tax-xogħol li potenzjalment jikkontribwixxu għal prevalenza għolja?
- X'inhu l-impatt tal-bidla demografika?
- X'inhu l-impatt tal-fatturi tar-riskju individwali?
- X'inhuma d-diskrepanzi fl-approċċi attwali tal-prevenzjoni u tal-valutazzjoni tar-riskju?
- Jikkunsidraw ukoll ir-riskji psikosoċjali, differenzi bejn il-ġeneri u/jew fl-età?

Saru tfittxijiet tal-kamp ta' applikazzjoni u segwiti minn tfittxijiet speċifiċi għal kull ipoteżi identifikata. Ġew akkwistati dokumenti ta' riċerka u d-*data* ġiet estratta minn kull waħda minnhom.

Riżultati

- **Ipoteżijiet iġġenerati**

Tnax-il ipoteżi ġew identifikati fil-korp tar-riċerka inklużi:

- L-impatt tad-diġitalizzazzjoni u tat-teknoloġija tal-informazzjoni u tal-komunikazzjoni (ICT) jista' jesponi lill-individwi għal aktar riskji tal-MSD.
- Forom ġodda ta' impjieg, inklużi l-ekonimiji tal-gigs u tal-pjattaformi, għandhom il-potenzjal li jnaqqsu l-livell tal-protezzjoni tas-saħħa u s-sigurtà fuq il-post tax-xogħol (OSH) tal-ħaddiema.

[1] Fiż-żmien tal-pubblikazzjoni ta' dan ir-rieżami tal-letteratura, ir-Renju Unit ma għadux Stat Membru tal-Unjoni Ewropea. Madankollu xorta kien għadu parti mill-Unjoni Ewropea meta saret ir-riċerka fl-2019, għaldaqstant f'dan ir-rapport ir-Renju Unit jissejjaħ bħala Stat Membru tal-UE.

- Prevalenza li qabel kienet għolja f'settur wieħed tista' timxi għal settur ieħor. Pereżempju, idumu inqas l-isptar biex jiżdied il-ħin tal-irkupru mid-dar, u mbagħad it-trattament tal-pazjenti jiċċaqlaq mill-post tal-kura tas-saħħa għall-kura fid-dar, u b'hekk l-esponiment jiċċaqlaq.
- L-effett tat-tibdil tal-politiki fuq il-post tax-xogħol bħall-politiki kontra l-irfigħ iċaqilqu l-parti esposta mid-dahar għall-ispalel, u produzzjoni eżatt fil-ħin iżżid il-veloċità tal-ħidma u l-livell ta' ripetizzjoni mingħajr valutazzjoni ergonomika, li twassal għal żieda fl-MSDs irrapportati.
- Stili ta' ħajja mhux tajbin għas-saħħa, inattività fiżika u rati ta' obeżità mhux mixtieqa jistgħu jwasslu għal żieda fil-problemi muskoloskeletali.
- L-impatt tad-demografika tal-forza tax-xogħol li qed tinbidel ifisser forza tax-xogħol akbar fl-età bi probabbiltà akbar ta' problemi muskoloskeletali (kemm jekk ġejjin mix-xogħol kif ukoll mill-età) kif ukoll forza tax-xogħol aktar żagħżugħa li tidħol għax-xogħol bi problemi muskoloskeletali pre-eżistenti.
- L-importanza tar-riskji psikosoċjali qiegħda tiżdied.
- Proporzjon dejjem jikber ta' impjiegi sedentarji jirriżulta f'żieda fl-esponiment sedentarju fuq il-post tax-xogħol u f'uġigħ muskoloskeletali.
- Jekk mhux se jitnaqqsu l-perikli fiżiċi fuq il-post tax-xogħol, inkluż xogħol fiżiku ta' strapazz, ripetizzjoni eċċessiva, pożizzjonijiet tal-ġisem strambi u ħafna rfigħ, se jwasslu għal esponiment kontinwu.
- Kuntesti soċjoekonomiċi differenti, klassifikazzjonijiet ta' mard industrijali, sostenn ta' strutturi u arranġamenti tal-assigurazzjoni f'kull Stat Membru tal-UE għandhom impatt fuq ir-rappurtar tal-MSD.
- Nuqqas ta' organizzazzjoni u/jew disinn adegwat fix-xogħol iwassal għal esponimenti akbar tar-riskji tal-MSD.
- Hemm diskrepanzi fil-prattiki tal-valutazzjoni u l-prevenzjoni tar-riskji.

Xogħol

Hemm assoċjazzjonijiet magħrufa bejn il-fatturi ta' xogħol, inklużi pożizzjonijiet tal-ġisem ħżiena u strambi, livelli għoljin ta' ripetizzjoni u l-ħtieġa ta' livelli għoljin ta' forza, bil-prevalenza tal-MSDs. Madankollu, jidher li ftit li xejn kien hemm tibdil fl-esponiment għall-perikli tal-MSD mill-2005. Il-prevalenza għolja kontinwa ma tistax tiġi spjegata b'fatturi ta' xogħol fiżiku biss u jeħtieġ li jiġu kkunsidrati kwistjonijiet oħrajn.

Bidla settorjali

F'dawn l-aħħar għoxrin sena, l-UE għaddiet minn bidla fl-ekonomija tagħha li fiha l-ħaddiema ċċaqilqu minn industriji tal-manifattura għall-industriji tas-servizzi u tal-kostruzzjoni. Dan irriżulta f'bidla fin-natura tal-perikli tal-MSD li għalihom huma esposti l-ħaddiema, inkluż il-ġestjoni tal-pazjenti fil-kura tas-saħħa u soċjali, pożizzjoni tal-ġisem ħażina, livelli għoljin ta' ripetizzjoni fis-servizz tax-xogħol, u xogħol sedentarju f'ambjenti bħal f'uffiċċji. Il-punteġġi ta' riskju posturali huma għoljin f'ħafna setturi oħra.

Modi ta' xogħol dejjem jinbidlu

Ix-xogħol qiegħed jinbidel kemm kif u wkoll fejn nagħmluh. Id-diġitalizzazzjoni ġabet użu ta' teknoloġiji ġodda li potenzjalment jistgħu jippermettu aċċess għax-xogħol l-ħin kollu. Fl-istess ħin, ix-xogħol fuq pjattaformi online żdied u b'hekk ir-relazzjoni bejn l-impjegatur u l-ħaddiema qiegħda tinbidel u aktar nies qegħdin jew jaħdmu għal rashom jew jaħdmu fuq kuntratti każwali u allura r-regolamenti neċessarji dwar l-OHS mhux dejjem jiġu segwiti.

Din iż-żieda fid-diġitalizzazzjoni biddlet ukoll l-imġiba tal-konsumaturi u l-bejgħ online qiegħed jikber b'mod konsistenti. Għaldaqstant, aktar nies huma impjegati f'dan is-settur fejn jagħżlu l-imħażen u bħala sewwieqa li jwasslu l-kunsinna. Għalkemm qiegħda tintuża awtomatizzazzjoni minn xi organizzazzjonijiet, xorta għad hemm il-ħtieġa ta' bnedmin għal garanzija ta' kwalità, kompiti ta' ġbir aktar kumplessi u kultant aktar menjali. Dawn il-ħaddiema jistgħu jkunu soġġetti għal talbiet fiżiċi u mentali għoljin meta jaħdmu taħt pressjoni. Bħalissa hemm ftit evidenza li l-perikoli tal-OHS qegħdin jiġu indirizzati.

Tipi ġodda ta’ ħidma jinkludu wkoll bidliet fil-proċessi tax-xogħol bħal proċessi ta’ manifattura mingħajr ħela fis-settur tal-manifattura. Għalkemm ir-riċerka hija ambivalenti dwar l-impatt tal-proċessi mingħajr ħela fuq il-perikli tal-MSD, huwa ċar li l-implimentazzjoni ta’ bidla bl-użu tad-disinn tal-impjieg u l-ergonomija jistgħu jnaqqsu l-esponiment. Fi ħdan il-kura tas-saħħa li wieħed iżerżaq minflok jerfa’ u l-irkupru mid-dar biddlu n-natura tal-esponiment. Għalkemm l-ambjent tad-dar huwa tajjeb għall-pazjent, huwa inqas ikkontrollat u b’inqas ċans li min jindikra jkollu tagħmir għall-irfigħ.

Filwaqt li r-robots fissi ilhom fuq il-post tax-xogħol għal ftit deċennji, il-firxa ta’ awtomatizzazzjoni u robots awotonomi huma maħsuba li jiżdiedu fis-snin li ġejjin. Huwa ċar iżda, li filwaqt li l-awtomatizzazzjoni tista’ tnaqqas l-esponiment għall-perikli tal-MSD, dan mhux dejjem jiġi evalwat kif suppost u l-ħaddiema jistgħu jispiċċaw jaħdmu rwoli dettati mill-magni. B’mod aktar pożittiv, robots awtonomi jistgħu jnaqqsu l-esponiment tal-ħaddiema għal xogħol maħmuġ u ripetittiv ħafna. Ir-riċerka applikata li teżamina kif il-bnedmin u r-robots se jaħdmu id f’id u kif jistgħu jinħolqu kwistjonijiet dwar l-OHS hija limitata.

Fl-aħħar nett, ħafna minna qegħdin inqattgħu dejjem aktar il-ħajja tax-xogħol tagħna bilqiegħda. Dan iġib miegħu effetti negattivi magħrufa fuq is-saħħa, iżda x-xogħol sedentarju huwa assoċjat ukoll mal-MSDs, għal darb’ oħra b’għadd ta’ fatturi ta’ riskju identifikabbli. Id-disinn tal-impjieg jeħtieġ li jiġi kkunsidrat biex jiġi żgurat li n-nies ikunu jistgħu jqumu u jimxu fuq il-post tax-xogħol (u jkunu mħeġġa jagħmlu dan). Barra minn hekk, l-iżgurar li faċilitajiet għat-tibdil tal-ħwejjeġ u doċċi jkunu disponibbli għal persuni li jridu jagħmlu eżerċizzju waqt il-pawżi mix-xogħol jista’ jkun ta’ benefiċċju wkoll. Ġiet ipprovduta gwida għall-protezzjoni tas-saħħa u s-sigurtà tal-ħaddiema sedentarji.

- **Imġiba dwar is-saħħa**

Għalkemm dan ir-rieżami esploratorju jikkonċentra fuq fatturi rilevati għax-xogħol fir-rigward tal-prevalenza tal-MSDs, hemm assoċjazzjonijiet rikonoxxuti bejn l-imġiba dwar is-saħħa u l-MSDs, b’mod partikolari l-obeżità, l-inattività fiżika u t-tipjip tat-tabakk. Il-promozzjoni tas-saħħa fuq il-post tax-xogħol jista’ jkollha impatt ta’ benefiċċju billi tnaqqas dawn it-tendenzi fl-imġiba u b’hekk titnaqqas il-prevalenza tal-MSDs.

- **Età u ġeneru**

Fir-rigward tal-età, il-prevalenza tal-MSDs tiżdied f’ħaddiema akbar fl-età. Jekk dan huwiex dovut għal tul estiż tal-esponiment u/jew kapaċità mnaqqsa meta tiżdied l-età, għadu qiegħed jiġi studjat. Meta ġie eżaminat l-esponiment għall-MSD f’ħaddiema akbar fl-età (normalment definiti bħala ħaddiema ta’ aktar minn 50 sena) meta mqabbla ma’ dawk li għandhom inqas minn 35 sena, instab li l-esponiment għal movimenti ripetittivi bl-idejn u ċ-ċaqliq u t-tqandil ta’ tagħbijiet kien inqas, filwaqt li l-esponiment għal pożizzjonijiet ta’ wġigħ u għeja żdied. Din id-*data* tissuġġerixxi li ħaddiema akbar fl-età għadhom qegħdin jiġu esposti għal riskji konsiderevoli fuq il-post tax-xogħol. B’konsegwenza, hemm ukoll evidenza li tindika li, meta jseħħu korrimenti, il-ħin tal-irkupru huwa itwal.

Id-*data* enfasizzat ukoll li ħaddiema iżgħar kienu qed jirrappurtaw ukoll livelli għoljin ta’ MSDs. Hija meħtieġa aktar riċerka biex jiġi stabbilit jekk dan huwiex dovut għall-bidu tax-xogħol bi problemi jew li jiżviluppaw malajr l-MSDs eżatt wara li jibdew jaħdmu. Huwa essenzjali li l-miżuri ta’ prevenzjoni jkunu disponibbli matul il-ħajja tax-xogħol tan-nies.

Ġeneralment, l-irġiel jirrappurtaw aktar MSDs min-nisa. Madankollu, in-natura tal-MSDs tagħhom tvarja, bl-irġiel bi probabbiltà akbar li jirrappurtaw problemi u n-nisa bi problemi f’għonqhom, spallejhom, dirgħajhom jew idejhom. Meta l-esponimenti għall-perikli tal-MSD jiġu eżaminati, għal perikli speċifiċi inklużi movimenti ripetittivi u ħinijiet twal bilqiegħda, in-nisa u l-irġiel jirrappurtaw li qegħdin jiġu esposti bl-istess mod. Il-persuni li jerfgħu, 6 % tan-nisa rrappurtaw li jerfgħu l-ħin kollu (meta mqabbla 2 % tal-irġiel) u 9 % tan-nisa rrappurtaw li jerfgħu lin-nies bejn kwart u tliet kwarti tal-ħin (meta mqabbla ma’ 4 % tal-irġiel). Dan jimplika li s-segregazzjoni orizzontali għandha impatt, b’aktar nisa jaħdmu fis-settur tas-saħħa u l-kura soċjali. Madankollu, is-segregazzjoni vertikali għandha sehem, b’aktar nisa fi rwoli part-time li jistgħu jesponuwhom għall-perikli tal-MSD. Madankollu, l-impatt tar-rwol doppju tan-nisa bħala ħaddiema b’responsabbiltajiet domestiċi ma għandux jiġi injorat, minħabba li dan ix-xogħol jista’ kemm jikkawża kif ukoll jipprevjeni riskji tal-MSD. Fl-eżaminazzjoni tal-età u l-ġeneru, għalkemm in-nisa li għandhom aktar minn 50 sena jirrappurtaw aktar sintomi mill-irġiel, dan huwa l-grupp ta’ età li ra l-akbar żieda fl-impjieg f’dawn l-aħħar għaxar snin.

- **Twemmin tas-saħħa u s-somatizzazzjoni**

It-twemmin tas-saħħa jaffettwa kif naħsbuha dwar nuqqas ta' saħħa, u s-somatizzazzjoni hija l-manifestazzjoni tas-sintomi fiżiċi li jirriżultaw minn diffikultà psikoloġika. L-awtoperċezzjoni ta' nuqqas ta' saħħa ġiet assoċjata ma' żieda fil-prevalenza tal-MSDs. L-individwi jistgħu jġibu magħhom ix-xogħol twemmin tas-saħħa pożittiv jew negattiv, iżda twemmin negattiv jista' jkun assoċjat mas-sintomi. Fix-xogħol irrappurtat, twemmin negattiv dwar kwistjonijiet tas-saħħa relatati max-xogħol, pronjożi u li wieħed ikun sema' bl-RSIs (korrimenti ta' strapazz ripetittiv) ġew assoċjati mas-sintomi. Jidher li hemm nuqqas ta' għarfien tas-sintomi, tal-pronjożi, u tal-irkupru probabbli mill-MSDs, u li nkabbru l-ammont u l-preċiżjoni tal-għarfien tagħna jista' jgħin kemm fil-prevenzjoni kif ukoll fl-irkupru.

- **Fatturi psikosoċjali**

Hemm rikonoxximent dejjem akbar li l-fatturi psikosoċjali għandhom ukoll impatt fuq il-prevalenza tal-MSDs. Ġew ipotizzati diversi passaġġi, inkluż ammont kbir ta' xogħol mentali li jżid it-tensjoni tal-muskoli, l-esponiment għall-istress li ma jippermettix l-irkupru u l-istress li jikkawża bidliet fis-sistema immunitarja jew infjammatorja. Ir-rieżami identifika li t-tnaqqis tal-esponiment għall-eżawriment jista' jkollu l-potenzjal li jnaqqas l-uġigħ muskoloskeletali. L-għeja tista' tkun ukoll fattur, u individwi b'MSDs qegħdin jirrappurtaw li qegħdin jorqdu inqas. Il-fatturi psikosoċjali inklużi appoġġ soċjali batut, livelli baxxi ta' kontroll fuq ix-xogħol u kunflitt bejn ix-xogħol u l-ħajja privata kollha nstabu li huma assoċjati mal-MSDs. Il-ġestjoni tar-riskji psikosoċjali tista' tnaqqas il-problemi muskoloskeletali. Hemm tħassib li dan mhuwiex qiegħed jiġri b'mod wiesa', parzjalment minħabba li ħafna impjegaturi mhumiex konxji ta' din il-konnessjoni u parzjalment minħabba li r-riskji psikosoċjali mhumiex kategorizzati bħala riskju speċifiku (hekk kif wieħed isibhom fid-Direttiva Qafas b'ebda differenzjazzjoni bejniethom u bejn perikli oħra fuq il-post tax-xogħol). Fejn jiġu vvalutati r-riskji psikosoċjali, ħafna drabi dan isir "f'silo", jiġifieri b'approċċ li jiffoka biss fuq il-konsegwenzi ta' "stress" għas-saħħa mentali, approċċ li ma jagħmel l-ebda rabta bejn riskji psikosoċjali u riskji oħrajn fuq il-post tax-xogħol.

- **Differenzi soċjoekonomiċi**

Differenzi soċjoekonomiċi bejn l-Istati Membri u differenzi nazzjonali fil-metodi ta' rappurtar tal-MSDs għandhom impatt fuq il-prevalenza tagħhom. Fil-preżent, dan huwa meqjus bħala affettwat minn bidliet fir-rappurtar ta' mard industrijali u minn kampanji ta' sensibilizzazzjoni dwar dawn il-bidliet li jżidu r-rappurtar. Madankollu, ir-rieżami wera wkoll li r-rappurtar tal-uġigħ fid-dahar żdied f'pajjiżi fejn hemm livelli ogħla ta' protezzjoni soċjali u inklużjoni soċjali. Ġie ssuġġerit li dan kien dovut għad-dħul fil-mekkaniżmi ta' protezzjoni u ta' appoġġ disponibbli b'mod aktar faċli.

- **Lakuni fil-valutazzjoni tar-riskji u fil-prattiki tal-prevenzjoni**

Għalkemm id-dispożizzjonijiet għall-prevenzjoni tal-MSDs huma stabbiliti fid-Direttiva dwar it-Tqandil Manwali u d-Direttiva dwar l-Apparat ta' Wiri fuq Skrin, dawn ma jkoprux ir-riskji kollha tal-MSD. Hemm għadd kbir ta' għodod disponibbli għall-valutazzjoni tar-riskji, iżda ftit ġew evalwati bir-reqqa. Għaliex għandna għadd kbir ta' persuni li qegħdin jirrappurtaw l-MSDs? Il-fokus tagħna fuq l-etjoloġija minflok l-epidemjoloġija jista' jkun li qiegħda żżomm ir-riċerka lura, hekk kif jeħtieġ niżviluppaw u nirrappurtaw studji ta' interventi. Ma nafux kemm hemm organizzazzjonijiet li qegħdin jimplimentaw bidliet fuq il-post tax-xogħol jew kemm qegħdin ikunu effettivi. Għalhekk, l-ippjanar, id-disinn u l-implimentazzjoni tar-riċerka tal-interventi fuq skala raġonevoli għandha tkun it-triq 'il quddiem. Ir-rieżami identifika wkoll l-ostakoli u l-għajnuniet biex jiġu implimentati strateġiji għall-prevenzjoni tal-MSD. Dan l-aħħar, l-evalwazzjoni tal-impatt tal-leġiżlazzjoni u l-infurzar tal-OHS uriet li hemm diskrepanza kbira kemm fir-riċerka muskoloskeletali kif ukoll dik psikoloġika. Hemm bżonn ċar li jiġu evalwati kemm ir-riskji muskoloskeletali kif ukoll dawk psikosoċjali b'mod komuni, u riċerka mill-Awstralja turi kif dan jista' jinkiseb.

Hemm disponibbli għadd ta' dokumenti ta' gwida li fihom il-prevenzjoni tal-MSDs trid titqies bħala impenn fit-tul bħala parti mill-ġestjoni ġenerali tal-OHS u għandhom jinvolvu l-parteċipazzjoni tal-forza tax-xogħol. In-nuqqas ta' għarfien jista' jkun ostakolu għall-prevenzjoni, għalhekk taħriġ u sensibilizzazzjoni huma wkoll essenzjali. Il-ħtieġa li wieħed jaħseb dwar ir-riskji psikosoċjali bħala parti mill-prevenzjoni ġiet enfasizzata wkoll. Neħtieġu qafas usa' li jinvolvi r-regolatur, l-organizzazzjonijiet (l-impjegaturi u l-ħaddiema) u r-riċerkaturi.

Fir-rigward tal-modi ġodda ta' kif naħdmu, ġiet ipprovduta aktar gwida dwar ix-xogħol sedentarju biex jiżdiedu l-opportunitajiet biex wieħed jiċċaqlaq fuq il-post tax-xogħol. Għad fadal qasam kbir ta' riċerka

dwar l-awtomatizzazzjoni u r-robotika li jeħtieġ li nikkunsidraw fir-rigward tar-rabta bejn il-bniedem u l-magna.

Diskussjoni u konklużjonijiet

Dan ir-rieżami esploratorju eżamina diversi ipoteżijiet dwar għalfejn għad hemm prevalenza għolja ta' MSDs. Ir-rieżami investiga bidliet fis-setturi fejn in-nies huma impjegati u bidliet fil-mod ta' kif in-nies jaħdmu minħabba bidliet teknoloġiċi u fil-proċess. Huwa ċar iżda li l-esponiment għall-perikli tal-MSD mhuwiex qiegħed jonqos. Għalkemm hemm il-potenzjal li jitnaqqas l-esponiment, hemm ftit evidenza li dan jiġri fuq il-postijiet tax-xogħol u l-esponiment fil-fatt jista' jitnaqqas bil-każwalizzazzjoni tax-xogħol. Ċertament hemm rekwiżit għal fehim aħjar tal-interfaċċa bejn il-bnedmin, il-post tax-xogħol u l-apparat tax-xogħol f'teknoloġiji ġodda.

Għad hemm ħtieġa għall-promozzjoni tas-saħħa fuq il-post tax-xogħol biex jitjieb il-livell ta' saħħa li nġibu fuq il-post tax-xogħol. Il-fehim tagħna dwar it-twemmin tas-saħħa jista' jagħtina opportunità sabiex nikkondividu għarfien preċiż dwar l-MSDs u l-okkorrenza, il-pronjożi u l-prevenzjoni tagħhom biex inkunu nistgħu nifhmu dawn il-kwistjonijiet. Il-bidla demografika u forza tax-xogħol dejjem akbar fl-età toħloq grupp ta' ħaddiema aktar f'riskju; b'sorpriża, ħaddiema żgħażagħ jidhru wkoll li qed jibdew jaħdmu u jkollhom l-MSDs.

L-għarfien tal-fatturi psikosoċjali u l-influwenza tagħhom fuq il-prevalenza tal-MSDs ma ġiet marbuta bl-ebda mod mal-proċess tal-valutazzjoni tar-riskju. Ir-riċerka mill-Awstralja tagħmel rakkomandazzjonijiet dwar kif dan jista' jsir, iżda dan għadu ma ġiex evalwat.

Hemm bżonn ċar li jittieħdu approċċi ġodda għall-prevenzjoni tal-MSDs, inkluż id-disinn ta' studji ta' intervent fuq il-post tax-xogħol li jieħdu approċċ aktar olistiku li jkopri kemm ir-riskji fiżiċi kif ukoll dawk psikosoċjali. Barra minn hekk, l-edukazzjoni tal-pubbliku dwar l-MSDs hija essenzjali biex iżżid s-sensibilizzazzjoni u l-għarfien tal-impatt tagħhom u tgħin biex issir bidla.

Dan ir-rieżami esploratorju identifika ħtieġa ċara li jsir dan li ġej:

- Jinfthiemu d-differenzi bejn il-pajjiżi u, fejn il-pajjiżi naqqsu l-prevalenza tal-MSDs, niskopru x'jaħdem u għaliex.
- Jiġu adottati għodod għall-valutazzjoni tar-riskju u miżuri għat-tnaqqis tar-riskji sabiex ikunu jistgħu jiġu evalwati kemm l-MSDs kif ukoll ir-riskji psikosoċjali f'valutazzjoni waħda.
- Jiżdiedu s-sensibilizzazzjoni u l-fehim tar-rilevanza tax-xogħol tal-MSDs u l-identifikazzjoni, il-pronjożi u l-prevenzjoni tagħhom fil-forza tax-xogħol.
- Jitwettqu studji ta' intervent biex jgħinu jidentifikaw x'inhu effettiv u fuq kollox x'ma jaħdimx.
- Jiġu żgurati attivitajiet ta' promozzjoni tas-saħħa fuq il-post tax-xogħol dwar il-prevenzjoni tal-MSD kif ukoll l-imġiba dwar is-saħħa li taffettwa l-MSDs.
- Jiġu identifikati prattiki attwali biex titjieb il-prevenzjoni tal-impatt fuq l-MSD ikkawżat mill-integrazzjoni diġitali tal-impenji u l-ħidma fuq pjattaforma ta' individwu fil-ħajja tax-xogħol.
- Tiġi aġġornata l-leġiżlażżjoni sabiex ikunu koperti teknoloġiji ġodda, inkluża wkoll l-eżaminazzjoni tal-implimentazzjoni tal-leġiżlazzjoni eżistenti biex tiddetermina:
  - Il-leġiżlazzjoni tkopri r-riskji korretti?
  - L-impjegaturi qegħdin jivvalutaw dawn ir-riskji b'mod adegwat?
  - L-impjegaturi qegħdin jimplimentaw kontrolli xierqa?

L-Aġenzija Ewropea għas-Sigurtà u s-Saħħa fuq il-Post tax-Xogħol (EU-OSHA) hija impenjata li tagħmel lill-Ewropa post tax-xogħol aktar sikur, aktar f'saħħtu u aktar produttiv. L-Aġenzija twettaq riċerka, tiżviluppa u tqassam informazzjoni affidabbli, bilanċjata u imparzjali dwar is-saħħa u s-sigurtà u torganizza kampanji pan-Ewropej ta' sensibilizzazzjoni. Stabbilita mill-Unjoni Ewropea fl-1994 u bbażata f'Bilbao, Spanja, l-Aġenzija tlaqqa' flimkien rappreżentanti mill-Kummissjoni Ewropea, il-gvernijiet tal-Istati Membri, l-organizzazzjonijiet tal-impjegaturi u tal-ħaddiema, kif ukoll l-esperti ewlenin f'kull wieħed mill-Istati Membri u lil hinn minnhom.

Aġenzija Ewropea għas-Sigurtà u s-Saħħa fuq il-Post tax-Xogħol

Santiago de Compostela 12, il-5 Sular

48003 Bilbao – Spanja

Tel. +34 944358400

Fax +34 944358401

Email: information@osha.europa.eu

Publications Office