



75
MT

FACTS

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

ISSN 1725-7069

Problemi muskuloskeletalati relatati max-xogħol: lura lejn ix-xogħol Sommarju

Introduzzjoni

Il-problemi muskuloskeletalati (MSDs) huma l-aktar problema komuni tas-saħħa relatata max-xogħol fl-Ewropa. Fl-UE-27, kwart tal-haddiema jilmentaw minn uġiġh f'daharhom u kważi kwart jirrapurtaw uġiġh muskolari.⁽¹⁾ L-MSDs iġibu tħassib kbir: huma jaffettwaw is-saħħa ta' haddiema individwali u jkomplu jzidu ma' l-ispejjeż kummerċjali u soċjali tal-kumpaniji u l-pajjiżi Ewropej.⁽²⁾ L-MSDs jisfrattaw ix-xogħol, inaqqsu l-produttività u jistgħu jwasslu għal assenza minhabba mard u għal diżabilità kronika relatata max-xogħol.

L-indirizzar ta' l-MSDs ifisser it-teħid ta' azzjoni fuq il-post tax-xogħol. L-ewwelnett, hemm passi preventivi li għandhom jittieħdu. Iżda għall-haddiema li diġà għandhom l-MSDs, l-isfida hija li dawn iżommu l-impjegabilità tagħhom, jinżammu jaħdmu u, jekk ikun hemm bżonn, jerġgħu jiġu integrati fil-post tax-xogħol.

Din il-fact sheet tixhet dawl fuq is-sejbiet prinċipali tar-Rapport 'Lura għax-Xogħol' ta' l-Aġenzija Ewropea għas-Saħħa u s-Sigurtà fuq il-Post tax-Xogħol, li jiffoka fuq iż-żamma, l-integrazzjoni mill-ġdid u r-riabilitazzjoni tal-haddiema li jbatu bl-MSDs. Hija tiġi f'żewġ partijiet: reviżjoni tal-letteratura dwar l-effettività ta' l-interventi relatati max-xogħol u ħarsa generali lejn l-inizjattivi ta' politika fl-Ewropa u fil-livell internazzjonali. Rapport ulterjuri mill-Aġenzija, 'L-MSDs relatati max-xogħol: prevenzjoni', jeżamina l-azzjoni preventiva. Ma jeżisti l-ebda punt ta' waqfien bejn il-prevenzjoni u r-riabilitazzjoni; iż-żewġ rapporti huma kumplementari.

Evidenza fuq l-interventi

Fl-evalwazzjoni ta' l-effettività ta' l-interventi relatati max-xogħol, li għandhom l-għan li jgħinu lin-nies jirritornaw għax-xogħol, il-letteratura xjentifika turi li jeżistu differenzi bejn uġiġh li jaffettwa lid-dahar, id-dirgħajn u r-riġlejn. Is-sejbiet prinċipali huma murija fil-kaxxa hawn taħt.

L-Effettività ta' l-interventi relatati max-xogħol

Uġiġh fid-dahar:

- hemm evidenza ċara li l-pazjenti għandhom iżommu ruħhom attivi u jirritornaw għall-attivitàjiet ordinarji mill-aktar fis possibbli;
- il-kombinazzjoni ta' l-aħjar immaniġġjar kliniku, programm ta' riabilitazzjoni u interventi fuq il-post tax-xogħol hija aktar effettiva minn elementi individwali weħidhom;
- l-użu ta' metodu multidixiplinarju joffri l-aktar riżultati promettenti, iżda jeħtieġ li tiġi eżaminata l-effettività ta' l-ispiża ta' dawn it-trattamenti;

- ix-xogħol modifikat b'mod temporanju huwa intervent effettiv ta' ritorn lura għax-xogħol, jekk dan jintuża b'rabta ma' immaniġġjar tajjeb relatat max-xogħol;
- xi evidenza tappoġġja l-effettività tat-terapija permezz ta' l-eżerċizzji, back schools u trattament tal-komportament;
- jidher li l-irfid tal-ġenbejn (ċineġ tad-dahar) m'humix effettivi fil-prevenzjoni sekondarja.

Uġiġh fid-dirgħajn:

- metodu multidixiplinarju li jinkludi komponent ta' mġiba konjittiva jista' jkun l-aktar tip ta' intervent effettiv;
- hemm evidenza limitata fir-rigward ta' l-effettività ta' xi interventi tekniċi jew mekkaniċi u tat-terapija permezz ta' l-eżerċizzji;
- fil-letteratura xjentifika, teżisti evidenza insuffiċjenti għall-assessjar ta' l-effettività ta' l-interventi psikosoċjali.

Uġiġh fir-riġlejn:

- ma nstabex l-ebda informazzjoni dwar l-istrateġiji ta' l-interventi relatati max-xogħol;
- ir-riżultati ta' l-istudji li jikkonċernaw it-trattament tar-riġlejn b'mod ġenerali jindikaw li l-programmi ta' l-eżerċizzju jistgħu jkunu effettivi għall-problemi relatati mal-ġenbejn u l-irkubtejn.

Għalkemm saru diversi studji, l-evidenza għall-effettività ta' l-interventi hija xi daqsxejn limitata. B'mod partikolari, dan huwa l-każ fl-indirizzar tas-sintomi fid-dirgħajn. Spjegazzjoni possibbli għal dan in-nuqqas ta' suċċess hija li l-kriterji ta' kwalità użati fir-reviżjonijiet xjentifiċi jistgħu ma jkunux applikabbli għal interventi li spiss ikunu kumplessi fuq il-post tax-xogħol. Għalhekk, f'reviżjoni xjentifika jistgħu ma jiġux inkluzi studji ta' interventi li m'għadx, jew dawn jistgħu jittqiesu bħala ta' kwalità baxxa wisq. Minkejja n-nuqqas ta' evidenza xjentifika qawwija, b'mod anedottali, ħafna mill-interventi fuq il-post tax-xogħol imniżżla hawn fuq huma irrappurtati bħala effettivi. **L-evalwazzjoni ta' l-interventi fuq il-post tax-xogħol probabbilment għandha tadotta kriterji differenti li fuqhom għandha tiġi bbażata l-evidenza.** Dawn il-kriterji bħalissa qegħdin jonqsu, iżda **dawk li jfasslu l-politika u dawk li jhaddmu m'għandhomx jiġu skoragguti milli jwettqu azzjonijiet preventivi sempliċiment minhabba li ma hemm l-ebda prova xjentifika mija fil-mija** li din ser taħdem. Barra dan, il-prevenzjoni sekondarja u terzjarja għandhom imorru id f'id mal-prevenzjoni primarja, sabiex tiġi evitata r-rikorrenza ta' episodji ta' l-MSDs.

(1) Fondazzjoni Ewropea għat-Titjib tal-Kondizzjonijiet ta' l-Għajxien u tax-Xogħol. Ir-4 Stharriġ dwar il-Kondizzjonijiet tax-Xogħol Ewropej, 2007. Jinsab fuq: <http://www.eurofound.eu.int/ewco/surveys/EWCS2005/index.htm>

(2) L-Aġenzija Ewropea għas-Saħħa u s-Sigurtà fuq il-Post tax-Xogħol. Rapport tematiku dwar l-MSDs, 2007. Qiegħed jiġi ppubblikat.

Inizjattivi ta' politika

Ir-revizjoni tal-politika gábet l-informazzjoni minn sorsi Ewropej u internazzjonali, inklużi leġislażzjoni nazzjonali, linji gwida, rakkomandazzjonijiet, pjanijiet ta' azzjoni, inizjattivi u programmi mill-Istati Membri. Jistgħu jiġu pprezentati għadd ta' konklużjonijiet mhux deċiżivi:

- ħafna mil-linji politiċi ta' l-Istati Membri li ġew eżaminati jiffukaw fuq l-integrazzjoni tal-persuni b'diżabilitajiet li bħalissa m'humx impjegati fil-forza tax-xogħol, aktar milli fuq iż-żamma, l-integrazzjoni mill-ġdid u r-riabilitazzjoni tal-ħaddiema li żviluppaw l-MSDs fuq il-post tax-xogħol. Għandu jkun hemm għarfien akbar fir-rigward tal-ħtiġijiet ta' dan il-grupp fil-mira;
- numru ta' pajjiżi għandhom linji politiċi li jkopru l-integrazzjoni mill-ġdid u r-riabilitazzjoni tal-ħaddiema wara marda jew incident. Il-varjazzjonijiet bejn dawn il-pajjiżi huma kbar. Eżempji tal-vantaġġi u l-iżvantaġġi tal-linji politiċi eżistenti huma mogħtija hawn taħt:



Fizjoterapija

Vantaġġi

Enfasi fuq rikonossiment bikri tal-problemi u l-iskansament ta' l-inkapaċità għal perjodu twil ta' żmien, inkluż ir-ritorn lura għax-xogħol tal-persuni bl-MSDs kemm jista' jkun malajr.

L-għoti tal-kura komprensiva, inkluża r-riabilitazzjoni medika, soċjali u dik relatata max-xogħol. Metodu multidixiplinarju – kollaborazzjoni mkabbla bejn it-tabib li jkun qed jagħti trattament, it-tabib tax-xogħol u l-konsulent mediku tal-fond ta' l-assigurazzjoni. Dan ser jiffaċilita l-immaniġġjar tal-każ aħjar u r-ritorn qabel lejn ix-xogħol ta' l-impjegati li jbatu bl-MSDs.

L-introduzzjoni ta' incentivi finanzjarji għal dawk li jħaddmu, bħall-iffinanzjar għal adattazzjonijiet tax-xogħol u t-titjib tal-kondizzjonijiet fuq il-post tax-xogħol, jew obbligu li l-impjegati jieħdu paga waqt li jkunu morda, li għalhekk jistimula lil min iħaddem biex jipprovi riabilitazzjoni relatata max-xogħol sabiex jiffaċilita r-ritorn malajr ta' l-impjegati lejn ix-xogħol.

- Minħabba l-piż ekonomiku u soċjali tqil assoċjat ma' assenza għal żmien twil minħabba mard, jistgħu jkunu addattati l-modifikazzjonijiet (b'evalwazzjoni sussegwenti tal-fatturi ta' suċċess) fis-sistemi ta' l-integrazzjoni mill-ġdid u tar-riabilitazzjoni. Fil-kaxxa ta' hawn taħt wieħed jista' jara eżempju ta' inizjattiva Germaniża.

Bil-għan li jindirizza l-problema dejjem tikber ta' l-MSDs, **il-gvern Germaniż** beda jittrasferixxi l-obbligi fir-rigward tal-partecipazzjoni tal-persuni b'diżabilità fix-xogħol mill-istat u/jew mis-sigurtà soċjali lil dawk li jħaddmu. Issa l-enfasi hu fuq ir-ikonossiment bikri jew l-iskansament ta' l-inkapaċità għal żmien twil fuq il-post tax-xogħol. Jekk impjegat ma jkunx f'saħħtu għax-xogħol għal aktar minn sitt ġimgħat fi żmien sena, qabel kolloxx trid issir laqgħa bejn min iħaddem u l-impjegat f'konsultazzjoni mal-kunsill tax-xogħlijiet, sabiex ikunu jistgħu jintlaħqu

Żvantaġġi

L-integrazzjoni mill-ġdid u r-riabilitazzjoni huma ħafna drabi offruti biss lil ħaddiema li jkunu sofrew incidenti relatati max-xogħol jew li jkunu irikonossaw mard relatat max-xogħol. L-għoti ta' l-għajnuna biss lil dawk b'diżabilità severa għandu t-tendenza li jeskludi lil dawk l-individwi b'MSDs inqas severi, li ħafna minnhom ikunu jistgħu jirritornaw għax-xogħol wara li jkunu ngħataw għajnuna ckejkna jew wara li jkunu ġew offruti agġustamenti sempliċi għall-impjegati tagħhom.

Is-sistema soċjali ta' l-assigurazzjoni tas-saħħa Bismarkjana (is-sistema doppja) li teżisti f'ħafna Stati Membri tissepara strettament ix-xogħol u l-assigurazzjoni soċjali, li m'hijiex kompatibbli ma' l-għoti ta' konsulenza integrata u ta' l-għajnuna lill-ħaddiema bi problemi tas-saħħa.

F'pajjiżi b'sistemi legali avversarjali, dawk li jħaddmu jistgħu jsibuha bi tqila biex jerġgħu jintegraw impjegat minħabba l-biża' li dan ikompli jigrava l-kondizzjoni muskuloskeletal tiegħu. B'mod simili, l-impjegati jistgħu jsibuha bi tqila li jirritornaw għax-xogħol f'każ li dan inaqas kwalunkwe kumpens għal korrimenti personali.

soluzzjonijiet kostruttivi u integrattivi mal-kumpaniji ta' l-assigurazzjoni fi stadju sussegwenti. Il-manigers tad-diżabilità jappoġġjaw lil dawk li jħaddmu fl-irwol ġdid tagħhom bħala 'sistemi ta' twissija bikrija'.

Enfasi speċjali fuq ir-riabilitazzjoni u l-integrazzjoni mill-ġdid tal-ħaddiema hija wkoll parti mill-Istrategija Komunitarja l-ġdida 2007-12 dwar is-saħħa u s-sigurtà fuq il-post tax-xogħol. Dan jista' jagħti spinta ġdida lill-Istati Membri huma u jindirizzaw din il-kwistjoni.

Għal aktar informazzjoni dwar l-MSDs żur:

<http://osha.europa.eu/topics/msds>

Għal aktar informazzjoni dwar l-MSDs fl-Irlanda, Malta u r-Renju Unit żur:

www.hsa.ie, <http://www.ohsa.org.mt/>, www.hse.gov.uk/msd/index.htm

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

Gran Vía, 33, E-48009 Bilbao

Tel. (+34) 94 479 43 60, fax (+34) 94 479 43 83

E-mail: information@osha.europa.eu

© L-Aġenzija Ewropea għas-Saħħa u s-Sigurtà fuq il-Post tax-Xogħol. Ir-riproduzzjoni hija awtorizzata bil-kondizzjoni li jiġi rikonossut is-sors. Printed in Belgium, 2007

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



<http://osha.europa.eu>