PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 24 - numero 5197 di Lunedì 04 luglio 2022

I movimenti ripetitivi e la movimentazione delle merci sugli scaffali

Un documento si sofferma sulla movimentazione manuale dei carichi e sui movimenti ripetitivi. Le norme per il corretto posizionamento dei materiali su scaffali e la valutazione dei rischi e le misure di prevenzione per i movimenti ripetitivi.

Roma, 4 Lug ? L'articolo 20 del Decreto legislativo 81/2008 (TU) stabilisce che ogni lavoratore debba prendersi cura della propria salute e sicurezza e di quella delle altre persone presenti sul luogo di lavoro, su cui ricadono gli effetti delle sue azioni o omissioni, conformemente alla sua formazione, alle istruzioni e ai mezzi forniti dal datore di lavoro. Inoltre i lavoratori devono contribuire all'adempimento degli obblighi previsti a tutela della salute e sicurezza sui luoghi di lavoro e osservare le disposizioni e le istruzioni impartite dal datore di lavoro, dai dirigenti e dai preposti, ai fini della protezione collettiva ed individuale.

Partendo da questi obblighi e in considerazione del fatto che "coloro che abitualmente sono impegnati nel manipolare e **movimentare manualmente dei carichi**, risultano più esposti alle conseguenze, in particolare a malattie professionali", rispetto ad altri che "magari lo fanno solo occasionalmente e possono subire infortuni, più o meno lievi", comunque dannosi, è importante che i lavoratori ricevano su questi temi un'adeguata informazione/ formazione/ addestramento e che agiscano nel rispetto delle **procedure di sicurezza** previste "per un efficace azione di prevenzione a beneficio della propria salute e sicurezza".

A ricordare l'importanza di seguire le buone prassi nelle attività di movimentazione manuale dei carichi e nelle attività con movimenti ripetitivi è un **quaderno informativo**, elaborato dall'Ufficio Speciale Prevenzione e Protezione dell' Università degli Studi di Roma "La Sapienza", dal titolo " La movimentazione dei carichi e i movimenti ripetitivi". Il documento è destinato a coloro che operano nei settori della logistica e della movimentazione merci e, più in generale, ai lavoratori impegnati nelle attività di movimentazione manuale, compresi coloro che eseguono movimenti o cicli di movimenti ripetitivi ad alta frequenza.

Dopo aver già presentato nelle scorse settimane i fattori di rischio e le principali regole per la sicurezza nella movimentazione dei carichi, ci soffermiamo oggi sui seguenti argomenti:

- I movimenti ripetitivi, i potenziali rischi per la salute e le mansioni
- I movimenti ripetitivi, la valutazione dei rischi e la prevenzione
- Le norme per il corretto posizionamento dei materiali su scaffali

Pubblicità
<#? QUI-PUBBLICITA-MIM-[ACAG01.U] ?#>

I movimenti ripetitivi, i potenziali rischi per la salute e le mansioni

Il quaderno informativo indica che i **movimenti ripetitivi** sono quelli che richiedono una "sistematica ripetizione, spesso ad alta frequenza, di movimenti o cicli di movimenti identici con sforzi muscolari degli arti superiori, anche senza movimentazione di carichi o con movimentazione di carichi di peso singolarmente irrisorio". E si sottolinea che i risultati della sorveglianza sanitaria hanno richiamato l'attenzione della Medicina del Lavoro proprio "sulla pericolosità per il sistema muscoloscheletrico, dei movimenti ripetitivi".

In particolare i potenziali rischi per la salute "sono riconducibili a patologie da sovraccarico biomeccanico della spalla, del gomito e del sistema polso-mano", dovute a "microtraumi e posture incongrue degli arti superiori, a seguito di attività eseguite con ritmi continui e ripetitivi, in un lasso temporale di circa la metà del turno di lavoro".

Dal documento riprendiamo una interessante tabella che riepiloga alcune delle **mansioni lavorative** per le quali è stata accertata una maggiore frequenza di sintomatologie/patologie agli arti superiori:

Mansioni con sintomatologie correlabili ai movimenti ripetitivi e patologie connesse

Nel prospetto che segue sono riepilogate alcune delle mansioni lavorative per le quali è stata accertata una maggiore frequenza di sintomatologie/patologie agli arti superiori.

Mansione lavorativa	Sintomatologia Patologia	Mansione lavorativa	Sintomatologia Patologia
• Assemblaggio in catena	• Tendinite spalla polso • Tunnel carpale • Stretto toracico	• Costruzioni • Movimentazione materiali • Magazzinaggio	• Stretto toracico • Tendinite spalla
• Dattilografia • Data entry • Lavoro alla cassa	• Tunnel carpale • Stretto toracico	• Confezionamento e impacchettatura	• Tensione cervicale • Tunnel carpale • Sindrome De Quervain
• Levigatura • Molatura	• Tenosinovite • Stretto toracico • Tunnel carpale • Sindrome De Quervain	• Guida camion	• Stretto toracico
• Assemblaggio sopra la testa (imbianchini, meccanici auto)	• Tendinite spalla • Sindrome De Quervain	• Preparazione cibi	• Sindrome De Quervain • Tunnel carpale
• Taglio-cucito	• Tunnel carpale • Stretto toracico • Sindrome De Quervain	• Carpenteria	• Sindrome De Quervain • Tunnel carpale
• Micro - assemblaggio	• Tensione cervicale • Stretto toracico • Epicondilite • Tendinite polso	• Macellazione	• Sindrome De Quervain • Tunnel carpale
• Uso strumenti musicali	• Tendinite polso • Tunnel carpale • Epicondilite	• Distribuzione postale	• Sindromi della spalla
• Lavori al banco (taglio vetri, ecc.)	• Intrappolamento nervo ulnare	• Sala operatoria	• Sindrome De Quervain • Tunnel carpale

Fonte: SPRESAL-ASL RM-H (Dott. S. Battistini - Prof. A Messineo)

I movimenti ripetitivi, la valutazione dei rischi e la prevenzione

Il documento segnala che per il controllo dell'esposizione al rischio derivante dalla movimentazione di carichi leggeri ad alta frequenza non è presente una regolamentazione specifica. In ogni caso il rischio connesso ai movimenti ripetitivi (a cui si fa comunque riferimento nella parte conclusiva dell'allegato XXXIII del TU) "deve essere accertato e valutato, nel rispetto generale del disposto dell'art. 28, comma 1 del D.Lgs. n. 81/2008.

Si indica poi che un metodo che può essere di aiuto e supporto per valutare e gestire condizioni di movimentazione manuale di carichi leggeri ad alta frequenza è quello proposto dalla **Norma ISO 11228-3**. La norma "utilizza preferenzialmente il metodo OCRA (*Occupational Ripetitive Action*), laddove si movimentano carichi leggeri (1-3 Kg), ad alta frequenza (>10 Volte al Minuto), per valutare condizioni di sovraccarico biomeccanico di tratti diversi dal rachide lombare (Es. spalla, gomito), in tutte le attività di sollevamento dei carichi".

Il documento indica alcuni esempi di **azioni di prevenzione e protezione** del rischio specifico, conseguente ai movimenti ripetitivi:

- "La sorveglianza sanitaria che, nel caso di rilevata sintomatologia a carico degli arti superiori, deve essere attivata in modo mirato.
- La rivalutazione circostanziata delle turnazioni e dei tempi delle lavorazioni che richiedono cicli e ritmi ripetitivi e continuativi.
- La meccanizzazione e l'automazione dei processi che risultano più gravosi.
- L'informazione e la formazione dei lavoratori".

Le norme per il corretto posizionamento dei materiali su scaffali

Il documento universitario, che si sofferma ampiamente sui temi della movimentazione manuale dei carichi con particolare riferimento, come già indicato, alle attività nei settori della logistica e della movimentazione merci, riporta anche alcune **norme per il corretto posizionamento dei materiali su scaffali**.

Si ricorda, infatti, che "l'immagazzinamento con maneggio dei materiali può essere causa di infortunio" ed è quindi necessario "procedere con particolare attenzione, eseguendo operazioni corrette per prevenire incidenti alle persone e danni ai materiali".

Queste alcune "**regole e comportamenti** da seguire:

- Disporre il materiale in modo da evitare intralcio al passaggio ed eventuali sporgenze pericolose; non immagazzinare imballi sul pavimento sottostante le scaffalature.
- Non caricare i piani delle scaffalature oltre misura. Rispettare l'indicazione del carico massimo e posizionare i materiali più leggeri nelle zone più alte, accertandosi prima, che gli scaffali abbiano una buona base di appoggio e siano ben ancorati alla parete.
- Non arrampicarsi per accedere ai piani più alti degli scaffali ma utilizzare le apposite scale o mezzi.
- Sistemare sempre con ordine i materiali e non depositarli in prossimità di macchine operatrici, apparecchiature elettriche, presidi antincendio e di primo soccorso, vie di esodo e uscite di sicurezza ed evitare l'accumulo di materiali da imballo, stracci o rifiuti vari".

Rimandiamo alla lettura integrale del documento, ricco anche di immagini esplicative, e concludiamo segnalando che il documento si sofferma anche sulla normativa, la valutazione del rischio e le buone prassi nella movimentazione dei carichi.

RTM

Scarica il documento da cui è tratto l'articolo:

Università degli Studi di Roma "La Sapienza", Portale del Sistema di Gestione per la Salute e Sicurezza sul Lavoro Protezione, "La movimentazione dei carichi e i movimenti ripetitivi", quaderno informativo n. 13 elaborato dall'Ufficio Speciale Prevenzione e Protezione, Collana "Cultura della sicurezza", edizione 2014.

 Licenza Creative Commons

---

www.puntosicuro.it