

## Gli interventi psicologico-comportamentali e formativi sul luogo di lavoro per la prevenzione della depressione dei lavoratori

Data di inserimento	21/01/2021
Anno	2019
Domanda di ricerca	Gli interventi psicologico-comportamentali e formativi effettuati sul luogo di lavoro sono efficaci nella prevenzione della depressione nei lavoratori?
Quello che conta	Sono stati selezionati 3 studi caso-controllo per un totale di 1246 lavoratori. Indipendentemente dall'intervento somministrato ai lavoratori sani, sia di tipo cognitivo-comportamentale, sia di tipo formativo, è descritta una riduzione significativa di nuovi casi di depressione nei lavoratori. Sono interventi di prevenzione primaria in quanto sono stati esclusi dalla metanalisi quegli studi che prendevano in considerazione lavoratori già affetti da depressione. Il luogo di lavoro è considerato un setting adeguato per questi interventi.
Caveat	Su un totale di 1963 studi reperiti in letteratura, solo 3 hanno incontrato i criteri di inclusione nella metanalisi. I 3 studi proponevano programmi confrontabili e quindi analizzabili nel complesso. Tuttavia, nessuno dei 3 presentava un follow up superiore a 12 mesi, pertanto non è possibile trarre conclusioni sulla prevenzione a lungo termine di nuovi casi di depressione.
Contesto	E' dimostrato che la depressione è la terza causa di burden of disease nel mondo ed è in aumento, tanto che nel 2030 si considera diverrà la principale causa. Nonostante esistano cure adeguate per il trattamento della depressione, la prevenzione primaria è di fondamentale importanza. C'è un consenso generale nel riconoscere che la depressione sia la causa principale di assenza dal lavoro e diminuzione della produttività.
Implicazioni per la pratica	Il luogo di lavoro offre un setting adeguato per gli interventi di prevenzione primaria della depressione. Essi risultano costo-efficaci ed efficaci nella diminuzione dell'assenteismo e nell'aumento della produttività.
Giudizio di qualità revisione	Alta (valutata con ceck list AMSTAR)
Riferimento bibliografico revisione	Bellón JA, Conejo-Cerón S, Cortés-Abela C, Pena-Andreu JM, García-Rodríguez A, Moreno-Peral P <a href="#">Effectiveness of psychological and educational interventions for the prevention of depression in the workplace: A systematic review and meta-analysis</a> . Scand J Work Environ Health 2019;45(4):324-332.
Parole chiave	- workplace health promotion - luogo di lavoro - prevenzione primaria, interventi psicologici - depressione - salute mentale - benessere dei lavoratori -
Aree di intervento	- salute e sicurezza lavoro -
Setting	- ambiente di lavoro -
Outcome	diminuzione della depressione, diminuzione dell'assenteismo; miglioramento della produttività

Sintesi e traduzione

Sintesi e traduzione a cura di Lidia Fubini, DoRS, Centro di Documentazione per la Promozione della Salute della Regione Piemonte, Italia.

---