PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 14 - numero 2790 di mercoledì 08 febbraio 2012

L'uso dei PC portatili e i disturbi all'apparato muscolo-scheletrico

Uno studio propone i risultati di un'analisi della letteratura scientifica sull'impatto che l'uso del videoterminale può avere nello sviluppo di epicondilite con particolare riferimento all'uso di dispositivi portatili.

Roma, 8 Feb ? In relazione alla grande diffusione di sistemi informatici e di **videoterminali** nel mondo del lavoro, PuntoSicuro ha presentato in questi anni diversi documenti, manuali e guide sui rischi e sulle buone pratiche per evitare o ridurre nei lavoratori alcune sintomatologie collegate all'uso di questi strumenti tecnologici. Ad esempio per ridurre l'insorgenza di disturbi visivi (con particolare riferimento all'astenopia, all' eccessivo affaticamento dell'apparato visivo) o dei disturbi all'apparato locomotore.

Torniamo a parlare di computer attraverso una comunicazione - presentata al 73° Congresso Nazionale SIMLII e pubblicata sul numero di ottobre/dicembre 2010 del Giornale Italiano di Medicina del Lavoro ed Ergonomia - che affronta alcune tematiche correlate ai recenti sviluppi tecnologici relativi alla diffusione di **sistemi informatici orientati alla portabilità ed alla miniaturizzazione**.

In "**Utilizzo di videoterminale ed epicondilite: approccio basato sull'evidenza**"- a cura di M.R. Gigante, I. Martinotti, G. Iadanza, P.E. Cirla (Divisione Medica CIMAL, Centro Italiano Medicina Ambiente Lavoro - Gruppo CIMAL) ? si sottolinea che in un mondo lavorativo orientato sempre più alla portabilità e miniaturizzazione dei sistemi informatici "gli standard ergonomici tradizionali non sempre appaiono sufficienti a garantire il mantenimento del benessere del lavoratore".
In particolare l'attenzione si sofferma, suggerita da alcuni casi di riscontro pratico, sulla "possibile insorgenza di sofferenza a carico degli arti superiori con conseguente diagnosi specialistica di epicondilite" in lavoratori che impiegavano videoterminali portatili come strumento elettivo.

Pubblicità
<#? QUI-PUBBLICITA-MIM-[DVD006] ?#>

Gli autori ricordano che con il termine "**epicondilite**", ci si riferisce ad una "serie di sindromi accomunate dall'insorgenza di sintomatologia dolorosa nella regione epi- ed apofisaria del condilo omerale al gomito". È comune, specie nel mondo anglosassone, "la dizione di 'gomito del tennista' quando vi è coinvolgimento del condilo radiale (epicondilite laterale), evenienza più frequente, e di 'gomito del golfista' per quello ulnare (epicondilite mediale).
In particolare è possibile distinguere **tre diverse situazioni**:
- "alterazioni dell'inserzione muscolare dei tendini estensori delle dita al gomito per microtraumatismi o traumatismi diretti;
- neurite compressiva od irritativa a livello del gomito;
- miscellanea (affezioni reumatiche, affezioni cervicali, periartrite scapolo-omerale, tendosinovialite stenosante, fibromiosite, artrosi dell'articolazione del gomito)".

E nell'ambito dei disturbi connessi all'uso di videoterminale a carico dell'apparato muscolo-scheletrico "occorre individuare quelli a carico degli arti superiori e, tra questi, quelli legati ad un sovraccarico piuttosto che conseguenti a fenomeni compressivi".

Nella comunicazione viene presentata in particolare una **ricerca.**

La ricerca aveva lo scopo di inquadrare, con un'analisi sistematica della letteratura scientifica, la problematica dell'impatto che l'uso del videoterminale può avere nello sviluppo di epicondilite, avvalendosi di un approccio mutuato dall'Evidence Based Medicine (EBM).
Lo studio è stato condotto rispettando infatti il paradigma dell'EBM articolato nei seguenti punti:
-**formulazione del problema**: il quesito oggetto di studio "valuta quanto l'utilizzo di videoterminale è di rilievo nell'alterazione della fisiologia degli arti superiori con particolare riferimento alla manifestazione di epicondilite";
-**ricerca nelle banche dati** disponibili delle migliori evidenze che consentano di rispondere al quesito formulato;
-**analisi critica delle informazioni** trovate e determinazione della loro validità e utilità;
-**applicazione delle soluzioni al problema**: la soluzione al problema "è stata formulata integrando le conoscenze disponibili con le prove esterne derivanti dalla ricerca delle informazioni".

Veniamo ai **risultati**.

Secondo gli autori "**non emergono evidenze che nell'utilizzo di videoterminali (anche con dispositivi portatili) ci si possa trovare in una delle situazioni di sovraccarico correlabili allo sviluppo di affezioni a carico del gomito** (movimenti ripetitivi di presa, di prono-supinazione o di flesso-estensione). Possibile, qualora venga utilizzato un videoterminale portatile in assenza di una tastiera ed un dispositivo di puntamento indipendenti, è invece l'assunzione di un appoggio sulla parte inferiore del gomito a generare **compressione**; tale postura tuttavia non risulta assumere i caratteri dell'abitualità e della continuità".

Tra l'altro "gli studi sperimentali in merito all'insorgenza di **sofferenze del nervo ulnare** a livello del gomito sono abbastanza limitati, oltre che non particolarmente agevoli da realizzarsi" e studi epidemiologici disponibili "non mostrano alcuna evidenza di correlazione tra epicondilite ed utilizzo di videoterminale tradizionale".
Non sono invece disponibili dati "relativamente all'uso esclusivo o prevalente di personal computer portatili".
Nel complesso ? continua la comunicazione ? "gli studi disponibili relativi alla comparsa di alterazioni alla fisiologia del gomito in utilizzatore di videoterminale appaiono indicare una possibile azione infiammatoria acuta, che si estrinseca più facilmente in soggetti ipersuscettibili".

Tenendo conto che sono numerosi i **fattori biologici** che possono influenzare la comparsa di epicondilite nell'uomo ("es. variabilità anatomica, sesso, età, esercizio fisico, benessere psicologico"), non ci sono evidenze disponibili circa "la possibilità di fenomeni di sovraccarico potenzialmente causa di epicondilite connessi all'utilizzo di videoterminale, anche se portatile".
E le eventuali compressioni connesse all'utilizzo di videoterminale portatile capaci di indurre epicondilite "costituiscono un'ipotesi non ancora attualmente dimostrata con sufficiente solidità".
Non sono inoltre disponibili evidenze epidemiologiche relative alla "connessione tra uso di videoterminale tradizionale ed insorgenza di epicondilite"; e "non sono disponibili dati in riferimento all'uso prevalente o esclusivo di dispositivi portatili".

Ricordando che "i fenomeni infiammatori evidenziati hanno caratteristiche di acutezza"; gli autori concludono che "eventuali manifestazioni croniche costituiscono al momento **ipotesi da approfondire**".

" Utilizzo di videoterminale ed epicondilite: approccio basato sull'evidenza", a cura di M.R. Gigante, I. Martinotti, G. Iadanza, P.E. Cirla (Divisione Medica CIMAL, Centro Italiano Medicina Ambiente Lavoro - Gruppo CIMAL), comunicazione al 73° Congresso Nazionale SIMLII "La Medicina del Lavoro quale elemento migliorativo per la tutela e sicurezza del Lavoratore e delle attività dell'Impresa", pubblicata in Giornale Italiano di Medicina del Lavoro ed Ergonomia, Volume XXXII n°4/suppl.2, ottobre/dicembre 2010 (formato PDF, 88 kB).

Tiziano Menduto

Questo articolo è pubblicato sotto una Licenza Creative Commons.