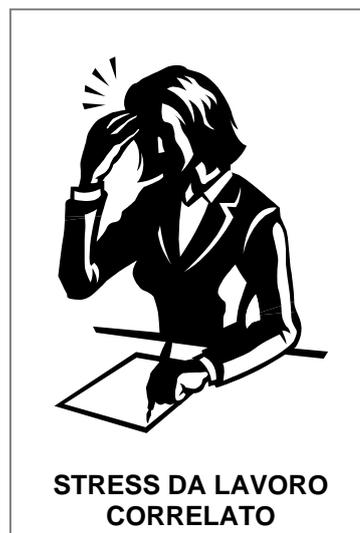


IN  
QUESTO  
NUMERO:  
8100



Si riporta, di seguito, parte dell'intervista al Dott. Enzo Bizzarri dal sito Professione Sicurezza (<http://www.professionesicurezza.it>)

Professione Sicurezza ha intervistato il Dr. Enzo Bizzarri dell'International Shiatsu Certification, il primo organismo di certificazione degli operatori shiatsu a livello internazionale, che nasce per rispondere alla crescente richiesta da parte del mercato di professionisti certificati, e per rispondere alla richiesta di rappresentanza in tutte le sedi preposte, pervenuta dagli operatori certificati.

**PS: Dr. Bizzarri perché questo interesse per lo Stress da Lavoro Correlato ?**

Con il Decreto legislativo n.81/2008 si stabilisce definitivamente che anche lo stress da lavoro correlato deve essere sottoposto a "valutazione" come rischio.

Tutte le aziende italiane, dal 31 dicembre 2010 sono obbligate a rilevare il rischio stress da lavoro-correlato e ad intervenire in presenza di stress.

Lo stress da lavoro correlato, come dimostrano anche recenti ricerche, è una condizione che interessa in Europa circa un lavoratore su quattro e, pertanto, la percentuale di giornate lavorative perse a causa dello stress arriva a essere addirittura del 60%.

L'Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro (EU-OSHA) ha reso pubblici gli ultimi dati inerenti lo stress lavoro correlato inseguito all'indagine ESENER il cui titolo del comunicato rende già molto bene l'idea: "Il 79% dei dirigenti europei è preoccupato dallo stress legato al lavoro, ma meno di un terzo delle aziende ha stabilito procedure per affrontarlo".

**PS: Dr. Bizzarri quali sono i principali sintomi dello Stress da Lavoro Correlato ?**

Tra i più generici sintomi dovuti a condizioni di stress da lavoro troviamo, oltre a un diffuso malessere psicofisico, stanchezza, dolori muscolari, calo delle difese immunitarie quindi maggiore propensione ad ammalarsi, iperattività, depressione e ansia, irritabilità, problemi all'apparato digerente, ed incapacità di esprimersi correttamente.

**PS: Dr. Bizzarri le tecniche di massaggio promosse all'interno delle organizzazioni sono utili alla prevenzione e trattamento dello stress da lavoro?**

Ad oggi grazie anche al proliferare di studi scientifici in tal senso ( non ultimo uno studio pubblicato dal Journal of Alternative and Complementary Medicine, condotto da un team di ricercatori del Dipartimento di psichiatria e neuroscienze comportamentali del Cedar-Sinai Medical Center di Los Angeles , gli scienziati, guidati dal neuropsichiatra Mark H. Rapaport ) si è scoperto che i massaggi, oltre a rilassare e aumentare il senso di benessere generale, sono anche in grado di diminuire i livelli del cortisolo e degli altri ormoni legati allo stress (che, indirettamente, tendono a deprimere le difese dell'organismo), potenziando nel contempo l'attività dei linfociti, migliorando il funzionamento del sistema immunitario e riducendo il livello delle citochine infiammatorie.

Questa conferma scientifica avvalorata alcuni dei principi stessi dei massaggi terapeutici tra i quali rientra a pieno titolo lo shiatsu.

**PS : Che cosa è lo shiatsu?**

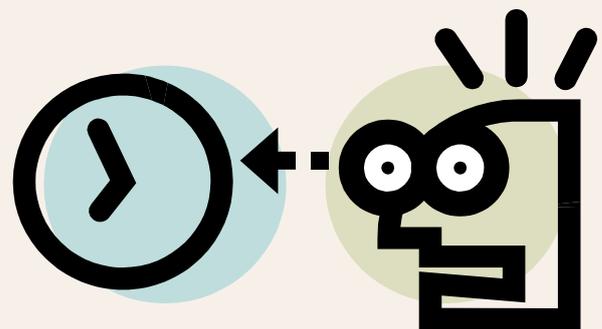
La parola Shiatsu significa letteralmente "pressioni con le dita": shi =dito, atsu=pressione. Il Ministero della Sanità giapponese lo definisce: "trattamento che, applicando delle pressioni con le dita ed il palmo della mano su determinati punti del corpo corregge gli squilibri, migliora e mantiene la salute, contribuisce ad alleviare diversi disturbi e attiva le capacità di autoguarigione dell'organismo. Non ha effetti secondari."

**PS: Come può essere utile lo shiatsu nel contesto lavorativo?**

Con pochi minuti alla settimana il lavoratore potrà provare i benefici che lo SHIATSU apporta all'organismo.

Lo shiatsu data la sua versatilità può essere praticato in spazi dedicati sia nelle aziende che negli uffici, mediante l'utilizzo di un lettino o con l'ausilio di una sedia.

Le sedute i possono durare dai 15- ai 30 minuti a seconda dei casi.



***PS: Dr. Bizzarri avete presentato in Italia questo tipo di trattamento ?***

L'utilizzo dello Shiatsu metodo Namikoshi nel trattamento dello stress da lavoro correlato è stato presentato agli esperti di sicurezza sul lavoro provenienti da tutta Italia, presenti all'SQE forum svoltosi a Roma il 16-17 giugno 2011, evento organizzato da FIRAS-SPP e UNIONPROFESSIONI .

La presentazione è avvenuta in forma essenzialmente pratica ovvero, i partecipanti al Forum hanno potuto sperimentare di persona la validità dello Shiatsu metodo Namikoshi sottoponendosi ad un trattamento all'interno di uno shiatsu corner presieduto dagli operatori shiatsu del gruppo i "Professionisti" certificati dall'International Shiatsu Certification.



***PS: Dr. Bizzarri quali progetti futuri ?***

Visto il successo della presentazione e le numerosissime richieste di attivazione degli shiatsu corner all'interno delle aziende l'International Shiatsu Certification e 626 School , uno dei centri di formazione per la sicurezza sul lavoro più dinamici, hanno di comune accordo deciso di unire le competenze e fornire alle aziende progetti innovativi di formazione informazione e trattamento dello stress da lavoro correlato, il progetto di questa joint venture lo abbiamo denominato "Working without Stress" che offrirà assistenza alle organizzazioni per l'attuazione di un vero programma di miglioramento post valutazione del rischio stress lavoro correlato.

La particolarità dell'iniziativa che abbiamo chiamato "No Stress Program" oltre ad essere la prima in assoluto in Italia, risiede nel fatto che risponde puntualmente alle richieste delle organizzazioni attraverso una progettazione personalizzata , direi su misura, del servizio.

***PS : quindi il vostro focus saranno le misure di miglioramento post valutazione?***

Esatto , siamo i primi ad uscire dalla genericità e a proporre alle organizzazioni evolute un "No Stress Program" , un programma coerente di misure di miglioramento , come del resto obbliga la legge,fatto di informazione e formazione innovative aderenti alle caratteristiche dell'organizzazione aziendale e di utilizzo dello Shiatsu per abbattere il rischio e aprire la strada al vero obiettivo delle organizzazioni evolute: il benessere organizzativo.



## GIUNTA REGIONALE

ORGANIZZAZIONE DELLA PREVENZIONE  
E DELLA SICUREZZA SUI LUOGHI DI LAVORO

**Datore di Lavoro**

**( Responsabile Unico per la Sicurezza ) :**

Dott. Giocondo VACCA

Via Mazzini 126, 86100 CAMPOBASSO

**Dirigente:**

Dott. Antonio FRANCONI

Via Genova 11, 86100 CAMPOBASSO

Avv. Roberto FAGNANO( Ass.to Politiche Sanitarie )

Via Toscana 45, 86100 CAMPOBASSO

**Preposto:**

Dirigenti Responsabili dei Servizi Regionali

Loro Sedi

**Servizio di Prevenzione e Protezione ( S.P.P.):**

- Arch. Cosmo GALASSO ( R.S.P.P. )

- Dott. Silvano PALUMBO

Via Toscana 63 ( Aula Formazione e Studio del Medico Competente ) / Via Mazzini 126  
86100 CAMPOBASSO

**Medico Competente:**

Dott. Nicola RINALDI

Contatti tramite l'Ufficio per la Prevenzione e Protezione sui Luoghi di Lavoro  
e/o il Servizio di Prevenzione e Protezione

Via Mazzini 126

86100 CAMPOBASSO

**Responsabile dei Lavoratori per la Sicurezza ( R.L.S.):**

- Scavo Domenico

- Doganieri Flavio

Contatti tramite Centralino Regionale

*N.B. L'Ufficio per la Prevenzione e Protezione sui Luoghi di Lavoro  
( i recapiti sono riportati in calce ) svolge attività di supporto a quelle del Servizio di  
Prevenzione e Protezione, e più precisamente attività di organizzazione della Formazione,  
dell'Informazione ( anche tramite il presente Giornalino ), e della Sorveglianza Sanitaria.*

**IL PROSSIMO NUMERO DEL GIORNALINO A DICEMBRE 2011!**



**REGIONE MOLISE**

GIUNTA REGIONALE

**SERVIZIO AFFARI GENERALI**

**DELLA PRESIDENZA DELLA REGIONE**

UFFICIO PER LA PREVENZIONE E PROTEZIONE SUI LUOGHI DI LAVORO

Via Mazzini 126 – 86100 CAMPOBASSO

Tel. 0874 .429.865(866)

Fax 0874. 429.881

e.mail: [normanno.roberto@mail.regione.molise.it](mailto:normanno.roberto@mail.regione.molise.it)

