

Lavoro notturno

Definizione, normativa, rischi per la salute e la sicurezza

NORMATIVA di RIFERIMENTO

- D.Lgs. 26 novembre 1999, n. 532.
Disposizioni in materia di lavoro notturno, a norma dell'articolo 17, comma 2, della L. 5 febbraio 1999, n. 25. G.U. 21 gennaio 2000, n. 16.
- D.Lgs. 8 aprile 2003 n.66.
- Ministero del Lavoro
Circolare n. 8 del 3 marzo 2005. Disciplina di alcuni aspetti dell'organizzazione dell'orario di lavoro (D.lgs. 66/2003; D.lgs. 213/2004).

D.Lgs. 8 aprile 2003 n.66

Il decreto definisce come:
periodo notturno il “periodo di
almeno sette ore consecutive
comprendenti l'intervallo tra la
mezzanotte e le cinque del mattino “

Quindi il lavoro notturno è quello
svolto tra le:

- 24 e le 7,
- ovvero tra le 23 e le 6,
- ovvero tra le 22 e le 5.

- **lavoratore notturno**, alternativamente:

1. qualsiasi lavoratore che durante il periodo notturno svolga almeno **tre ore** del suo tempo di lavoro giornaliero impiegato in modo **normale**;
2. qualsiasi lavoratore che svolga durante il periodo notturno una parte del suo orario di lavoro, per almeno **tre ore** lavoro notturno per un minimo di **ottanta giorni lavorativi all'anno**; il suddetto limite minimo è riproporzionato in caso di lavoro a tempo parziale”.

Orientativamente $\frac{1}{3}$ dei giorni
lavorativi annuali,

- Circa 2 turni notturni a settimana
- Circa 7 turni notturni al mese

Soggetti esonerati

- La prestazione di lavoro notturno rappresenta un **obbligo** per il lavoratore che ne sia richiesto. Tuttavia la legge (D.Lgs.66/2003) individua espressamente alcune categorie di lavoratori che hanno diritto ad essere esclusi (su loro richiesta) dall'obbligo, rimettendo, altresì, alla contrattazione collettiva la facoltà di estensione della categoria dei soggetti esonerabili.

Le categorie di lavoratori escluse dalla legge:

- la lavoratrice madre di un figlio di età inferiore a tre anni o, in alternativa, il lavoratore padre convivente con la stessa.
- la lavoratrice o il lavoratore che sia l'unico genitore affidatario di un figlio convivente di età inferiore a dodici anni
- la lavoratrice o il lavoratore che abbia a proprio carico un soggetto disabile ai sensi della legge 5 febbraio 1992, n. 104, e successive modificazioni”).

- In ogni caso, la legge prescrive un divieto assoluto di adibire al lavoro notturno le **lavoratrici gestanti** “dalle ore 24 alle ore 6”, a partire dal momento dell'accertamento dello stato di gravidanza “fino al compimento di un anno di età del bambino” (art. 11 c. 2).

Durata del lavoro notturno

- Art.13 del D. Lgs.66/2003 stabilisce che l'orario di lavoro dei lavoratori notturni non può superare le **otto ore in media** nelle ventiquattro ore, **salva** l'individuazione da parte dei **contratti collettivi**, anche aziendali, di un periodo di riferimento più ampio sul quale calcolare come media il suddetto limite.
- Il Ministero del Lavoro ha specificato che, in mancanza di una esplicita previsione normativa, il limite può essere applicato su di un periodo di riferimento pari alla **settimana lavorativa**.

- Relativamente agli **infortuni**, i dati forniti dall'**INAIL** segnalano un aumento del numero di infortuni nel 2010 rispetto al 2009, pari al 7,2%.
- Le denunce sono state rispettivamente 19.565 contro le 18.248, ma ciò che preoccupa è la **controtendenza** del numero degli infortuni poiché nel triennio 2006-2007-2008 le denunce indicavano una lieve ma costante diminuzione che faceva ben sperare.

- L' **incremento** degli infortuni denunciati può trovare spiegazione nella ripresa, seppure lenta, delle attività notturne nel settore industriale.
- E' purtroppo rilevante la stima relativa agli infortuni notturni **mortali**, che rimane stabilmente nell'orbita dei 50 casi **annuali**, di cui circa 10 riguardanti lavoratori stranieri.

- Nel 2010 l'incidenza infortunistica è stata riscontrata in maniera **omogenea** dal lunedì al giovedì, con una cadenza **maggiore** nella giornata di **venerdì**. Le fasce orarie in relazione ad una maggiore concentrazione degli infortuni (50%) sono quelle che vanno dall'una alle due e dalle cinque alle sei.

- Riguardo alle professioni maggiormente esposte al rischio di infortunio, gli **autisti** risultano maggiormente soggetti (incidenza pari al 6,4% del totale), seguiti da **infermieri** (5,2%), **guardie giurate** (4,8%) e **operatori ecologici** (4,2%).

- **Dormire di giorno ed essere svegli e attivi di notte: è un'imposizione che il corpo umano fatica ad accettare e alla quale si ribella. L'organismo, infatti, ha un proprio ritmo biologico, che purtroppo non sempre si adatta alle esigenze della società moderna.**

- **RITMO BIOLOGICO.** "Nel corso dei secoli le funzioni essenziali, come il battito cardiaco, si sono abituate a funzionare a un maggior ritmo durante il giorno". Il corpo ha una sorta di orologio interno che condiziona la temperatura, il metabolismo e il livello di attenzione. Lavorare di notte significa sfasare bruscamente questo orologio e "forzare" il proprio organismo a riposare o a essere attivo quando non vorrebbe.

- **DISTURBI DEL SONNO.** Una delle prime conseguenze, è quella di dormire poco e male, perché il lavoratore chiede al corpo di riposare di giorno, quando la sua temperatura interna tende a tenerlo sveglio. Secondo uno studio Eurispes del 2004 il 63 % dei lavoratori notturni accusa disturbi del sonno. "Di giorno si dorme male, ci sono risvegli precoci, rumori e diverse difficoltà".
“ tendono a dormire male le persone con turni notturni lunghi, dalla settimana in su”.
- Melatonina è un ormone prodotto dalla ghiandola pineale prodotta con l'aiuto della luce.

- **PROBLEMI DIGESTIVI.** "Il lavoro notturno comporta un'irregolarità dell'assunzione dei pasti e questo è alla base di problemi digestivi". Secondo diversi studi la maggior parte dei lavoratori notturni concentra i propri pasti nella seconda parte della giornata e aumenta il numero di rapidi spuntini durante il lavoro, quando di solito non ci sono mense aperte né altri luoghi idonei al pasto.

- **SALUTE DELLA DONNA.** A lamentare più disagi sono le donne, che manifestano irregolarità dei cicli mestruali, oltre a tensione psichica, ansia e disturbi del sonno in misura maggiore rispetto agli uomini. "Per loro il recupero è più difficile, spesso anche per motivi sociali. Chi ha figli, in particolare, fa molta fatica". Per le donne con famiglia gli esperti parlano di doppio lavoro: in azienda e a casa.

- **RISCHIO TUMORE.** "A causa dell'influenza sugli ormoni, il lavoro notturno è considerato uno dei fattori di rischio per il tumore alla mammella". L'Agenzia IARC ha classificato il lavoro notturno con la categoria 2-A, quella dei fattori "probabilmente cancerogeni".

Una ricerca giapponese riguarda gli uomini: secondo gli studiosi nipponici lavorare alternativamente di giorno e di notte aumenterebbe il rischio di cancro alla prostata.

- **STRESS E CATTIVE ABITUDINI.**

Il lavoro notturno può provocare anche problemi psicologici, come ansia e irritazione. "Indicativi del livello di stress sono il maggior livello di alcool e fumo dei turnisti". L'impiego notturno, infatti, nel corso degli anni, incentiva cattive abitudini: i lavoratori tendono a bere e fumare di più, dormire in modo irregolare e mangiare in modo non corretto.

- **PROBLEMI CARDIOVASCOLARI.**
- “I disturbi del lavoro notturno, se portati avanti nel tempo, possono sfociare in malattie, anche molto importanti, come l’ipertensione o malattie ischemiche“.
- Per questo motivo è importante che i lavoratori notturni si sottopongano a controlli medici più frequenti.

- **L'Eurispes ha stilato un breve vademecum comportamentale:**
 - cercare di lavorare durante la notte in ambienti bene illuminati;
 - dormire durante il giorno ricreando il più possibile la condizione di buio;
 - mantenere un lungo periodo di sonno, eventualmente seguito da un breve riposo evitando di dormire a intervalli;
 - alimentarsi durante il lavoro notturno non con semplici spuntini, ma con un pasto;
 - evitare l'abuso di caffeina e alcool durante la notte e di sonniferi durante il giorno.

- *Sorveglianza Sanitaria*
- Riguardo agli accertamenti sanitari si precisa che il lavoratore, per poter svolgere prestazioni di lavoro notturno, deve essere ritenuto idoneo mediante accertamento ad opera delle strutture sanitarie pubbliche competenti o per il tramite del *medico competente*.

- Oltre a questa iniziale valutazione che deve precedere l'esecuzione di prestazioni di lavoro notturno, lo stato di salute dei lavoratori notturni deve essere **periodicamente** verificato. La periodicità di tali controlli è individuata dal legislatore in almeno *due anni*.
- In ogni caso tali controlli devono avvenire a cura e spese del datore di lavoro.

- Per quanto concerne il Trasferimento al lavoro diurno, in caso di *inidoneità* al lavoro notturno, la circolare ribadisce che il decreto dispone che il trasferimento dal lavoro notturno è subordinato all'esistenza e alla disponibilità di un posto di lavoro la cui esecuzione sia relativa a mansioni equivalenti a quelle svolte. In mancanza di tali condizioni il datore di lavoro ha facoltà di risolvere il rapporto di lavoro per giustificato motivo oggettivo.