

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 24 - numero 5233 di Martedì 13 settembre 2022

La sicurezza nel lavoro agile: come deve essere la postazione di lavoro?

Le linee di indirizzo del CNI sulla gestione dei rischi in modalità smart working riportano indicazioni sulle caratteristiche minime delle postazioni di lavoro. Piani di lavoro, sedili, schermi dei dispositivi, ambienti di lavoro e computer portatili.

Roma, 13 Set ? Al di là delle conseguenze sull'organizzazione di lavoro della pandemia correlata al virus SARS-CoV-2, non c'è dubbio che le attività in **smart working** o lavoro agile diventeranno in futuro una modalità di lavoro sempre più diffusa. Proprio per questo motivo è necessario porre attenzione a tutti gli aspetti connessi alla salute e sicurezza dei lavoratori agili, anche quando, come è successo specialmente in relazione alle politiche di contenimento del COVID-19, il lavoro agile, laddove svolto dall'abitazione, diventa assimilabile ad una forma di telelavoro, come ricordato anche nell'articolo "Quali sono le differenze tra smart working e telelavoro?".

Proprio per occuparci di sicurezza nello smart working e in particolare delle postazioni di lavoro, torniamo a sfogliare il documento "Linee di indirizzo per la gestione dei rischi in modalità smart working" che, elaborato dal Consiglio Nazionale Ingegneri (CNI), ha analizzato molte tipologie di rischi connessi a questa forma di lavoro a distanza.

Gli autori sottolineano che il **posto di lavoro**, ovunque sia, "deve essere accuratamente dimensionato ed allestito in modo da permettere ai lavoratori libertà nei movimenti operativi e cambiamenti di posizione". E il documento CNI riporta informazioni che "è necessario che vengano trasmesse al lavoratore agile, affinché venga formato sulle corrette modalità da utilizzare per lavorare da casa nelle migliori condizioni per la sua salute e sicurezza".

Riguardo alla postazione di lavoro e alla salute e sicurezza del lavoratore agile, ci soffermiamo sui seguenti argomenti:

- I rischi nel lavoro agile: caratteristiche minime delle postazioni
- La postazione nel lavoro agile: piani di lavoro, sedili e computer portatili
- La postazione nel lavoro agile: dispositivi elettronici e ambiente di lavoro

Pubblicità

<#? QUI-PUBBLICITA-SCORM1-[EL0827] ?#>

I rischi nel lavoro agile: caratteristiche minime delle postazioni

Il documento fornisce alcune **caratteristiche minime delle postazioni**.

In particolare le **postazioni di lavoro dotate di computer** "devono essere allestite nel seguente modo:

- **distanza visiva:** con gli schermi attuali è consigliata una distanza visiva compresa tra 50 e 70 cm; per gli schermi molto grandi è consigliabile una distanza maggiore;
- **radiazioni:** gli schermi piatti non emettono radiazioni pericolose; anche gli schermi tradizionali non rappresentano un pericolo per la salute e sicurezza dei lavoratori;
- **irraggiamento termico:** gli schermi e le unità periferiche producono calore, pertanto occorre aerare i locali di lavoro;
- **interfaccia elaboratore-uomo:** gli applicativi software che vengono utilizzati devono essere di facile utilizzo e correlati di manuali d'uso;
- **attrezzatura di lavoro:** tutte le attrezzature di lavoro devono essere facilmente pulibili e regolabili, in modo da poter adattare la postazione di lavoro alle esigenze di ogni addetto;
- **schermo:** gli schermi dei videoterminali devono avere delle caratteristiche minime, ovvero, la risoluzione degli schermi deve garantire una buona definizione, le immagini devono essere esenti da farfallamento o tremolio, lo schermo deve essere orientabile, inclinabile e posizionato di fronte all'operatore ad una distanza dagli occhi di circa 50 ? 70 cm;
- **tastiera e dispositivi di puntamento:** la tastiera ed il mouse devono avere delle caratteristiche minime, ovvero, la tastiera deve essere separata dallo schermo e facilmente regolabile, lo spazio sul piano di lavoro deve consentire l'appoggio degli avambracci davanti alla tastiera, il mouse deve essere posto sullo stesso piano della tastiera in una posizione facilmente raggiungibile".

La postazione nel lavoro agile: piani di lavoro, sedili e computer portatili

Il documento riporta anche le caratteristiche minime dei **piani di lavoro**, dei **sedili** e presenta alcune indicazioni per l'**uso dei computer portatili**.

Il **piano di lavoro** "deve avere le seguenti caratteristiche minime:

- superficie a basso indice di riflessione;
- struttura stabile e di dimensioni adeguate;
- l'altezza del piano di lavoro può essere fissa o regolabile purché compresa tra 70 e 80 cm;
- la profondità del piano deve assicurare un'adeguata distanza visiva dallo schermo".

Il **sedile di lavoro** deve, invece, avere le "seguenti caratteristiche minime:

- deve essere stabile e permettere all'utilizzatore libertà nei movimenti;
- lo schienale deve essere adeguato alle caratteristiche antropometriche dell'utilizzatore e regolabile nell'altezza e nell'inclinazione;
- lo schienale e la seduta devono avere bordi smussati;
- il sedile deve essere dotato di un meccanismo girevole per consentire i cambi di posizione".

Riguardo poi ai **computer portatili** si segnala che gli attuali computer "hanno uno schermo con una superficie molto riflettente per garantirne i colori, ma l'uso prolungato di questi computer comporta maggiori rischi per l'affaticamento visivo. Pertanto, prima di iniziare le attività di lavoro occorre posizionare lo schermo rispetto alle fonti di luce naturale ed artificiale tale da non creare problemi di riflessi sullo schermo".



E, ricordando che l'uso dei computer portatili "comporta maggiori difficoltà nel mantenere una corretta postura", si segnalano alcune **misure di prevenzione** adottabili:

- "regolare l'inclinazione dello schermo in modo da ottimizzare la luminosità dello stesso;
- munirsi di tastiera esterna in caso di utilizzo prolungato;
- fare pause più frequenti;
- evitare di piegare la schiena in avanti;
- evitare di posizionare il computer sulle gambe".

La postazione nel lavoro agile: dispositivi elettronici e ambiente di lavoro

Il documento si sofferma poi sul rapporto tra gli **schermi dei dispositivi elettronici** e l'**ambiente di lavoro**.

Si indica che è opportuno "evitare riflessi sullo schermo dei PC ed eccessivi contrasti di luminanza ed abbagliamenti dell'operatore". Pertanto, occorre, come accennato anche per i computer portatili, "posizionare la postazione di lavoro in funzione dell'ubicazione delle fonti di luce naturale ed artificiale". E bisogna "prendere in considerazione la collocazione delle finestre e/o di porte traslucide, in quanto possono determinare fenomeni di abbagliamento diretto o riflessi sullo schermo".

In questo senso la postazione di lavoro "deve essere collocata in una zona lontano dalle finestre, in quanto lo sguardo principale dell'operatore deve essere parallelo alla finestra. La sola luce diurna è inadeguata per illuminare gli ambienti di chi lavora al videoterminale, essendo soggetta a grandi oscillazioni nel corso della giornata e delle stagioni, e può causare problemi di

riflessione sullo schermo e di abbagliamento".

Il documento riporta dunque vari **suggerimenti** per "eliminare i riflessi, l'abbagliamento e i contrasti eccessivi di chiaro-scuro provocati dalla luce diurna sullo schermo:

- occorre evitare sorgenti con forte luminosità nel centro del campo visivo dell'operatore (sole, lampada) e/o la presenza di superfici con una eccessiva capacità riflettente (lucide);
- davanti e dietro il monitor non devono esserci delle finestre, pertanto negli uffici con due pareti ad angolo finestrate, una di esse deve essere schermata;
- la direzione principale dello sguardo dell'operatore deve essere parallela rispetto alle finestre;
- i posti di lavoro al videoterminale sono da sistemare, per quanto possibile, nelle zone del locale lontane dalle finestre;
- in caso di irradiazione del sole occorre oscurare le finestre (per es. con veneziane, pellicole antisolari o tende di tessuto pesante)".

Si indica poi che per ridurre i **disturbi dovuti alla luce diurna** "si può far uso anche di schermi parasole", anche perchè i problemi di abbagliamento o di riflessi, che devono essere eliminati, possono indurre ad "assumere una posizione errata".

Il documento segnala, infine, che per prevenire questi problemi "è importante:

- non collocare lo schermo sopra l'unità di sistema (computer), perché si troverebbe troppo in alto;
- sistemare il computer sotto il tavolo, anche per non essere disturbati dal rumore prodotto dal ventilatore;
- rialzare il monitor con un supporto se, poggiandolo sulla superficie di lavoro, la sua altezza è insufficiente".

In conclusione, riguardo alle caratteristiche minime delle postazioni di lavoro, il documento indica anche che il monitor "deve essere leggermente inclinato per evitare problemi di riflessione sullo schermo. I diversi elementi (tastiera, schermo, mouse, leggìo portadocumenti) vanno posizionati in funzione dell'attività da svolgere: in un lavoro di interrogazione o di digitazione, il monitor deve essere posizionato di fronte all'operatore".

Rimandiamo alla lettura integrale del documento CNI che riporta molte altre indicazioni sui rischi connessi alla strumentazione utilizzata (computer, tablet, smartphone, stampanti, ...) e sui correlati rischi ergonomici.

Tiziano Menduto

Scarica il documento da cui è tratto l'articolo:

Consiglio Nazionale degli Ingegneri, "Linee di indirizzo per la gestione dei rischi in modalità smart working", a cura dell'Ing. Gaetano Fede (Consigliere CNI coordinatore GdL Sicurezza), dell'Ing. Stefano Bergagnin (GdL Sicurezza CNI) e del Gruppo Tematico Temporaneo "Smart working e lavori in solitudine" del CNI, versione maggio 2021.

Scarica la normativa di riferimento:

[Legge 22 maggio 2017, n. 81 - Misure per la tutela del lavoro autonomo non imprenditoriale e misure volte a favorire l'articolazione flessibile nei tempi e nei luoghi del lavoro subordinato.](#)

[Leggi gli altri articoli di PuntoSicuro su smart working e telelavoro](#)



Licenza [Creative Commons](#)

www.puntosicuro.it