

## **ARTICOLO DI PUNTOSICURO**

**Anno 24 - numero 5140 di Venerdì 08 aprile 2022**

# **DMS: perché è importante la mappatura del corpo e dei pericoli?**

*Un documento per la campagna europea 2020-2022 sui disturbi muscoloscheletrici si sofferma sulla mappatura del corpo e dei pericoli per favorire un'adeguata prevenzione. Le mappature e il contributo ai processi di valutazione e monitoraggio dei rischi.*

Bilbao, 8 Apr ? Più volte abbiamo ricordato come le consultazioni e la partecipazione attiva dei lavoratori siano essenziali per garantire che le valutazioni dei rischi, specialmente in relazione al rischio di disturbi muscoloscheletrici (DMS), siano adeguate e che le misure scelte per affrontarli siano efficaci. Infatti "i lavoratori sanno quali dolori avvertono e quali aspetti del loro lavoro possono scatenarli. Inoltre, poiché conoscono il loro lavoro e hanno conoscenze dettagliate sulle loro attività, possono avere proposte per trovare soluzioni pratiche ai problemi riscontrati".

In particolare "un modo per **coinvolgere attivamente gruppi di lavoratori** nell'individuazione dei pericoli e nella valutazione dei rischi nonché nelle decisioni relative alle soluzioni è attraverso i metodi interattivi della **mappatura del corpo e dei pericoli**".

Queste mappature sono metodi "particolarmente utili per fornire informazioni sui sintomi di DMS correlati ai rischi del luogo di lavoro, in quanto forniscono la base per la discussione in gruppo". E la mappatura consente ai lavoratori "di osservare se il loro problema è effettivamente correlato al lavoro".

A ricordare con queste parole l'importanza della mappatura in relazione ai disturbi muscoloscheletrici è un documento prodotto dall'Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro ( EU-OSHA) per la campagna 2020-2022 " Ambienti di lavoro sani e sicuri. Alleggeriamo il carico!".

Un documento che PuntoSicuro ha già presentato nella versione originale inglese, ma che è stato pubblicato ora anche in italiano con il titolo "**Mappatura del corpo e dei pericoli nella prevenzione dei disturbi muscoloscheletrici**".



Ambienti di lavoro  
sani e sicuri.  
**ALLEGGERIAMO  
IL CARICO!**



## Mappatura del corpo e dei pericoli nella prevenzione dei disturbi muscolo- scheletrici

### Punti essenziali

- La mappatura del corpo è una tecnica che i datori di lavoro e i rappresentanti dei lavoratori possono utilizzare per raccogliere evidenze da gruppi di lavoratori in merito agli effetti del lavoro sul loro organismo, quali i dolori muscolo-scheletrici.
- Ai lavoratori vengono forniti penne o bollini colorati per indicare i punti in cui avvertono i dolori in una sagoma del corpo umano. I risultati collettivi di questo tipo di mappatura possono:
  - individuare gruppi di problemi che possono richiedere ulteriori indagini;
  - essere utilizzati per incoraggiare i lavoratori a discutere delle soluzioni ai problemi da loro segnalati.
- La mappatura dei pericoli è un metodo analogo per la raccolta di informazioni collettive. Ai lavoratori vengono forniti penne o bollini colorati per indicare i punti in cui si riscontrano pericoli nella mappa di un luogo di lavoro.
- I risultati della mappatura possono essere usati nell'ambito delle valutazioni e delle analisi dei rischi, tuttavia non sostituiscono le valutazioni formali.

Tutte le schede informative e altro materiale della campagna possono essere scaricati dal sito web della campagna «Ambienti di lavoro sani e sicuri» dell'EU-OSHA (<http://healthy-workplaces.eu/it>).

### Ambienti di lavoro sani e sicuri. Alleggeriamo il carico!

L'Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro (EU-OSHA) sta conducendo una campagna a livello europeo dal 2020 al 2022 per sensibilizzare in merito ai disturbi muscolo-scheletrici (DMS) lavoro-correlati e all'importanza della loro prevenzione. L'obiettivo è di incoraggiare i datori di lavoro, i lavoratori e le altre parti interessate a collaborare per prevenire i DMS e promuovere una buona salute muscolo-scheletrica tra i lavoratori dell'Unione europea (UE).

© Pexels / Contrasto

L'articolo si sofferma sui seguenti argomenti:

- La mappatura del corpo e la raccolta dei sintomi
- Come raccogliere informazioni sui pericoli nel luogo di lavoro
- Le mappe e il contributo ai processi di valutazione

Pubblicità

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

# La mappatura del corpo e la raccolta dei sintomi

Il documento si sofferma, dunque, su **due tipi di mappature**:

- **mappatura del corpo**: "uno strumento per fare in modo che l'insieme dei lavoratori discuta del modo in cui il loro lavoro influisce sulla salute. È stato ampiamente usato per individuare i problemi muscoloscheletrici e i pericoli ergonomici, ma è ugualmente efficace nel documentare altri problemi di salute come lo stress";
- **mappatura dei pericoli**: "una tecnica che contribuisce a individuare e assegnare priorità ai pericoli nel luogo di lavoro quali lo stress o i pericoli chimici, fisici, legati alla progettazione dell'ambiente di lavoro o biologici".

Riguardo alla **mappatura del corpo** si indica che i pericoli per la sicurezza nell'ambiente di lavoro "vengono individuati facilmente durante un'ispezione sul luogo di lavoro; tuttavia, è molto più difficile scoprire il modo in cui il lavoro potrebbe danneggiare l'organismo dei lavoratori". E la mappatura del corpo è un modo "per affrontare la questione e individuare modelli comuni dei problemi di salute tra i lavoratori in un determinato luogo di lavoro o che svolgono la stessa mansione".

Nell'ambito di un esercizio di gruppo i lavoratori "usano penne o bollini colorati per indicare i punti in cui avvertono dolori durante l'attività lavorativa tramite dei pallini apposti su schemi della parte anteriore e posteriore della mappa del corpo". E il risultato è una mappa "che mostra le tendenze nei sintomi dei lavoratori": "maggiore è il numero di lavoratori che segnalano gli stessi sintomi" (dunque più pallini presenti in uno stesso punto della mappa del corpo), più è probabile "che si tratti di un aspetto correlato al lavoro, anziché di un problema individuale isolato".

## Come raccogliere informazioni sui pericoli nel luogo di lavoro

La **mappatura dei pericoli** è un'analoga attività collettiva "utilizzata per raccogliere informazioni sui pericoli sul luogo di lavoro".

In questo caso i lavoratori utilizzano penne o bollini colorati per contrassegnare i pericoli in un disegno che rappresenta il loro luogo di lavoro.

Si possono usare i **colori** per individuare diversi pericoli.

Ad esempio:

- "rosso per i pericoli correlati alla progettazione del luogo di lavoro (ad esempio ergonomia);
- blu per pericoli fisici (ad esempio rumore, calore);
- nero per pericoli psicosociali (ad esempio stress, lavoro in turnazione);
- verde per pericoli chimici;
- marrone per pericoli biologici".

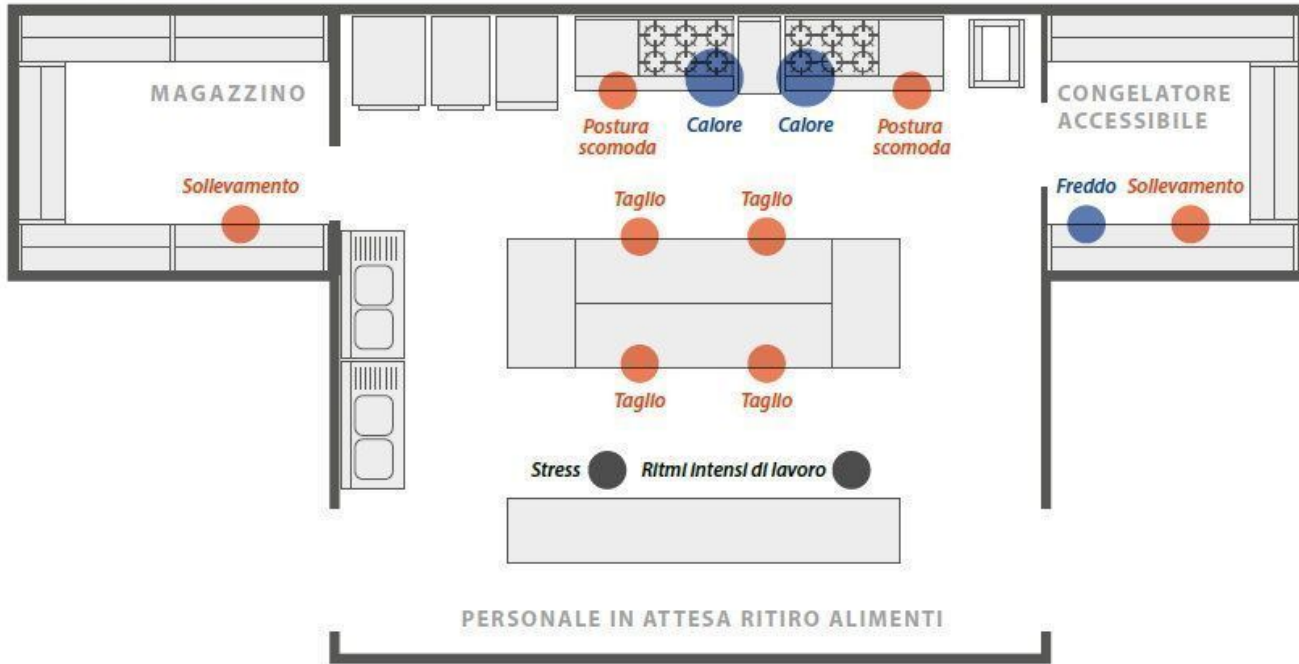
Un'altra possibilità è quella di concentrarsi maggiormente sui disturbi muscoloscheletrici:

- "arancione per i pericoli della movimentazione manuale;
- giallo per lavoro ripetitivo;
- rosa per postura (ad esempio posture scomode, posture statiche);
- viola per movimenti che comportano sforzi;

- rosso per pericoli legati alle mansioni e alla progettazione di attrezzature (ad esempio scarsa ergonomia);
- nero per l'organizzazione del lavoro e lo stress (ad esempio ritmo/intensità, pause, carico di lavoro/richieste, controllo sul modo in cui viene svolto il lavoro)".

Riportiamo dal documento un esempio di mappatura:

### Esempio di una mappa di pericolosità



Una volta compilata la mappa si chiede ai lavoratori "quali osservazioni possono fare al riguardo".

Queste alcune possibili domande:

- "Vi sono modelli o pericoli comuni?
- Qualcosa vi sorprende in ciò che osservate?
- Perché si verificano questi diversi pericoli?
- Quali sono i pericoli più importanti o gravi?".

Si può concludere la sessione chiedendo al gruppo quali soluzioni potrebbero essere proposte.

Ad esempio: a seconda dei pericoli più gravi, quali misure si possono intraprendere a breve e a lungo termine?

## Le mappe e il contributo ai processi di valutazione

Il documento Eu-OSHA segnala che i risultati della mappatura possono essere oggetto di discussione non solo tra i lavoratori e "se i risultati sono utilizzati come **contributo alla valutazione del rischio**, è possibile ripetere tale mappatura dopo l'introduzione di misure di prevenzione per determinarne l'efficacia".

Tuttavia si sottolinea che "anche se le tecniche di mappatura possono essere utilizzate come contributo alle valutazioni dei rischi, esse non sostituiscono una valutazione formale".

È poi importante che "i risultati delle attività siano messi in pratica e che i lavoratori ricevano un **feedback** in modo da sapere che i loro pareri e la loro partecipazione sono apprezzati e sono stati presi in considerazione".

Inoltre è possibile confrontare i risultati dei lavoratori che lavorano nella stessa area o che svolgono i medesimi compiti e, utilizzando gruppi solo di donne o solo di uomini, è possibile ottenere una anche una "prospettiva di genere" in relazione ai pericoli.

Si ricorda, infine, che il coinvolgimento dei lavoratori nella definizione delle azioni prioritarie e nella loro pianificazione contribuisce allo sviluppo e all'efficacia dei piani e delle strategie di prevenzione.

In conclusione rimandiamo alla lettura integrale del documento EU-OSHA che riporta ulteriori informazioni su:

- svolgimento di una sessione di mappatura del corpo
- conduzione di una sessione di mappatura dei pericoli
- uso di tecniche di mappatura nell'istruzione e nella formazione
- esempi di esercizi di mappatura
- benefici e punti deboli delle tecniche di mappatura.

[Il link al sito della campagna "Ambienti di lavoro sani e sicuri. Alleggeriamo il carico!"](#).

Ulteriori informazioni (OSH Wiki) sulla [mappatura dei pericoli](#) e sulla [mappatura del corpo](#).

Tiziano Menduto

*Scarica il documento da cui è tratto l'articolo:*

[Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro. "Mappatura del corpo e dei pericoli nella prevenzione dei disturbi](#)

muscoloscheletrici", documento correlato alla campagna europea "Ambienti di lavoro sani e sicuri. Alleggeriamo il carico!".



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](http://www.puntosicuro.it)**