

La dichiarazione di Edimburgo sulla promozione della salute mentale e del benessere sui luoghi di lavoro (ottobre, 2010).

Questa dichiarazione afferma l'impegno dei membri della rete Europea per la promozione della salute nei luoghi di lavoro (ENWHP) a continuare la campagna a favore del benessere e della salute mentale e di includerla come un aspetto centrale ed integrale dei loro impegni della promozione della salute nei luoghi di lavoro.

Questa dichiarazione rivolta agli impiegati, ai datori di lavoro, ai governi, agli intermediari, dà grande enfasi alla promozione della salute sui posti di lavoro e cerca di implementare misure per proteggere e migliorare la salute mentale e il benessere nei luoghi di lavoro.

Salute mentale e benessere.

L'Organizzazione Mondiale della Salute definisce uno stato mentale positivo come "uno stato di benessere nel quale ciascuno realizza il suo potenziale, sopportando un livello di stress normale, lavorando produttivamente e fruttuosamente essendo in grado di offrire un contributo alla comunità". Questa definizione è coerente con la definizione data dall'Organizzazione Internazionale del lavoro (ILO) che dà il concetto di "lavoro accettabile" in relazione al concetto di salute mentale sul luogo di lavoro.

Non c'è salute senza salute mentale, ed il lavoro è la chiave determinante di entrambe.

I costi di una "depauperata" salute mentale sono significativi sia per i lavoratori che per la società:

- il 25% dei cittadini Europei ha avuto problemi mentali durante la vita, questo è un problema che ci colpirà tutti, direttamente o indirettamente.
- L'Organizzazione Mondiale della Salute stima che per il 2020 la depressione sarà la seconda più importante causa di disabilità. Essa lo è già tra le persone comprese tra i 15 e i 44 anni (di entrambi i sessi).
- L'assenteismo, la disoccupazione e l'invalidità a lungo termine, risarcimenti a causa di stress lavoro correlato e problemi di salute mentale stanno aumentando in Europa, infatti, circa il 10% dei problemi di salute a lungo termine sono causati da disturbi mentali ed emotivi.
- I costi dei disturbi mentali in Europa sono stimati essere di 240 miliardi di euro per anno. 136 miliardi di euro si perdono nella produttività a causa di assenze per malattia dal posto di lavoro.

Le cause della perdita della salute mentale e del benessere sono complesse e multi sfaccettate. Il lavoro e l'ambiente di lavoro rappresenta, infatti, solo una parte del problema ma essi sono comunque fondamentali per la soluzione degli stessi. Il lavoro fornisce un contributo fondamentale alla salute mentale e al benessere formando opportunità per le interazioni sociali, fornendo autostima, soddisfazione, opportunità per l'interazione sociale e fonte di reddito.

I datori di lavoro beneficiano significativamente di tali misure, anche attraverso miglioramento della produttività, una forza lavoro più motivata, assenza ridotta e inferiore rotazione del personale. Migliorare la salute mentale e il benessere può pertanto avere un impatto diretto dal basso verso l'alto.

La promozione della salute mentale sul luogo di lavoro.

La dichiarazione di Lussemburgo (WHP) definisce “sforzo congiunto tra lavoratori, datori di lavoro e società al fine di migliorare il benessere e la salute dei lavoratori”.

La promozione della salute “può essere ottenuta attraverso una combinazione tra opportunità lavorative e migliorando l'organizzazione e l'ambiente di lavoro, promuovendo la partecipazione attiva, e incoraggiando lo sviluppo personale. La Promozione della Salute Mentale nei luoghi di Lavoro è parte integrante di questo sforzo congiunto.

Fin dalla sua fondazione nel 1996 il Network europeo per la promozione della salute nei luoghi di lavoro (ENWHP) ha promosso la salute nei luoghi di lavoro in Europa. C'è un aumento evidente di questo miglioramento l'ENWHP promuove attivamente approcci pratici migliorando la promozione della salute mentale sul luogo di lavoro.

Questi approcci, i quali devono essere inseriti in un complessivo modello di WHP, includono:

- 1) Incoraggiare i datori di lavoro a fornire un lavoro stimolante e ricco opportunità e offrire un'organizzazione lavorativa di sostegno ai loro lavoratori.
- 2) Promuovere negli impiegati lo sviluppo anche delle competenze sociali e della fiducia in se stessi.
- 3) Promuovere opportunità per gli impiegati di partecipare al processo decisionale.
- 4) Riconoscere il ruolo chiave del “manager” quale sostegno per i lavoratori.
- 5) Creare un clima di lavoro positivo e definire chiaramente i vari ruoli lavorativi e le aspettative conseguenti.
- 6) Ridurre le cause di stress nell'ambiente di lavoro, e sviluppare la resilienza allo stress promuovendo strategie di coping.
- 7) Incoraggiare la cultura d'impresa, di partecipazione, di giustizia e equità, ed abolire forme di stigmatizzazione e discriminazione sul posto di lavoro.
- 8) Sostenere, mantenere ed avvalersi di persone con problemi di salute mentale.
- 9) Sviluppare ed implementare forti politiche di benessere e salute mentale a lavoro.
- 10) Monitorare l'impatto di tali politiche e degli interventi messi in atto.