PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 16 - numero 3296 di venerdì 11 aprile 2014

Donne e lavoro: stress, videoterminali, movimentazioni e cadute

Una pubblicazione affronta le problematiche per le donne lavoratrici correlate all'esposizione a diversi rischi lavorativi. Focus su stress lavoro-correlato, uso del videoterminale, patologie muscolo-scheletriche, cadute e vibrazioni.

Roma, 11 Apr ? Sono diversi i rischi lavorativi che necessitano una riflessione attenta sulle **differenze di genere** per mettere in atto misure efficaci di tutela della salute e sicurezza delle donne lavoratrici. Su questo tema recentemente l'Inail ha prodotto diverse pubblicazioni in cui la sicurezza e salute nei luoghi di lavoro sono analizzate in **ottica di genere** sia sul piano della prevenzione che della ricerca.

Una di queste pubblicazioni, dal titolo " La sicurezza sul lavoro viaggia con le donne", è stata realizzata dall'Inail con le Ferrovie dello Stato italiane e affronta i principali rischi presenti negli ambiti di vita e di lavoro, i loro più significativi effetti e, specialmente, le problematiche specifiche per le lavoratrici.
Pubblicità
<#? QUI-PUBBLICITA-MIM-[DVD006] ?#>

Ci soffermiamo oggi in particolare sul rischio stress lavoro-correlato, sui disturbi correlati all'uso del videoterminale, sulle patologie muscolo-scheletriche e sul rischio delle cadute.

Stress lavoro-correlato
Riguardo allo stress lavoro-correlato la pubblicazione ricorda che lo stress nel mondo del lavoro insieme ad altri rischi psicosociali, quali il burnout, è un problema frequente e molto diffuso.

Dopo aver presentato genericamente fattori di rischio e misure di prevenzione, vengono segnalati in particolare i fattori che per le donne possono assumere maggior peso: "la carenza di soluzioni organizzative atte a garantire un giusto bilanciamento fra i tempi di vita e di lavoro, una scarsa flessibilità nei ritmi ed orari di lavoro e generali forme di impedimenti allo sviluppo della carriera; a ciò si aggiungono una maggiore esposizione a molestie sessuali, a comportamenti irrispettosi, a forme di discriminazione operate fra colleghi o da superiori".

Disturbi da attività al videoterminale
Si sottolinea che, come indicato nel Titolo VII del D.Lgs. 81/08, "ai fini della specifica tutela, s'intende per lavoratore al videoterminale (VDT) chi utilizza un'attrezzatura munita di videoterminale (postazione al computer, tutte le attrezzature connesse e ambiente circostante), in modo sistematico o abituale, per almeno 20 ore settimanali, al netto delle interruzioni previste dalla legge (15 minuti ogni 2 ore di applicazione continuativa al VDT)".

Dopo aver presentato, anche in questo caso, fattori di rischio e prevenzione (in relazione a piano di lavoro, sedia, schermo, ...), la pubblicazione segnala che l'attività al videoterminale è "normalmente **compatibile con lo stato di gravidanza**".
Non vi sono cioè rischi per il bambino: "in passato vi erano state preoccupazioni in relazione ad una possibile esposizione a radiazioni ionizzanti (quali i raggi X), ma numerosi studi hanno escluso la possibilità che vi sia un'emissione di tali radiazioni dai videoterminali, per cui non sussiste un rischio di danno al nascituro".
Tuttavia in questo periodo particolare della donna "l' attività al videoterminale potrebbe comportare problemi di tipo posturale collegati ai cambiamenti cui va incontro il suo corpo (aumento del volume dell'utero gravidico e spostamento del baricentro verso avanti) che, insieme alla posizione fissa seduta mantenuta per lunghi periodi di tempo, possono portare alla comparsa di problemi muscoloscheletrici, tra cui principalmente la lombalgia (mal di schiena)".

Dunque nel periodo di gravidanza "è consigliabile **effettuare pause più frequenti**, durante le quali è bene sgranchire i muscoli possibilmente camminando, e ridurre il tempo di lavoro al videoterminale".

Patologie muscolo-scheletriche
Abbiamo visto più volte, anche attraverso gli articoli di PuntoSicuro, che nel mondo del lavoro bisogna prestare particolare attenzione alla salute della colonna vertebrale e dei muscoli e che i principali rischi lavorativi a carico dell'apparato muscolo-scheletrico sono correlati alla **movimentazione manuale dei carichi**, ai **movimenti ripetuti** e alle **posture fisse**.

Se la capacità di sollevamento e trasporto varia in funzione delle capacità fisiche individuali, varia anche, in ottica di genere, tra donne e uomini: "**la differenza tra la capacità di sollevamento di una donna sana è mediamente pari a due terzi rispetto a quella di un uomo**". In questo senso "le norme tecniche della serie ISO 11228 (parti 1-2-3), relative alle attività di movimentazione manuale (sollevamento, trasporto, traino, spinta, movimentazione di carichi leggeri ad alta frequenza), prevedono un limite del peso da movimentare per la popolazione lavorativa adulta pari a 25 Kg che protegge il 95% dei maschi ma solo il 70% delle femmine. La norma UNI EN 1005-2 (rivolta ai progettisti di macchine) suggerisce il valore di 15 Kg che protegge il 90% delle donne".

In merito poi ai movimenti ripetuti "l'incidenza complessiva delle patologie degli arti superiori è maggiore nelle donne (54,1% contro 45,9%), con particolare riferimento alla sindrome del tunnel carpale (65,5% contro 34,5%) ed alle patologie del polso".

Scivoloni, cadute e vibrazioni
Chiudiamo questa breve presentazione parlando di cadute con riferimento in particolare a pavimenti, scale e protezioni nel lavoro in altezza. Ricordando che le " cadute in piano o dall'alto sono gli infortuni più frequenti e più gravi, non solo nei cantieri e nelle fabbriche, ma anche negli ospedali, negli uffici, nei supermercati ecc".

Guardando al rischio in ottica di genere è bene segnalare che nella donna in gravidanza "le cadute e l'esposizione a colpi, ad esempio forti urti improvvisi contro il corpo o sobbalzi, possono accrescere il rischio di un aborto spontaneo. Pertanto, situazioni lavorative che comportino l'esposizione a tali rischi, vanno valutate con attenzione; analoga vigilanza va riservata a lavorazioni che espongono a vibrazioni o movimenti".

Infine si sottolinea come la colonna vertebrale sia "la struttura che, con maggiore frequenza, risente dei danni delle **vibrazioni**. La zona lombare del rachide risulta la più frequentemente colpita, seguita dalla regione dorsale e da quella cervicale".
E in particolare "nelle donne in gravidanza tali disturbi sono più frequenti a causa delle modificazioni fisiologiche, tra cui l'incremento della lordosi lombare, che si verificano durante la gestazione. Dagli studi di letteratura si evidenzia che durante la gravidanza l'esposizione a vibrazioni può accrescere il rischio di parto prematuro o di nascita di neonato sotto peso".

Inail, Ferrovie dello Stato, " La sicurezza sul lavoro viaggia con le donne" , edizione ottobre 2013 (Formato PDF, 3.43 MB).

RTM

Questo articolo è pubblicato sotto una Licenza Creative Commons.