

COVID-19 E RITORNO AL LUOGO DI LAVORO

Adeguare i luoghi di lavoro e proteggere i lavoratori

Aggiornamento: dicembre 2020



© Unione europea, 2020

Indice

Contesto e ambito di applicazione degli orientamenti.....	2
Introduzione.....	2
Aggiornate la vostra valutazione del rischio e prendete misure adeguate.....	3
Riduzione al minimo dell'esposizione alla COVID-19 sul lavoro.....	3
Ripresa del lavoro dopo un periodo di chiusura.....	4
Gestione di un alto tasso di assenze.....	5
Gestione dei lavoratori in telelavoro da casa.....	6
Coinvolgimento dei lavoratori.....	7
Attenzione nei confronti dei lavoratori che sono stati malati.....	7
Pianificazione e apprendimento per il futuro.....	8
Buona informazione.....	8
Settori e occupazioni.....	8
Orientamenti specifici per settore correlati alla COVID-19.....	9

Contesto e ambito di applicazione degli orientamenti

I seguenti orientamenti di carattere non vincolante mirano ad aiutare datori di lavoro e lavoratori a mantenere la sicurezza e la salute in un ambiente di lavoro che ha subito notevoli cambiamenti a seguito della pandemia di COVID-19. Essi forniscono consiglio in merito a:

Valutazione del rischio e misure adeguate

- Riduzione al minimo dell'esposizione alla COVID-19
- Ripresa del lavoro dopo un periodo di chiusura
- Gestione di un alto tasso di assenze
- Gestione dei lavoratori in telelavoro da casa

Coinvolgimento dei lavoratori

Attenzione nei confronti dei lavoratori che sono stati malati

Pianificazione e apprendimento per il futuro

Buona informazione

Informazioni per i settori e le occupazioni

Gli orientamenti includono esempi di misure generali che, in base alla situazione lavorativa specifica, possono aiutare i datori di lavoro a creare un ambiente lavorativo sicuro e sano adeguato al momento di intraprendere o riprendere le attività.

Il presente documento fornisce link a informazioni pertinenti dell'Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro (EU-OSHA) e include un elenco di risorse provenienti da vari fornitori e rivolte a diverse industrie e professioni varie. Si fa presente che le informazioni contenute in questo orientamento non si riferiscono all'ambiente sanitario, per il quale sono disponibili raccomandazioni specifiche (ad es. del [Centro europeo per la prevenzione e il controllo delle malattie](#), dell'[Organizzazione mondiale della sanità](#) e del [Centro per il controllo delle malattie](#)).

Per domande o perplessità specifiche non trattate in questo documento, si rimanda alle informazioni fornite dagli enti locali, come il servizio sanitario o l'ispettorato del lavoro.

Introduzione

In seguito alla pandemia di malattia da nuovo coronavirus 2019 (COVID-19), gli Stati membri dell'Unione europea (UE) hanno messo in atto una serie di misure, anche relative ai luoghi di lavoro, per combattere la diffusione della malattia. Il mondo del lavoro è gravemente colpito da questa crisi, dunque tutti i settori della società – tra cui aziende, datori di lavoro e parti sociali – devono fare la propria parte per proteggere i lavoratori, le loro famiglie e la società in generale.

La natura e l'estensione delle misure vanno dalle limitazioni degli spostamenti e dalla sospensione di attività non essenziali ai limiti posti al numero di persone che occupano uno spazio, al divieto di determinate attività e all'obbligo di seguire misure igieniche individuali. La loro applicazione può differire a seconda dell'evoluzione della pandemia, del settore, dell'occupazione o di una caratteristica connessa alla salute dell'individuo. Come risultato di dette misure, ai lavoratori può essere richiesto di lavorare da casa o, se la loro attività lavorativa non può essere svolta a distanza, di restare a casa.

La ripresa delle attività lavorative, autorizzata quando le misure raggiungono una riduzione sufficiente dei tassi di trasmissione della COVID-19, viene sovente effettuata per gradi e i lavori ritenuti essenziali per la tutela della salute e dell'economia sono i primi a essere autorizzati.

Sebbene la vaccinazione porterà con il tempo all'allentamento delle misure, non è chiaro fino a che punto, o quando, le attività lavorative «normali» riprenderanno. È molto probabile che alcune misure rimarranno in vigore per un po' di tempo o verranno reintrodotte a un certo punto per evitare un futuro incremento dei tassi di infezione.

La crisi COVID-19 sta mettendo sotto pressione datori di lavoro e lavoratori, come conseguenza della necessità di mettere in atto in tempi molto brevi nuove procedure e pratiche o di dover sospendere lavoro e attività commerciali. In questo contesto, la sicurezza e la salute sul luogo di lavoro offrono un

supporto pratico per la ripresa o il mantenimento del lavoro e contribuiscono a debellare la trasmissione della COVID-19.

Aggiornate la vostra valutazione del rischio e prendete misure adeguate

Esattamente come in condizioni di lavoro normali, l'individuazione e la [valutazione del rischio](#) in ambienti di lavoro sia fisici che psicosociali rappresentano il punto di partenza per la gestione della salute e della sicurezza sul lavoro con le misure anti-COVID-19. I datori di lavoro hanno l'obbligo di rivedere la valutazione del rischio qualora vi sia una modifica del processo di lavoro e di tenere in considerazione tutti i rischi, compresi quelli per la salute mentale. Al momento di rivedere la valutazione del rischio, occorre prestare attenzione a eventuali anomalie o situazioni che comportino problemi e al modo in cui queste possano contribuire ad aumentare il grado di resilienza dell'organizzazione nel lungo periodo. Ricordate che è importante coinvolgere i lavoratori e i loro rappresentanti nella revisione della valutazione del rischio e rivolgetevi al vostro consulente in materia di prevenzione del rischio o di salute sul lavoro nel caso ne disponiate. Per facilitare la valutazione, cercate di ottenere informazioni aggiornate dalle autorità pubbliche sulla situazione relativa alla COVID-19 nella vostra area. Non appena la valutazione del rischio sarà aggiornata, il passo successivo sarà la definizione di un piano d'azione con misure adeguate. A seguire si presentano alcuni esempi di questioni legate alla pandemia di cui tener conto al momento di redigere il piano d'azione.

Riduzione al minimo dell'esposizione alla COVID-19 sul lavoro

L'attuazione di procedure di lavoro sicure per limitare l'esposizione alla COVID-19 sul lavoro richiede innanzitutto una valutazione del rischio e, in seguito, l'introduzione della [gerarchia dei controlli](#). Ciò significa mettere in atto misure di controllo per eliminare in primo luogo il rischio e, nel caso ciò non sia possibile, ridurre al minimo l'esposizione dei lavoratori. Iniziate prima con le misure collettive e, se necessario, integratele con misure individuali, come i dispositivi di protezione individuale (DPI). Di seguito sono indicati alcuni esempi di misure di controllo, ma per la loro natura non saranno tutte applicabili a tutti gli ambienti di lavoro o a tutte le professioni.

- Per il momento svolgete solo il lavoro essenziale: forse una parte del lavoro potrebbe essere rimandata a quando il rischio sarà inferiore. Se possibile, fornite i servizi a distanza (via telefono o video) invece che di persona. Assicuratevi che sul luogo di lavoro si trovino solo i lavoratori essenziali per le attività da svolgere e riducete al minimo la presenza di terze parti.
- Contenete il più possibile il contatto fisico tra i lavoratori (ad es. durante le riunioni o le pause). Isolate i lavoratori che possono svolgere le proprie attività da soli in sicurezza e che non richiedono attrezzature specifiche o macchine che non possono essere spostate. Appena possibile, ad esempio, fateli lavorare da soli in un ufficio non occupato, nella sala del personale, in mensa o nella sala riunioni. Eventualmente, chiedete ai lavoratori vulnerabili, come le persone anziane o con [condizioni croniche](#) (come ipertensione, problemi polmonari e cardiaci, diabete o [sottoposte a trattamento oncologico o a qualche altro immunosoppressore](#)) e alle [lavoratrici in gravidanza](#) di lavorare da casa. Anche i lavoratori con familiari prossimi ad alto rischio potrebbero dover svolgere il telelavoro.
- Eliminate e, se non è possibile, limitate l'interazione fisica con clienti e tra clienti, ad esempio attraverso le ordinazioni effettuate online o per telefono, la consegna senza contatto o la gestione degli ingressi (evitando al contempo l'affollamento all'esterno) e il distanziamento sociale sia all'interno che all'esterno dei locali.
- Al momento della consegna dei prodotti, organizzate la raccolta o la consegna al di fuori dei locali. Raccomandate agli autisti di applicare buone norme igieniche all'interno del veicolo e fornite loro gel e salviette disinfettanti adeguati. Gli operatori addetti alle consegne devono essere autorizzati a utilizzare strutture come toilette, caffetterie, cabine spogliatoio e docce, ma con le adeguate precauzioni (ad esempio permettendo un solo utilizzatore alla volta e predisponendo pulizie regolari).
- Installate una barriera impermeabile tra i lavoratori, soprattutto se non possono mantenere tra loro una distanza di due metri. Le barriere possono essere apposite o improvvisate utilizzando

articoli come fogli di plastica, pareti divisorie, cassetti mobili o unità di magazzinaggio. Si devono evitare oggetti non solidi o che presentano spazi vuoti, come piante in vaso o carrelli, o che creano un rischio ulteriore, ad esempio di inciampo o di caduta oggetti. Se non è possibile l'utilizzo di una barriera, deve essere creato uno spazio aggiuntivo tra i lavoratori, ad esempio accertandosi che ci siano almeno due scrivanie vuote ai lati di ciascuno.

- Se il contatto ravvicinato è inevitabile, mantenetele inferiore a 15 minuti. Riducete il contatto tra parti diverse dell'azienda all'inizio e alla fine di ogni turno. Organizzate i tempi riservati alle pause per i pasti in modo da ridurre il numero di persone che condividono la caffetteria, la sala del personale o la cucina. Accertatevi che nei bagni e nelle cabine spogliatoio sia presente un solo lavoratore alla volta. Posizionate un cartello sulla porta principale che indichi quando una delle toilette è occupata per assicurarvi che entri solo una persona per volta. Organizzate i turni tenendo in considerazione le attività di pulizia e di igienizzazione.
- Fornite acqua e sapone o un igienizzante mani adeguato in punti comodi e raccomandate ai lavoratori di lavarsi spesso le mani. Pulite frequentemente i locali, in particolare i banconi, le maniglie delle porte, gli strumenti e altre superfici che le persone toccano spesso e ventilate eventualmente.
- Ove possibile, assicurate una buona ventilazione, aprendo finestre e porte in modo da permettere l'ingresso di aria fresca dall'esterno.
- Secondo le disposizioni in vigore nella vostra zona, può essere preso in considerazione l'utilizzo di mascherine chirurgiche o «igieniche» sul posto di lavoro e in tutti gli spazi chiusi e condivisi, come automobili, furgoni e mezzi pubblici. Tali mascherine sono progettate come misura igienica, impedendo la diffusione del coronavirus attraverso goccioline espulse da tosse o starnuti che cadono sulle superfici toccate da altri e attraverso l'aerosol che viene espirato, rimanendo sospeso nell'aria fino a quando non viene inalato da altri.
- Se avete individuato un rischio di infezione nonostante l'applicazione di tutte le misure di sicurezza attuabili, fornite allora tutti i DPI necessari. È importante offrire formazione ai lavoratori sul corretto uso dei DPI, assicurandosi che seguano le normative e le indicazioni disponibili sull'uso di [mascherine](#) e [guanti](#).
- Appendete all'ingresso del luogo di lavoro e in altre aree visibili cartelloni che invitino a rimanere a casa se si è malati, le norme da seguire in caso di tosse e starnuti nonché le indicazioni per l'igiene delle mani.
- Favorite l'uso di mezzi di trasporto individuale invece che collettivo, ad esempio rendendo disponibile un parcheggio auto o un luogo in cui lasciare le biciclette in sicurezza e promuovete il raggiungimento del luogo di lavoro a piedi, se possibile.
- All'occorrenza, mettete in atto politiche sui permessi flessibili e sul lavoro a distanza per limitare la presenza nel luogo di lavoro.
- Evitate di sovraccaricare il personale addetto alle pulizie con l'adozione di misure adeguate, ad esempio assegnando mansioni a personale aggiuntivo e chiedendo ai lavoratori di lasciare il proprio spazio di lavoro pulito. Fornite ai lavoratori fazzoletti e cestini rivestiti di un sacco di plastica per permetterne lo svuotamento senza entrare in contatto con il contenuto.

Consultate il documento [COVID-19: guidance for the workplace](#) (COVID-19: orientamenti per il luogo di lavoro) per avere maggiori informazioni sulla predisposizione del luogo di lavoro allo scopo di ridurre la diffusione della COVID-19, inclusi i comportamenti da adottare nel caso qualcuno infetto da COVID-19 sia stato presente nel luogo di lavoro e fornite indicazioni sugli spostamenti e sulle riunioni. Sono disponibili informazioni per i «[lavoratori transfrontalieri e distaccati](#)» (persone che lavorano in un paese e ritornano regolarmente nel loro paese di residenza).

Ripresa del lavoro dopo un periodo di chiusura

Se il vostro luogo di lavoro è chiuso da diverso tempo per motivi legati alla COVID-19, predisponete un piano che prenda in considerazione la salute e la sicurezza per il momento in cui il lavoro riprenderà. Il piano deve considerare quanto segue.

- Aggiornate la [valutazione del rischio](#) come spiegato sopra e consultate il documento [COVID-19: guidance for the workplace](#).

- Mettete in pratica adeguamenti nella disposizione del luogo di lavoro e nell'organizzazione del lavoro che ridurranno la trasmissione della COVID-19 prima della totale ripresa del lavoro e prima che tutti i lavoratori facciano ritorno al luogo di lavoro. Valutate di far riprendere il lavoro per fasi al fine di permettere di mettere in pratica gli adeguamenti. Informate i lavoratori delle modifiche in atto e fornite loro le nuove procedure e la formazione, se necessario, prima che riprendano il lavoro.
- Contattate il vostro servizio di salute sul lavoro di riferimento e il consulente in materia di salute e sicurezza, se vi avete accesso, e valutate insieme il vostro piano.
- Prestate particolare attenzione ai lavoratori che sono ad alto rischio e siate pronti a proteggere i più vulnerabili, comprese le persone anziane e quelle con [condizioni croniche](#) (come ipertensione, problemi polmonari e cardiaci, diabete o [sottoposte a trattamento oncologico o a qualche altro immunosoppressore](#)) e le [lavoratrici in gravidanza](#). Prestate attenzione ai lavoratori con familiari prossimi ad alto rischio.
- Valutate di mettere in atto misure di supporto per i lavoratori che potrebbero soffrire di ansia o stress. A tal fine i dirigenti potrebbero chiedere con maggiore frequenza ai lavoratori come stanno, si potrebbero agevolare le interazioni o i rapporti amicizia tra colleghi, le modifiche all'organizzazione del lavoro e nelle mansioni, i programmi di assistenza per i dipendenti o i servizi di affiancamento, nonché si potrebbe mettere a disposizione un punto di contatto con un servizio di salute sul lavoro. Tenete presente che è possibile che i lavoratori abbiano attraversato eventi traumatici come malattia grave o morte di un parente o un amico o che possano trovarsi in difficoltà economiche o avere problemi nei rapporti personali.
- È probabile che i lavoratori che tornano nel luogo di lavoro dopo un periodo di isolamento, sia come misura singola sia prevista da un piano di isolamento collettivo, nutrano preoccupazioni, soprattutto sul rischio di infezione. Queste preoccupazioni, soprattutto se si sono verificati cambiamenti al lavoro, possono originare stress e problemi di salute mentale. Quando sono attuate le misure di distanziamento fisico, questi problemi non sono solo più probabili, ma vengono a mancare i consueti meccanismi adattativi, come gli spazi personali o la condivisione dei problemi con altre persone [si veda [Return to work after sick leave due to mental health problems](#) (Rientro al lavoro dopo un congedo di malattia per problemi di salute mentale)]. Fornite ai lavoratori informazioni sulle fonti pubbliche di supporto e consulenza disponibili. [Mental Health Europe](#) offre informazioni su come prendersi cura della vostra salute mentale e affrontare la minaccia COVID-19.
- I lavoratori potrebbero essere preoccupati di avere maggiore probabilità di contrarre l'infezione nei luoghi di lavoro ed è possibile che non vogliano tornare. È importante comprendere le loro preoccupazioni e diffondere informazioni in merito alle misure intraprese e al supporto a loro disposizione.

Gestione di un alto tasso di assenze

In base ai tassi di infezione nella vostra area e ai protocolli in vigore, è possibile che molti dei vostri lavoratori siano assenti a causa della COVID-19. Se un lavoratore è in isolamento domiciliare preventivo, è possibile che riesca a continuare il lavoro a distanza (si veda sotto) o, se questo non è il caso, il lavoratore non potrà lavorare per un certo periodo.

I lavoratori a cui è stato confermato il contagio da COVID-19 possono assentarsi e non lavorare per un periodo notevolmente più lungo, mentre quelli che si ammalano in modo grave possono avere bisogno di un ulteriore periodo di riabilitazione una volta che l'infezione è stata trattata. Alcuni lavoratori inoltre potrebbero assentarsi perché devono prendersi cura di un parente.

- L'assenza di un numero consistente di lavoratori, benché solo temporanea, può pesare sul proseguimento delle attività. Anche se i lavoratori disponibili dovrebbero essere flessibili, è importante che non si trovino in una situazione che metta in pericolo la loro salute o sicurezza. Mantenete il carico di lavoro aggiuntivo quanto più basso possibile e assicuratevi che la situazione non si prolunghi eccessivamente. I superiori gerarchici svolgono un ruolo importante nel monitorare la situazione e nell'assicurarsi che i singoli lavoratori non siano [operati](#).

Rispettate le regole e i contratti sulle ore lavorative e i periodi di riposo e concedete il diritto di staccare al di fuori del lavoro.

- Al momento di adeguare il lavoro per far fronte alle esigenze di una forza lavoro ridotta, ad esempio mettendo in atto nuovi metodi e procedure e modificando i ruoli e le responsabilità, valutate se il personale ha bisogno di una formazione e un supporto aggiuntivi e accertatevi che tutti i lavoratori siano capaci di svolgere il compito richiesto loro.
- Offrite ai lavoratori formazione in altri ambiti affinché possano eseguire compiti essenziali e permettere che il luogo di lavoro possa proseguire l'attività anche in caso di assenza dei lavoratori principali.
- Se avete a disposizione lavoratori temporanei, è importante informarli sui rischi che corrono nell'ambiente di lavoro e, se è necessario, formarli.

Gestione dei lavoratori in telelavoro da casa

Le misure di distanziamento sociale adottate in moltissimi Stati membri prevedono che i lavoratori siano invitati o obbligati a lavorare da casa, qualora la natura del lavoro lo consenta. Per molti di loro potrebbe essere la prima volta che si trovano in telelavoro ed è probabile che il loro ambiente di lavoro sia carente sotto molti aspetti rispetto al luogo di lavoro. La misura in cui un ambiente domestico può essere adeguato varierà in base alla situazione del lavoratore e al tempo e alle risorse disponibili per adeguarlo.

[Qui](#) sono disponibili raccomandazioni su come restare al sicuro e in salute mentre si lavora da casa, ma sono principalmente rivolte a chi lavora da casa abitualmente o a lungo termine. Di seguito sono forniti alcuni suggerimenti per ridurre al minimo i rischi per i lavoratori che non sono riusciti a preparare adeguatamente il proprio ambiente di lavoro a casa.

- Eseguite una valutazione del rischio che coinvolga i telelavoratori e i loro rappresentanti.
- Autorizzate i lavoratori a portare a casa temporaneamente l'attrezzatura dal luogo di lavoro (se non riescono a farlo da soli, valutate di provvedere alla consegna). L'attrezzatura in questione può includere articoli come computer, monitor, tastiera, mouse, stampante, sedia, poggiatesta e lampada. Segnate su un registro i lavoratori e gli oggetti da questi presi per evitare confusione quando riprenderà il lavoro normale.
- Fornite ai telelavoratori [orientamenti su come allestire una postazione di lavoro a casa](#) che includano buone pratiche ergonomiche, come una postura corretta e il movimento frequente, per quanto possibile.
- Invitate i lavoratori a fare pause con regolarità (all'incirca ogni 30 minuti) per alzarsi, muoversi e fare stretching.
- Offrite loro supporto nell'uso di attrezzature e software informatici. Gli strumenti per la teleconferenza e la videoconferenza possono diventare indispensabili al lavoro, ma è possibile che generino difficoltà a chi non è abituato a utilizzarli.
- Accertatevi dell'esistenza di una buona comunicazione a tutti i livelli che includa coloro che lavorano da casa, ad esempio con le informazioni strategiche fornite dai dirigenti di alto livello e con i compiti dei dirigenti gerarchici, senza tralasciare l'importanza dell'interazione sociale di routine tra colleghi. Se alle prime si può rimediare con riunioni online programmate, la seconda può essere promossa con chat virtuali o pause «caffè virtuali».
- Non sottovalutate il rischio dei lavoratori che si sentono isolati o sotto pressione: un mancato supporto può dare origine a problemi di salute mentale. Una comunicazione efficace, il supporto del proprio dirigente e dei colleghi, e la capacità di mantenere contatti informali con i colleghi sono aspetti importanti. Valutate la programmazione online di riunioni del personale o del gruppo di lavoro o pianificate la presenza a rotazione dei dipendenti nel luogo di lavoro, nel caso sia stato avviato un ritorno graduale.
- Tenete presente che i vostri dipendenti possono avere un compagno o una compagna che lavora da casa o dei figli che non stanno andando a scuola e quindi possono avere bisogno di attenzione o devono collegarsi a distanza per proseguire le lezioni scolastiche. Altri potrebbero doversi prendere cura di familiari anziani o con malattie croniche e di chi è in isolamento. In queste circostanze, i dirigenti dovranno essere flessibili in termini di ore di lavoro e produttività

del proprio personale e dovranno mettere al corrente i lavoratori della loro comprensione e flessibilità.

- Fornite assistenza ai lavoratori nello stabilire dei confini salutarî tra le ore lavorative e il tempo libero comunicando chiaramente quando devono essere operativi e disponibili.

Coinvolgimento dei lavoratori

La partecipazione dei lavoratori e dei loro rappresentanti nella gestione della sicurezza e della salute sul lavoro è determinante per la relativa riuscita ed è un obbligo legale. Questo aspetto vale anche per le misure intraprese nei luoghi di lavoro in relazione alla COVID-19, in un momento in cui gli eventi si sviluppano con grande velocità e si assiste a un elevato livello di incertezza e di ansia tra i lavoratori e la popolazione in generale.

È importante consultare lavoratori e/o loro rappresentanti e i rappresentanti della salute e della sicurezza sul lavoro in tempo utile per quanto riguarda i cambiamenti previsti e in che modo le procedure temporanee funzioneranno a livello pratico. Coinvolgere i lavoratori nella valutazione dei rischi e nella definizione di contromisure è un aspetto importante delle buone pratiche riguardanti salute e sicurezza. I rappresentanti impegnati nell'ambito della salute e sicurezza e i comitati per la salute e la sicurezza si trovano in una posizione ideale per collaborare a definire misure preventive e per garantirne l'efficace applicazione.

Valutate anche come assicurarvi che il personale interinale e i contraenti abbiano accesso alle medesime informazioni dei dipendenti diretti.

Attenzione nei confronti dei lavoratori che sono stati malati

Secondo l'Organizzazione mondiale della sanità, i [sintomi più comuni della COVID-19](#) sono febbre, stanchezza e tosse secca. Alcune persone contraggono l'infezione ma non sviluppano sintomi e non presentano malessere. Moltissime persone (circa l'80 %) si riprendono dalla malattia senza richiedere trattamenti specifici. Una percentuale ridotta di coloro che contraggono la COVID-19 si ammala gravemente e sviluppa difficoltà respiratorie. Gli anziani e coloro che presentano problemi di salute, come ipertensione, cardiopatie o diabete, hanno una maggiore probabilità di sviluppare una forma grave della malattia.

Le persone che si sono ammalate in modo grave possono avere bisogno di attenzioni speciali anche dopo essere state dichiarate abili al lavoro. Secondo alcune indicazioni, i pazienti che hanno contratto il coronavirus rischiano di avere una capacità polmonare ridotta in seguito a un attacco della malattia. È possibile che i lavoratori in questa situazione abbiano bisogno di adeguare il proprio lavoro e di essere esonerati dal lavoro per sottoporsi a fisioterapia. I lavoratori che sono stati sottoposti a terapia intensiva possono trovarsi ad affrontare sfide specifiche. Il medico curante del lavoratore e il servizio di salute sul lavoro, se disponibile, devono consigliare le modalità e i tempi del suo ritorno al lavoro.

- **Debolezza muscolare.** La gravità di questa conseguenza è proporzionale al tempo che una persona ha trascorso in terapia intensiva. La ridotta capacità muscolare si manifesta anche, per esempio, come disturbi respiratori. Un altro fenomeno comune ma riconosciuto con minore frequenza è la sindrome da cure post-intensive: secondo le stime, tale sindrome si verifica nel 30-50 % delle persone ricoverate in terapia intensiva ed è comparabile al disturbo da stress post-traumatico.
- **Problemi di memoria e concentrazione.** Questi disturbi spesso si sviluppano con il passare del tempo e non sono sempre riconosciuti appena qualcuno riprende a lavorare. I sintomi visibili al lavoro sono problemi di memoria e di concentrazione, difficoltà nel corretto svolgimento dei compiti e riduzione delle capacità di risoluzione dei problemi. È pertanto importante rimanere vigili se sapete di qualcuno che è stato in terapia intensiva. Contare su orientamenti utili è molto importante, perché è difficile che alcuni lavoratori tornino al livello di prestazioni di prima.

- **Tempi lunghi prima di riprendere il lavoro.** I dati rivelano che da un quarto fino a un terzo dei soggetti ricoverati in terapia intensiva può sviluppare problemi, indipendentemente dall'età. Per circa metà dei pazienti è necessario un anno prima di tornare al lavoro e fino a un terzo dei pazienti potrebbe non farvi più ritorno.

I medici del lavoro e i servizi sanitari sono i più indicati per dare consigli su come prendersi cura dei lavoratori che sono stati malati e su quali adattamenti potrebbe essere necessario apportare alla loro attività. Se non disponete di un servizio di salute sul lavoro, è importante affrontare queste questioni con tatto e nel rispetto della privacy e della riservatezza dei lavoratori.

Siate consapevoli del rischio che i lavoratori colpiti dalla COVID-19 possono subire stigmatizzazioni e discriminazioni.

Pianificazione e apprendimento per il futuro

Anche se la vaccinazione contro la COVID-19 porterà col tempo alla fine dell'attuale pandemia, è importante redigere o aggiornare piani di emergenza in caso di crisi per eventi di arresto e avvio in futuro, come descritto in [COVID-19: guidance for the workplace](#) (COVID-19: orientamenti per il luogo di lavoro). Anche le piccole aziende possono compilare un elenco di controllo che le aiuterà a prepararle nel caso si verifichino eventi del genere in futuro.

Le imprese che hanno usato il telelavoro per la prima volta possono valutarne l'adozione come pratica di lavoro moderna per il lungo periodo. L'esperienza acquisita durante la pandemia di COVID-19 può contribuire allo sviluppo di una politica e di procedure per il telelavoro o alla revisione di quelle esistenti.

Buona informazione

La quantità di informazioni legate alla COVID-19 può essere sproporzionata e può essere difficile distinguere le informazioni affidabili e accurate da quelle vaghe e fuorvianti. Verificate sempre che le fonti originali delle informazioni siano qualificate e consolidate. Fonti di informazione ufficiali sulla COVID-19 includono:

- [Organizzazione mondiale della sanità](#)
- [Centro europeo per la prevenzione e il controllo delle malattie](#)
- [Commissione europea](#)
- [Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro](#)

Man mano che la crisi pandemica si attenuerà grazie alla vaccinazione e le contromisure alla COVID-19 inizieranno a essere allentate, potranno essere pubblicate informazioni specifiche per particolari industrie, comunità o gruppi di persone ed essere aggiornate di frequente. I ministeri della Sanità e del lavoro del vostro paese avranno tutte le informazioni del caso e potranno fornire link a fonti più specializzate.

Settori e occupazioni

Chi svolge un lavoro a contatto fisico con molte altre persone presenta il rischio maggiore di contrarre la COVID-19. A esclusione di chi lavora nell'assistenza sanitaria, nell'assistenza domiciliare e in residenze, i lavoratori essenziali più a rischio includono, ad esempio, chi è occupato nell'approvvigionamento alimentare e vendita al dettaglio di alimenti, nella raccolta dei rifiuti, nei servizi pubblici, nelle forze di polizia e di sicurezza e nel trasporto pubblico.

Così come alcuni paesi hanno imposto limitazioni di lavoro in alcuni settori prima di altri, solitamente sospendendo per prime le attività scolastiche, di svago e ricreative e per ultime il settore industriale ed edilizio, il ritorno al lavoro in seguito all'allentamento delle misure può seguire uno scaglionamento simile, ma in ordine inverso. Orientamenti specifici per settore correlati alla COVID-19 sono disponibili in diversi paesi e a seguire ne è elencata una selezione. Per ulteriori esempi, consultate i siti web dell'[EU-OSHA](#) e della vostra [autorità nazionale per la salute e la sicurezza sul lavoro](#).

Orientamenti specifici per settore correlati alla COVID-19

Edilizia	Construction
Commercio al dettaglio	Retail
Alimentare	Food
Trasporto	Transport
Servizi di manutenzione e domestici	Maintenance and domestic services
Tempo libero e attività ricreative	Leisure and entertainment
Istruzione	Education
Acconciature	Hairdressing
Servizi sanitari e di assistenza	Health and care services
Polizia e carceri	Policing and prisons
Altro	Others
Elenchi nazionali (non esaustivi)	National compilations (non-exhaustive)

Si prega di notare che il presente documento è stato aggiornato il 23 dicembre 2020. L'[articolo OSHwiki](#) corrispondente è rivisto periodicamente e le risorse specifiche per i vari settori sono costantemente aggiornate.

Autore: William Cockburn, Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro (EU-OSHA)

© Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro, 2020

Riproduzione autorizzata con citazione della fonte.