

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 14 - numero 2946 di martedì 09 ottobre 2012

Fattori di rischio, formazione e prevenzione negli uffici

Informazioni su come prevenire i rischi nelle attività che si svolgono negli uffici. I fattori di rischio, le procedure e disposizioni per ridurli. Postazioni di lavoro, sostituzione dei toner e sorveglianza sanitaria per i videoterminalisti.

Varese, 9 Ott ? Quando si pensa all'**ufficio** come ambiente di lavoro viene spontaneo pensare ai rischi correlati all'uso dei videoterminali, dei numerosi computer che affollano ogni scrivania, ai problemi ergonomici legati alla postazione di lavoro, ai problemi di posture fisse prolungate nel tempo. Tuttavia i rischi del lavoro in ufficio non si fermano a questi aspetti.

In questi anni PuntoSicuro ha mostrato, attraverso articoli e attraverso la presentazione di documenti e linee guida, che i pericoli possono essere legati anche ai pavimenti scivolosi, ai cassette aperti, ai grovigli di cavi che possono portare a cadute in piano, alle cadute dalle scale, ai problemi elettrici, allo stress, alle polveri dei toner, alla movimentazione manuale o anche semplicemente a un condizionatore d'aria che funziona male.

Pubblicità

<#? QUI-PUBBLICITA-MIM-[DVD071] ?#>

Per tornare a parlare dei rischi negli uffici e sensibilizzare i lavoratori sui pericoli di questo ambiente lavorativo, apparentemente così innocuo, riprendiamo la presentazione delle **schede tecniche** presenti sul sito dell' Organismo Paritetico Provinciale (OPP) della Provincia di Varese.

Una scheda, dal titolo "**Rischi in ufficio**", è dedicata espressamente al "disbrigo di pratiche di ufficio", con riferimento ad attività di contabilità generale, di compilazione di documenti necessari per lo svolgimento di attività settoriali, di marketing e ad altre attività connesse a questo ambiente attraverso l'utilizzo di personal computer e di altre tecnologie informatiche.

Questo un breve elenco, non esaustivo, di **attività che si svolgono in ufficio**:

- "immissione ed elaborazione dati;
- utilizzo del videoterminale e dei relativi accessori;
- rapporti con i clienti e i fornitori;
- attività generiche di segreteria;
- archiviazione di documenti".

E se queste attività lavorative si svolgono prevalentemente negli uffici interni all'azienda, "talvolta può essere necessario effettuare attività fuori sede, presso altre ditte, banche, uffici pubblici, ecc".

Riguardo agli **spazi di lavoro** e alla postazione, così importante per evitare affaticamenti e disturbi muscolo-scheletrici o problemi agli occhi, la scheda riporta un disegno che rappresenta una **postazione corretta dal punto di vista ergonomico**.

Dal disegno - che vi invitiamo a visionare - è possibile rilevare diversi suggerimenti per le postazioni. Ad esempio che:

- la sedia deve avere uno schienale o un supporto lombare adeguato e deve essere ampiamente regolabile;
- la distanza tra gli occhi e lo schermo regolabile del PC deve essere dai 50 ai 70 cm;
- l'angolo suggerito delle gambe al ginocchio è di 90° e potrebbe essere utile un poggiapiedi.

Per suggerimenti più dettagliati sulla postazione di lavoro in relazione a scrivania, sedia, schermo del videoterminale e altri strumenti di lavoro, vi rimandiamo a precedenti articoli di PuntoSicuro sul tema.

Veniamo a una breve classificazione dei **principali fattori di rischio in ufficio**:

- "inalazione polveri di toner;
- stress psicofisico (dovuto alla routine);
- affaticamento visivo;
- disturbi muscolo-scheletrici per posture scorrette;
- scivolamenti o cadute;
- elettrocuzione
- radiazioni non ionizzanti".

Questa è invece una breve rassegna di **interventi/disposizioni/procedure per ridurre i rischi**:

- "utilizzare schermi protettivi durante l'uso dei videotermini per evitare l'affaticamento visivo;
- adottare una posizione di lavoro comoda ed ergonomica;
- non assumere posizioni scomode per lunghi periodi, ma nel caso fosse necessario, interrompere spesso il lavoro per poter rilassare la muscolatura;
- durante lo svolgimento del lavoro, praticare semplici esercizi di rilassamento, stiramento e rinforzo della muscolatura;
- verificare periodicamente l'integrità dei cavi delle apparecchiature elettriche utilizzate;
- predisporre tutti gli interventi tecnici, organizzativi e procedurali concretamente attuabili al fine di ridurre al minimo gli eventuali rischi derivanti dall'esposizione al rumore" (Art. 192 del Decreto legislativo 81/2008);
- "verificare l'uso costante dei D.P.I. da parte di tutto il personale operante" (Art. 77 del D.lgs. n. 81/2008).

La scheda sottolinea poi che "la **carenza di formazione** del personale, incide significativamente sulle probabilità di accadimento dei rischi".

Ad esempio il personale deve frequentare corsi di formazione, in merito a:

- "sicurezza e salute nei luoghi di lavoro;
- videotermini ed ergonomia del posto di lavoro;
- movimentazione manuale dei carichi".

In relazione ai rischi evidenziati dalla scheda potrebbe essere necessario utilizzare, come dispositivo di protezione personale, una **mascherina** per la protezione di polveri a media tossicità.

La mascherina (UNI EN 149, Apparecchi di protezione delle vie respiratorie) ha la funzione di evitare l'inalazione di polvere in caso di sostituzione del toner della stampante.

Inoltre "si consiglia l'utilizzo di lenti oftalmiche durante l'uso prolungato di videotermini".

Infine qualche cenno relativo alla **sorveglianza sanitaria**.

La sorveglianza sanitaria risulta infatti essere obbligatoria per tutti i lavoratori videoterministi, cioè i lavoratori che utilizzano il personal computer per più di 20 ore alla settimana.

Questi lavoratori "devono sottoporsi ai controlli così come stabilito dall'art. 20 lett. I) del D.Lgs.

81/08 e dal protocollo sanitario stabilito dal medico competente aziendale. Non risulta invece obbligatoria la sorveglianza sanitaria nel caso in cui i lavoratori utilizzino il videoterminale per un tempo inferiore a quanto sopra indicato".

Enti bilaterali della provincia di Varese, Organismo Paritetico Provinciale, "Rischi in ufficio", scheda tecnica (formato PDF, 190 kB).

RTM



Questo articolo è pubblicato sotto una Licenza Creative Commons.

www.puntosicuro.it