

Computer portatile: meglio utilizzare un mouse esterno

Uno studio sui movimenti che accompagnano l'utilizzo del notebook dimostra che l'uso del touchpad incorporato nella tastiera ci costringe a tenere una postura più contratta.

Roma, 26 Mar - Il **computer** è ormai parte fondamentale della nostra vita e del nostro lavoro, tanto da diventare sempre più spesso una sorta di estensione del nostro corpo. Ma lo usiamo nel modo giusto? Uno studio condotto dai ricercatori del dipartimento di Medicina del lavoro dell' **Inail**, appena pubblicato sull' International Journal of Industrial Ergonomics, dimostra che per salvaguardare la nostra salute è meglio utilizzare i **pc portatili** con un mouse esterno.

Pubblicità

<#? QUI-PUBBLICITA-MIM-[DVD006] ?#>

Tecnologie sofisticate per analizzare l'attività dei muscoli

Avvalendosi delle sofisticate tecnologie del laboratorio Inail, i ricercatori hanno potuto analizzare i piccolissimi movimenti che accompagnano l'uso del notebook e l'attività dei muscoli impegnati. I risultati appena pubblicati dimostrano che limitarsi all'uso del touchpad, il piccolo rettangolo incorporato nella tastiera del notebook, ci costringe a una postura e a movimenti meno favorevoli.

I movimenti più ampi riducono lo stress biomeccanico

In particolare, la postura di spalla e braccio con il touchpad risulta essere più contratta, mentre l'uso del mouse ci consente una maggiore mobilità. Il mouse esterno, infatti, permette di eseguire movimenti più ampi, riducendo lo stress biomeccanico a cui è sottoposto il nostro corpo. Con il touchpad, viceversa, per ottenere lo stesso livello di stabilità e accuratezza garantito dal mouse, è necessario mantenere una postura più statica.

Le stesse tecniche applicate anche su altri fronti di ricerca

Soddisfatto per questo nuovo lavoro scientifico, il direttore del dipartimento di Medicina del lavoro dell'Istituto, Sergio Iavicoli, spiega che i ricercatori Inail, utilizzando le stesse tecnologie per l'analisi del movimento, hanno effettuato anche altri importanti studi, come l'analisi comparativa di diverse piste tattili per non vedenti o gli studi su postazioni di lavoro innovative, come una cassa per supermercati che riduce l'impegno fisico della cassiera.

Iavicoli: "Progettiamo postazioni di lavoro per i disabili"

"Lo sviluppo dell'attività che abbiamo messo in campo ? precisa Iavicoli ? non si esaurisce qui. Abbiamo infatti tra i nostri obiettivi quello di utilizzare le tecnologie per l'analisi del movimento, sistemi optoelettronici e minuscoli elettromiografi di superficie senza fili, per progettare postazioni di lavoro modificate per l'inserimento di lavoratori disabili. Abbiamo già avviato lo studio di soluzioni ergonomiche per lavoratori affetti da patologie neurologiche, come il morbo di Parkinson o le atassie cerebellari".

"Le soluzioni sviluppate saranno messe a disposizione sul web"

"Le soluzioni che svilupperemo, come già avviene in molti altri Paesi, saranno poi messe a disposizione su Internet ? aggiunge il direttore del dipartimento di Medicina del lavoro ? In questo modo i datori di lavoro, i tecnici e gli stessi lavoratori saranno sostenuti nel percorso di reinserimento o di primo inserimento nel mondo del lavoro".

Fonte: Inail.it



Questo articolo è pubblicato sotto una [Licenza Creative Commons](#).

I contenuti presenti sul sito PuntoSicuro non possono essere utilizzati al fine di addestrare sistemi di intelligenza artificiale.

www.puntosicuro.it