PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 25 - numero 5404 di Martedì 06 giugno 2023

DMS e buone pratiche: come ridurre i rischi ergonomici nel mondo del lavoro

Le buone pratiche premiate in relazione alla campagna europea 2020-2022 sui disturbi muscoloscheletrici. Focus sulla prevenzione dei DMS nelle lavanderie industriali e sulle soluzioni per il sollevamento carichi pesanti in metalmeccanica.

Luxembourg, 6 Giu ? Come ricordato nell'articolo " Premiate le buone pratiche per la prevenzione dei disturbi muscoloscheletrici", uno degli strumenti più importanti di ogni campagna europea in materia di salute e sicurezza è il **Premio per le buone pratiche** che è in grado di favorire l'ideazione e la diffusione di nuove e migliori **prassi, procedure e soluzioni** per migliorare la prevenzione di infortuni e malattie professionali.

In questo senso la **15a edizione del Premio per le buone pratiche** - correlata alla campagna europea 2020-2022 " Ambienti di lavoro sani e sicuri. Alleggeriamo il carico!" che ha promosso la prevenzione dei disturbi muscoloscheletrici (DMS) ? ha segnalato negli scorsi mesi 16 organizzazioni e buone prassi che è ora importante far conoscere per condividerle e diffonderle nei luoghi di lavoro.

Ne abbiamo parlato, in un precedente articolo, presentando la pubblicazione EU-OSHA, in lingua inglese, " Healthy Workplaces Good Practice Awards 2020-2022" che riporta le buone pratiche premiate/segnalate indicando anche come possano essere trasferite ad altre organizzazioni, imprese, settori e Stati membri della UE.

Dopo aver parlato, nelle scorse settimane di una buona prassi relativa alla prevenzione dei disturbi muscoloscheletrici in ospedale, ci soffermiamo oggi su due altre prassi che riguardano le **lavanderie industriali** e il **comparto metalmeccanico**.

L'articolo si sofferma sui seguenti argomenti:

- Lavanderie industriali: la valutazione dei rischi e le soluzioni
- Lavanderie industriali: i miglioramenti ergonomici e i fattori chiave
- Aziende metalmeccaniche: le soluzioni per il sollevamento di carichi

Pubblicità
<#? QUI-PUBBLICITA-SCORM1-[EL0564] ?#>

Lavanderie industriali: la valutazione dei rischi e le soluzioni

La prima buona prassi su cui ci soffermiamo è relativa a **nuovi metodi operativi e macchinari per prevenire i disturbi muscoloscheletrici nelle lavanderie**, una buona prassi promossa, adottata e presenta da un'azienda italiana - Servizi Italia Spa - che fornisce servizi di lavanderia e sterilizzazione al settore sanitario.

Nell'azienda, che impiega circa due mila lavoratori, molti dipendenti svolgono attività che comportano l'uso degli arti superiori e del tronco e queste attività sono associate a fattori di rischio ergonomico, ad esempio movimenti ripetitivi, posture scomode, uso della forza e movimentazione manuale dei carichi.

Con la buona prassi l'azienda ha inteso aumentare il benessere dei dipendenti creando postazioni di lavoro più ergonomiche e riducendo il rischio di disturbi muscoloscheletrici.

Per l'**analisi dei movimenti e delle posture** nelle varie postazioni di lavoro l'azienda ha utilizzato una tecnologia Wi-Fi indossabile. L'analisi ha riguardato le posture, le ripetizioni e la durata dei cicli di lavoro. Sono state poi organizzate riunioni con il medico del lavoro e gli RLS per condividere i risultati delle analisi computerizzate. Sono stati inoltre consultati i lavoratori sui suggerimenti di possibili soluzioni. E, in definitiva, sono state introdotte diverse modifiche che hanno coinvolto 17 siti produttivi e 60 dipendenti. Le soluzioni hanno compreso misure tecniche-organizzative e formazione.

Sono presentati, nello specifico, **tre casi**.

Il primo riguarda l'**introduzione di un banco per il carico dei sacchi per il lavaggio**.

La soluzione, che vuole ovviare ai problemi connessi al sollevamento dei sacchi della biancheria, prevede dunque l'introduzione di un banco su cui appoggiare i sacchi durante lo smistamento della biancheria. I sacchi vengono ora smistati quando vengono posizionati sul banco e non dopo essere stati svuotati.

Il secondo caso riguarda l'**aumento dell'altezza del nastro trasportatore per lo smistamento manuale**.

La soluzione ha riguardato la possibilità di alzare il nastro di 10 cm per ridurre al minimo la flessione delle spalle e della schiena, mentre sono stati introdotti anche sistemi automatici di srotolamento dei teli e sistemi di trasporto per lo spostamento dei capi di biancheria. Inoltre i carrelli di smistamento sono stati riposizionati per ridurre la distanza da percorrere.

Il terzo caso riguarda la **stiratura dei pantaloni**.

In relazione alla stiratura dei pantaloni si è collaborato con un costruttore di macchinari per trovare una soluzione tecnica per adattare la pressa per pantaloni ed eliminare la necessità di lavorare con le braccia alzate, abbassando il punto di inserimento dei pantaloni. E sono state installate fotocellule per sostituire l'azionamento manuale di un doppio comando.

Nei tre casi sono state previste anche specifiche attività di formazione e, laddove possibile, misure organizzative di rotazione dei compiti.

Lavanderie industriali: i miglioramenti ergonomici e i fattori chiave

In definitiva ? continua la buona prassi relativa ai disturbi muscoloscheletrici nelle lavanderie - è stato sviluppato una sorta di "cruscotto" per il **medico del lavoro** che riassume le valutazioni svolte e consente un migliore monitoraggio dell'idoneità fisica al lavoro, delle limitazioni e dell'assegnazione dei compiti.

Inoltre si è avuto:

- **caricamento di sacchi per il lavaggio**: limitazione dell'elevazione delle spalle a meno del 5% del tempo di ciclo e riduzione del carico di lavoro della metà. Riduzione del sovraccarico del tronco associato a piegamenti e torsioni.
- **altezza del nastro di smistamento manuale**: eliminazione dell'elevazione delle spalle, riduzione dei picchi di forza e bilanciamento del sovraccarico. Limitazione della flessione della schiena.
- **regolazione dello stirapantaloni**: eliminazione della necessità di sollevare le braccia oltre gli 80° e riduzione dal 30% al 7% dei sollevamenti che superano i 60°, nonché riduzione della flessione della colonna lombare oltre i 20°.

Sono poi riportati anche i fattori più importanti per il **successo della buona pratica**:

- utilizzo di una combinazione di adattamenti tecnici e organizzativi;
- coinvolgimento dei dipendenti nell'uso della strumentazione tecnica;
- formazione dei dipendenti su come utilizzare le soluzioni implementate e le tecniche di lavoro migliorate;
- miglioramento attraverso il sistema inerziale della valutazione del rischio, consentendo di identificare con precisione gli elementi più rischiosi delle attività.

Riguardo alla **trasferibilità**, si indica che l'approccio generale alle soluzioni è ampiamente applicabile in altri ambiti. Ad esempio, l'uso di un dispositivo inerziale indossabile per misurare il movimento e la postura potrebbe essere adottato da un'ampia gamma di aziende come strumento di valutazione e monitoraggio dei rischi.

Riprendiamo dal documento un'immagine relativa alla buona pratica:



Source: Servizi Italia

Aziende metalmeccaniche: le soluzioni per il sollevamento di carichi

Concludiamo riassumendo brevemente anche una buona pratica relativa all'**implementazione di soluzioni personalizzate per il sollevamento di carichi pesanti in un'azienda metalmeccanica**.

La buona pratica, proposta da Silkeborg Spaantagning Baltic, un'azienda metalmeccanica lettone, mira a creare un **luogo di lavoro sicuro ed ergonomico** utilizzando soluzioni pratiche per la movimentazione e il sollevamento di carichi pesanti.

Il documento, che presenta i vari problemi relativi al sollevamento manuale e allo sforzo fisico dei dipendenti, indica che le soluzioni pratiche si sono basate sulle idee, i progetti e le attività manuali dei dipendenti stessi e hanno compreso vari elementi relativi a:

- **supporti per utensili nelle postazioni di lavoro**: in questo caso sono state presentate due opzioni. I portautensili progettati non solo migliorano la postura di lavoro, ma riducono anche il rischio di incidenti.
- **supporti per motori**: sono stati creati dei supporti speciali in cui i motori da 100 kg possono essere fissati in modo sicuro e semplice rendendo possibile il loro sollevamento con la gru.
- **carrello per emulsione**: i dipendenti hanno creato un carrello per trasportare i barattoli di emulsione, eliminando così molti sollevamenti manuali extra.
- **miglioramento della postazione di lavoro del magazzino**.

Questi i **risultati** raggiunti:

- sollevamento più sicuro e comodo nelle postazioni di lavoro in cui vengono sollevati i motori e nel magazzino;
- posizioni di lavoro più comode quando si eseguono lavori che richiedono uno sforzo fisico (posizionamento degli utensili nel portautensili);
- riduzione del sollevamento manuale grazie all'introduzione del carrello per il trasporto dei barattoli di emulsione.

Vediamo, anche in questo caso, i **fattori di successo**:

- i dipendenti sono stati coinvolti nell'identificazione dei problemi del loro ambiente di lavoro e hanno utilizzato le loro conoscenze tecniche per progettare e creare soluzioni
- l'azienda ha sfruttato i periodi di bassa produzione per destinare tempo e risorse allo sviluppo e all'implementazione di soluzioni ergonomiche sul posto di lavoro
- le risorse interne sono state utilizzate in modo efficiente per implementare le soluzioni.

Si sottolinea, infine, che l'idea di coinvolgere i dipendenti nella ricerca, progettazione e sviluppo di soluzioni, soprattutto nei periodi di rallentamento del lavoro, potrebbe essere trasferita a molte aziende di diversi settori.

Rimandiamo, in conclusione, alla lettura integrale del documento EU-OSHA ricordando le 8 buone pratiche premiate (a cui si aggiungono altre 8 prassi segnalate):

- Austria - University Hospital Vienna (Universitätsklinikum AKH Wien) - Preventing musculoskeletal disorders in a large hospital through staff involvement and an age-sensitive approach
- Cyprus - Swissport Cyprus Ltd - Wearable exoskeletons to better manage manual handling at airports
- Germany - SAP SE - Promoting musculoskeletal health in the software industry through ergonomics
- Hungary - F&F Ltd. - Planning and designing technical modifications on a sweet factory production line based on ergonomic principles
- Italy - Servizi Italia Spa - New operating methods and adapted machinery for preventing musculoskeletal disorders in laundries
- Lithuania - UAB Vonin Lithuania - Preventing musculoskeletal injuries in a professional fishing equipment company
- Latvia - SIA Silkeborg Spaantagning Baltic - Implementing customised solutions to heavy lifting in a metalworking

company
- Slovenia - Zavarovalnica Triglav, d.d. - Promoting workplace safety and physical and mental health in an insurance company

Il link al sito della campagna "Ambienti di lavoro sani e sicuri. Alleggeriamo il carico!".

RTM

Scarica il documento da cui è tratto l'articolo:

Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro, " Healthy Workplaces Good Practice Awards 2020-2022", Awarded and commended examples, documento in lingua inglese correlato alla campagna europea "Ambienti di lavoro sani e sicuri. Alleggeriamo il carico!" (formato PDF, 8,83 MB).

Licenza Creative Commons

---

www.puntosicuro.it