



Numero 7°/2015

Sovramortalità legata al lavoro di notte: nuovo studio statunitense

L'espressione "orari atipici" si applica a tutte le forme di tempi di lavoro che si collocano al di fuori dell'orario settimanale standard.

Le forme atipiche più note sono il lavoro a turni, il lavoro di notte ed il lavoro nel fine settimana.

Il 19% dei lavoratori dell'Unione europea a 27 svolge un lavoro che comprende almeno 2 ore nella fascia oraria 22-05.

Il lavoro notturno si concentra maggiormente nei servizi e nel settore pubblico dove si concentra circa i 2/3 dei lavoratori di notte.

Nell'ultimo decennio la percentuale di lavoratori notturni ha visto un marcato aumento soprattutto per quanto concerne la popolazione lavoratrice femminile.

Il lavoro notturno determina una vasta tipologia di rischi da quello infortunistico, infatti gli infortuni che avvengono di notte, secondo gli studi di letteratura, presentano un tasso di gravità superiore; ad effetti sulla salute fisica.

Il lavoro notturno si associa sovente con una diminuzione della durata del sonno il che porta ad un deficit cronico (riduzione da 1 a 2 ore del sonno giornaliero). La qualità del sonno goduto durante il giorno è di qualità inferiore (più corto, frazionato, disturbato da elementi esterni, ecc.) e dunque meno ristoratore. Nei lavoratori notturni questa desincronizzazione fra i ritmi biologici e quelli imposti dall'orario di lavoro è assai significativa. Le conseguenze dei disturbi del sonno rappresentano un fattore moltiplicativo del rischio infortunistico ma anche dei "mancati infortuni" meglio definibili come "quasi infortuni".

Questo rischio diviene molto importante in relazione soprattutto al tragitto di ritorno a casa e siamo dunque nella casistica degli infortuni in itinere.

Rischio cancerogeno: come ricordato in specifiche newsletter il lavoro di notte è stato inserito nel gruppo dei "cancerogeni probabili per l'uomo" dallo IARC. Numerosi studi hanno dimostrato che il lavoro a turni e/o di notte può aumentare il rischio di tumore del seno nelle lavoratrici. In Francia lo studio CECILE ha precisato che questo rischio è più

significativo nelle donne che hanno lavorato di notte prima della loro prima gravidanza, per un periodo pari o superiore a 4 anni: altri studi ancora non conclusivi mettono in relazione gli orari atipici con altre forme di neoplasie (colon, prostata).

Rischio per la gravidanza: numerosi studi dimostrano come il lavoro a turni e/o di notte aumenta il rischio di aborti spontanei, di parti pre-termine e di ritardi dello sviluppo intrauterino.

Malattie cardiovascolari_ siamo in presenza di un aumento moderato del rischio per patologie cardiovascolari dall'ipertensione arteriosa ma anche all'aumento dei livelli di colesterolo e trigliceridi.

Disturbi digestivi: i disturbi digestivi possono essere spiegati con la deregolazione dei ritmi circadiani dell'appetito ma anche delle secrezioni digestive. Gli studi mettono in evidenza un legame con la comparsa di disturbi a livello gastrico.

Disturbi neuropsichici: una riduzione delle performances cognitive (memoria, linguaggio) come pure un aumento della depressione e dell'ansia sono messi in evidenza nei lavoratori che lavorano a turni e/o di notte. Il lavoro di notte è all'origine di un sovraccarico che può provocare a lungo termine una usura prematura dell'organismo ed un peggioramento precoce dello stato di salute. Ricordiamo che il lavoro notturno rientra nelle attività definite dalle legge usuranti.

Uno studio pubblicato di recente sull' *American, Journal of Preventive Medicine* mette ancora una volta in luce i rischi legati al lavoro di notte.

Il punto di partenza dello studio era che la effettuazione di turni di notte impone circadiano ed è collegata al rischio di diverse malattie croniche. Per esaminare le associazioni tra lavoro turno di notte e malattie cardiovascolari (CVD); ed anche la mortalità per cancro è stato realizzato in uno studio prospettico di coorte a partire dal 1988 che ha arruolato 74.862 infermieri statunitensi nell'ambito dell'Health Study Nurses.

I dati dimostrano che le donne che hanno svolto turni di notte per oltre 5 anni presentano una sovramortalità superiore dell'11% rispetto alle lavoratrici che hanno lavorato solo durante il giorno.

Questa sovramortalità è legata ad una maggiore frequenza di malattie cardiovascolari fra le infermiere che hanno avuto orari di lavoro che ricomprendessero il turno di notte.

Durante 22 anni (1988-2010) di follow-up, sono stati documentati 14.181 decessi, tra cui

3.062 patologie cardiovascolari e 5413 decessi per cancro.

La mortalità per tutte le cause e la mortalità cardiovascolare sono risultate significativamente aumentate tra le donne con ≥ 5 anni di turni che ricomprendessero il turno di notte, rispetto alle donne che non hanno mai lavorato turni di notte. In particolare, per le donne con 6-14 e ≥ 15 anni di lavoro a turni con turno di notte, gli HR erano 1,11 (95% CI = 1,06, 1,17) e 1,11 (95% CI = 1,05, 1,18) per tutte le cause di mortalità e di 1,19 (95% CI = 1,07, 1,33) e 1,23 (95% CI = 1,09, 1,38) per la mortalità cardiovascolare. Non c'era alcuna associazione significativa tra effettuazione del turno di notte e mortalità per tutte le forme di cancro ($HR_{\geq 15\text{years}} = 1,08$, 95% CI = 0,98, 1,19), con l'eccezione del cancro del polmone ($HR_{\geq 15\text{years}} = 1,25$, 95% CI = 1,04, 1,51).

Ma a questo riguardo occorre segnalare come le neoplasie ricollegabili al rischio da lavoro notturno sono quelle a migliore prognosi e dunque la mortalità non appare certamente la metodologia più appropriata per evidenziare il rischio lavorativo.

Tutta la documentazione citata può essere richiesta alla Consulenza Medico-Legale Nazionale via e-mail all'indirizzo m.bottazzi@inca.it, r.bottini@inca.it