



Ergonomia Fisica: opportunità e cambiamenti con la nuova Norma Tecnica

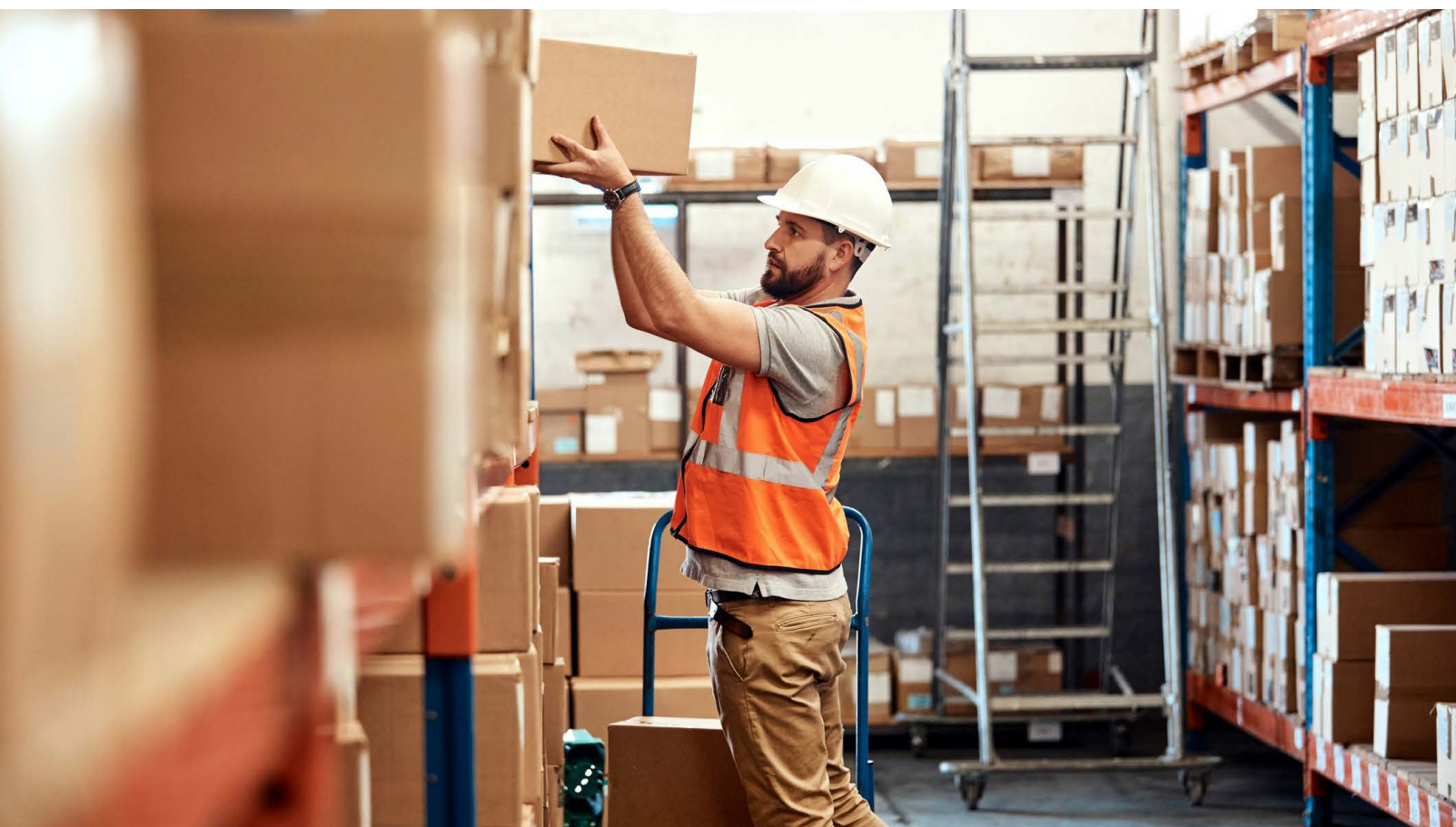
Le statistiche nazionali ed internazionali evidenziano negli ultimi anni un aumento significativo dei disturbi muscolo-scheletrici legati a sovraccarico biomeccanico lavorativo: in Italia le patologie del sistema osteo-muscolare rappresentano la prima causa di malattie professionali riconosciute dall'INAIL.

Lo strumento più efficace per prevenire il sovraccarico biomeccanico dell'apparato muscolo-scheletrico è una corretta valutazione e gestione dell'Ergonomia Fisica applicata agli ambienti di lavoro.

Un approccio ergonomico corretto e integrato consente di progettare gli spazi, gli attrezzi, i processi produttivi e l'organizzazione del lavoro in funzione delle caratteristiche dell'uomo e del lavoratore, riducendo quindi le sollecitazioni di ossa, muscoli e articolazioni.

La valutazione del rischio da sovraccarico biomeccanico

La valutazione e gestione del rischio da sovraccarico biomeccanico è per tutti i Datori di Lavoro un obbligo di legge sancito dal D. Lgs. 81/08 (Testo Unico sulla Sicurezza e Salute nei luoghi di lavoro) che cita espressamente le norme tecniche della serie ISO 11228 (parti 1-2-3) all'interno delle quali sono specificate le metodologie da utilizzare per la valutazione del rischio e per la definizione degli interventi da apportare per la sua riduzione.





La valutazione e gestione del rischio da sovraccarico biomeccanico comprende i seguenti aspetti:

- Rischio da sovraccarico per sollevamento/deposito di carichi (**UNI ISO 11228-1:2022**)
- Rischio da sovraccarico per traino/spinta di carichi (**ISO 11228-2:2007**)
- Rischio da sovraccarico per movimenti/sforzi ripetitivi degli arti superiori (**UNI ISO 11228-3:2009**)
- Rischio da sovraccarico per posture statiche incongrue (**UNI ISO 11226:2019**)
- Rischio da sovraccarico per lavoro al videoterminale (**Titolo VII D. Lgs. 81/08**)

La nuova Norma Tecnica UNI ISO 11228-1:2022

Il 24 marzo 2022 è stata adottata in Italia la nuova Norma Tecnica UNI ISO 11228-1:2022, che diventa pertanto il riferimento obbligatorio per la valutazione delle attività lavorative comportanti sollevamento, abbassamento e/o trasporto in piano di un oggetto di peso pari ad almeno 3 Kg.

Le novità rispetto alla precedente edizione del 2009 sono **fortemente impattanti** su alcuni principali aspetti:

- Modifica dei **pesi limite** e delle **fasce di rischio** per le attività di sollevamento/abbassamento
- Introduzione di un **processo di valutazione a step** per le attività di sollevamento, abbassamento e trasporto in piano

La prevenzione dei disturbi muscolo-scheletrici

Gli interventi per la prevenzione dei disturbi muscolo-scheletrici negli ambienti di lavoro sono eterogenei,

multifattoriali e multidisciplinari, comprendendo infatti misure preventive di tipo tecnico, organizzativo, procedurale, formativo e comportamentale.

Nessun intervento può prescindere da una corretta e completa valutazione del rischio, grazie alla quale vengono individuate le priorità e le aree di intervento.

Le misure di prevenzione più importanti comprendono:

- Misure tecniche relative al miglioramento e/o riprogettazione delle postazioni di lavoro
- Misure organizzative inerenti alla distribuzione delle pause e alla rotazione fra compiti
- Misure procedurali comprendenti istruzioni operative sul corretto svolgimento delle attività
- Sorveglianza sanitaria specifica
- Formazione e addestramento on the job sulla corretta tecnica di esecuzione delle attività lavorative potenzialmente sovraccaricanti
- Educazione posturale ed ergonomica
- Ginnastica preventiva

Se sei interessato ad attivare uno dei servizi proposti e per ricevere maggiori informazioni ti invitiamo a scrivere a

Francesca Bonino - *Responsabile di Settore Biologico, Ergonomia, Stress e Medicina del Lavoro*
francesca.bonino@labanalysis.it

Curzio Marchesini - *Senior Project Manager Area Sicurezza*
curzio.marchesini@silengineering.it