

# Oltre il confine: il pendolarismo dei lavoratori della Valchiavenna verso i Grigioni e il Ticino

**PROMONTIGNO (afm)** Ogni giorno, migliaia di lavoratori della provincia di Sondrio varcano il confine per raggiungere il Canton Grigioni e il Ticino, dove trovano impiego in vari settori. Questo flusso di frontalieri è una realtà consolidata da decenni e continua a rappresentare un pilastro fondamentale dell'economia transfrontaliera.

Secondo i dati ufficiali, nel secondo trimestre del 2024 i lavoratori frontalieri nei Grigioni erano circa **8.600**, mentre in Ticino si contavano **78.925** unità.

Il settore terziario assorbe una quota significativa di questi lavoratori, soprattutto nei servizi alla persona, nella ristorazione e nel turismo. Anche il comparto manifatturiero e l'edilizia offrono numerose opportunità occupazionali.

La Valchiavenna si conferma un territorio con una forte propensione al pendolarismo transfrontaliero, grazie alla vicinanza con la Svizzera e alla possibilità di accedere a salari più elevati rispetto a quelli italiani.

Tuttavia, il lavoro oltre confine presenta anche alcune sfide, come tempi di percorrenza lunghi, condizioni lavorative spesso impegnative e un sistema fiscale e previdenziale da conoscere bene per evitare sorprese.

## Tutela assicurativa per i frontalieri: cosa accade in caso di infortunio?

Un aspetto cruciale per i lavoratori frontalieri è la tutela in caso di infortunio. In Svizzera, tutti i dipendenti – compresi i frontalieri – sono coperti da un'assicurazione obbligatoria contro gli infortuni, regolata dalla **Legge sull'Assicurazione contro gli Infortuni (LAINF)**.

## Come funziona la copertura?

Ogni datore di lavoro in Svizzera è tenuto per legge a garantire ai propri dipendenti un'assicurazione contro gli infortuni professionali, offrendo protezione in caso di incidente sul lavoro. Questa assicurazione non solo garantisce un'indennità economica

## FISIOTERAPIA CSB



Riabilitazione pre/post chirurgica, ortopedica e traumatica  
Riabilitazione sportiva  
Massaggi fisioterapici  
Linfodrenaggio manuale



Riabilitazione neurologica  
Riabilitazione respiratoria  
Riabilitazione posturale  
Riabilitazione del pavimento pelvico  
Kinesio Taping  
Tecar



Riabilitazione specialistica neonatale e pediatrica  
Riabilitazione geriatrica  
Medical Fitness  
Pilates terapeutico

## SCOPRI DI PIÙ

Filn 5, 7606 Promontogno  
Strada Cantonale 370, 7516 Maloja  
fisioterapia@csbregaglia.ch  
+41 81 838 11 25  
www.csbregaglia.ch

durante il periodo di recupero, ma copre tendenzialmente anche le spese mediche necessarie, incluse visite specialistiche, trattamenti ospedalieri, farmaci e riabilitazione. Questo sistema di protezione permette ai lavoratori di affrontare eventuali imprevisti con maggiore serenità, sapendo di poter contare su cure adeguate e un supporto economico nel periodo di convalescenza.

## Il ruolo del Centro Sanitario Bregaglia nel recupero dagli infortuni

Dopo un infortunio sul lavoro, il primo passo è ricevere le cure immediate. Successivamente, il datore di lavoro deve segnalare l'accaduto all'assicurazione, che valuterà il caso e definirà



le prestazioni a cui il lavoratore ha diritto.

In questa fase, l'accesso tempestivo a cure specialistiche è essenziale per un recupero rapido ed efficace. Il **Centro Sanitario Bregaglia (CSB)** è un punto di riferimento per la fisioterapia e la riabilitazione dei frontalieri, offrendo percorsi terapeutici mirati al pieno recupero della funzionalità fisica.

## Un recupero su misura per ogni paziente

Una volta ottenuta l'autorizzazione dell'assicurazione, il lavoratore può accedere a trattamenti riabilitativi specifici per il suo caso. Il CSB offre percorsi personalizzati per il recupero da **traumi muscoloscheletrici, infortuni da sovraccarico e post-chirurgici**, attraverso programmi studiati sulle esigenze di ciascun paziente. Grazie a un approccio multidisciplinare, il centro non si occupa solo della riabilitazione fisica, ma aiuta i lavoratori a ritrovare un equilibrio psico-fisico, facilitando il rientro in sicurezza

alle attività quotidiane e professionali.

## Testimonianze: il percorso di recupero di Chiara

Molti frontalieri hanno già affrontato con successo il loro percorso riabilitativo grazie al supporto del **Centro Sanitario Bregaglia**.

Tra questi c'è **Chiara**, 26 anni, appassionata di sport e lavoratrice oltre confine. Nel febbraio 2023, una caduta sugli sci le ha causato una **distorsione al ginocchio con lesione del legamento crociato anteriore**. Dopo un'attenta valutazione, ha intrapreso un percorso di riabilitazione conservativa con **terapia manuale, trattamenti fisici strumentali ed esercizi terapeutici**. Grazie a questo approccio, in soli tre mesi Chiara è tornata a svolgere le sue attività, compresa la pratica sportiva a basso impatto.

## Conclusioni

Il sistema di assicurazione svizzero

## CONSULENZE

- **Cardiologia**, Dr. Massimo Pozzoli
  - **Pneumologia e medicina del sonno**, Dr. Lorenzo Cirri
  - **Otorinolaringoiatria**, Dr. Domenico Benedetto
  - **Oculista (adulti e bambini)**, Dr. Nicolò Rampazzo
  - **Pediatria**, Dr. Rolf Bienentreu
  - **Ginecologia**, Dr.ssa Sara Ibba
  - **Dermatologia**, Dr.ssa Caterina Campisi
  - **Consulenza nutrizionale, BIA ed ergometria**, Gloria Clalùna
  - **Ozonoterapia, terapia con PRP, medicina tradizionale cinese**, Stanza Snoezelen
- Info e appuntamenti:  
+41 81 838 11 45  
studio.medico@csbregaglia.ch

garantisce ai lavoratori frontalieri **tutela economica e copertura sanitaria** in caso di infortunio, offrendo un importante sostegno nei momenti critici. Tuttavia, per affrontare al meglio il percorso di recupero è essenziale conoscere le procedure e affidarsi a strutture sanitarie specializzate.

Scegliere il **Centro Sanitario Bregaglia** significa poter contare su **professionisti qualificati e percorsi terapeutici personalizzati**, studiati per favorire il ritorno alla piena funzionalità nel minor tempo possibile. Oltre al recupero post-infortunio, il reparto di fisioterapia del CSB offre trattamenti per diverse problematiche muscoloscheletriche e neurologiche. Inoltre, sono stati recentemente introdotti **corsi di gruppo** dedicati alla salute e al benessere, come **yoga-terapia, riabilitazione del pavimento pelvico e corsi pre-parto**. Grazie a un'offerta completa e mirata, il CSB si conferma un punto di riferimento per la salute dei lavoratori frontalieri e della comunità locale.



# Centro Sanitario Bregaglia

Accanto a voi, quando ne avete bisogno.

## I NOSTRI SERVIZI

- Visite internistiche
- Esami strumentali e di laboratorio
- Visite specialistiche
- Ozonoterapia, terapia con PRP e medicina tradizionale cinese
- Consulenza nutrizionale
- Fisioterapia

## SCOPRI DI PIÙ



Filn 5, CH-7606 Promontogno | +41 81 838 11 99 | info@csbregaglia.ch | www.csbregaglia.ch

