

MOZIONE

Istituzione di un congedo per le donne che soffrono di dismenorrea

dell'11 marzo 2024

Nel 2024, nella città di Friburgo, è stata introdotta una politica pionieristica: il congedo mestruale. Questa iniziativa ha garantito alle dipendenti comunali fino a tre giorni di congedo retribuito in caso di mestruazioni dolorose, senza la necessità di presentare un certificato medico. Durante le discussioni, è emerso che la dismenorrea, il dolore legato al ciclo mestruale, è spesso trascurato nell'ambiente lavorativo a causa di tabù culturali e della mancanza di dati statistici. Questo rende difficile per le donne parlare apertamente del problema sul posto di lavoro.

Attualmente, il dolore mestruale è spesso considerato come una questione gestibile, in gran parte grazie all'ampia disponibilità di farmaci per alleviarlo. Nei materiali informativi, si fa spesso riferimento esclusivamente a farmaci come soluzione. Pillola anticoncezionale, anti-spasmodici e antidolorifici dominano l'elenco dei possibili rimedi, mentre consigli come l'applicazione di calore e il riposo sono relegati alla sezione dei "rimedi casalinghi". Questo approccio può rendere difficile per chi soffre di dolori mestruali chiedere aiuto. Sebbene il dolore sia gestibile per molti, diventa fondamentale richiedere supporto quando diventa troppo intenso.

È cruciale portare la questione all'attenzione del Consiglio di Stato e del Gran Consiglio, considerando che, come afferma la coordinatrice dei consultori EOC Mariachiara Pusterla: "per alcune è molto invalidante, basti pensare a patologie come l'endometriosi che possono toccare una donna su dieci in età fertile. Alcuni studi dicono infatti che quasi il 50% delle donne si trova in difficoltà a svolgere le normali attività quotidiane quando ha il ciclo. Questo sia a livello professionale che personale".

Inoltre, è importante sottolineare la unicità del ciclo mestruale per ogni individuo e come esso possa cambiare mediamente ogni cinque anni. È essenziale comprendere che le mestruazioni sono un indicatore della salute generale e che sintomi insoliti dovrebbero essere segnalati al ginecologo per un'adeguata valutazione e trattamento.

Esistono i cosiddetti "dolori mestruali primari", causati esclusivamente dalle contrazioni dell'utero, che sono regolate dagli ormoni chiamati prostaglandine. Queste sostanze influenzano la tensione della muscolatura liscia e amplificano la percezione del dolore, agendo come veri e propri "messaggeri del dolore" nel corpo. Durante il ciclo mestruale, si ipotizza che il corpo produca un'eccessiva quantità di prostaglandine o che reagisca in modo particolarmente sensibile a queste sostanze.

I dolori mestruali primari e i cicli irregolari, così come un flusso mestruale abbondante, sono più frequenti nelle donne di età inferiore ai 30 anni. Tuttavia, fattori come la predisposizione familiare, lo stress, il sottopeso, l'insonnia e il fumo possono contribuire in alcuni casi alla comparsa dei dolori mestruali primari.

A differenza della dismenorrea, i dolori mestruali secondari sono causati da condizioni organiche specifiche. Ad esempio, tumori benigni dell'utero come miomi o polipi possono essere responsabili di dolori al basso ventre. Un'altra causa comune di disturbi mestruali è l'endometriosi, una condizione in cui frammenti di tessuto endometriale si trovano al di fuori dell'utero, spesso nella cavità addominale. L'endometriosi provoca tipicamente forti dolori, poiché questi frammenti di tessuto rispondono anche al ciclo mestruale normale. È una malattia cronica per la quale non esiste una cura definitiva, ma possono essere prescritte terapie ormonali per rallentarne la progressione e migliorare la qualità di vita.

Per favorire una vita lavorativa più serena per coloro che soffrono di dismenorrea, è stata proposta l'idea del congedo mestruale. Inizialmente, in Spagna è stata approvata una legge che consente alle donne di interrompere il lavoro in caso di mestruazioni invalidanti, rendendo la Spagna il primo Paese in Europa e tra i primi al mondo a istituire questa misura legislativa. Anche in Svizzera, la questione sta guadagnando terreno, con le città di Zurigo e Losanna che hanno avviato progetti pilota per introdurre il congedo mestruale, seguendo l'esempio di Friburgo. Sulla base di tali iniziative positive, che vanno nella direzione giusta, si propone di introdurre il congedo mestruale anche nel Cantone Ticino.

Si chiede pertanto al Consiglio di Stato l'istituzione di un congedo mestruale.

1. Il congedo mestruale è istituito per le lavoratrici che soffrono di dismenorrea, consentendo l'astensione dal lavoro per un massimo di tre giorni al mese, senza l'esigenza di un certificato medico.
2. Il congedo mestruale prevede un'indennità corrispondente al 100% della retribuzione contrattata.
3. Il congedo mestruale non è considerato equivalente ad altre cause di interruzione del lavoro. L'indennità corrispondente non è inclusa nelle indennità già previste dalla LIPG.
4. Il congedo mestruale si applica a tutte le lavoratrici, indipendentemente dal tipo di contratto di lavoro.

Per il Gruppo PS, GISO e FA
Mattea David e Yannick Demaria