PuntoSicuro

## ARTICOLO DI PUNTOSICURO

### Anno 25 - numero 5363 di Lunedì 03 aprile 2023

# Le linee di indirizzo per prevenire i disturbi muscoloscheletrici

***Un eBook CIIP si sofferma sui disturbi muscoloscheletrici (DMS) e fornisce informazioni sulle più significative linee di indirizzo e sulla manualistica relativa agli strumenti e metodi di valutazione.***

Milano, 3 Apr ? Con l'obiettivo di migliorare la prevenzione delle patologie muscolo scheletriche nel mondo del lavoro, l'eBook " Alleggeriamo il carico!"- prodotto dalla Consulta Interassociativa Italiana per la Prevenzione ( CIIP) e curato da Laura Bodini, Susanna Cantoni, Enrico Cigada ed Enrico Occhipinti ? affronta diversi temi. E sicuramente uno dei più importanti, come ricordato anche in nostri precedenti articoli, è quello connesso alla **qualità della valutazione del rischio**. Valutazione che deve essere "adeguata, sostanziale e comunque non meramente formale", in grado di indirizzare gli interventi, che possono essere necessari per "la gestione, prevenzione e contenimento del rischio", e di "attivare, nel caso di rischi per la salute, la sorveglianza sanitaria dei lavoratori 'esposti'".

Proprio in relazione alla necessità di una "**valutazione adeguata**", l'eBook (**terzo capitolo**) presenta non solo la legislazione e la **normativa tecnica**, ma anche le più significative **linee guida/linee di indirizzo** e la manualistica relativa agli strumenti e metodi di valutazione. Presentazione importante anche perché il comma 3 dell'articolo 168 (Obblighi del datore di lavoro) del Titolo VI (Movimentazione manuale dei carichi) del D.Lgs. 81/2008 indica che '*le norme tecniche costituiscono criteri di riferimento per le finalità del presente articolo e dell'allegato XXXIII, ove applicabili. Negli altri casi si può fare riferimento alle buone prassi e alle linee guida*'.

Ricordiamo che l'**allegato XXXIII** del D.Lgs. 81/2008 (TU) contiene il complesso degli elementi di riferimento e dei fattori individuali di rischio da considerare per la prevenzione del rischio di patologie da sovraccarico biomeccanico, in particolare dorso-lombari, connesse alle attività lavorative di movimentazione manuale dei carichi.

Nell'approfondire questa parte dell'eBook, relativa a linee guida e alla manualistica, ci soffermiamo sui seguenti argomenti:

- Movimentazione manuale dei carichi: le linee di indirizzo
- Movimenti ripetuti e sorveglianza sanitaria: le linee di indirizzo
- Disturbi muscoloscheletrici e valutazione: la manualistica

Pubblicità
<#? QUI-PUBBLICITA-MIM-[USB007] ?#>

# Movimentazione manuale dei carichi: le linee di indirizzo

Il **terzo capitolo** (La valutazione del rischio) dell'eBook - curato in particolare da Enrico Occhipinti (Medico del lavoro, Ergonomo Certificato Europeo, Direttore Scientifico Associazione EPM-IES) e Daniela Colombini (Medico del lavoro, Presidente e Direttore della Associazione EPM-IES) ? ricorda che se seguiamo la definizione del TU delle **Linee Guida** ('*atti di indirizzo e coordinamento per l'applicazione della normativa in materia di salute e sicurezza predisposti dai ministeri, dalle regioni, dall'INAIL e approvati in sede di Conferenza permanente per i rapporti tra lo Stato, le Regioni e le Province autonome di Trento e di Bolzano*') in realtà "non esistono Linee Guida nazionali sulla materia".

Tuttavia "molte Regioni hanno prodotto successive proprie Linee Guida su vari aspetti della materia e segnatamente sulla questione della valutazione del rischio da sovraccarico biomeccanico". L'eBook si sofferma solo sui "**più significativi documenti** di indirizzo prodotti a livello nazionale dal Coordinamento Interregionale della Prevenzione (CIP) o GTI-Gruppo Tecnico Interregionale e da singole Regioni" (nell'eBook si trovano anche i link per la loro lettura).

Riguardo alla **movimentazione manuale di carichi**, il Coordinamento Interregionale della Prevenzione ha prodotto nel novembre 2016 un documento di " linee di indirizzo per l'applicazione del titolo VI del D. Lgs. 81/08 e per la valutazione e gestione del rischio connesso alla Movimentazione Manuale di Carichi (MMC)".

l'eBook ricorda che il documento "si compone di **due parti**:

1. La prima è destinata a tutti i potenziali utilizzatori interessati agli aspetti generali ed introduttivi alla valutazione e gestione del rischio connesso alla Movimentazione Manuale di Carichi (MMC); in essa, oltre agli aspetti normativi, ci si sofferma sulle procedure di identificazione del rischio tramite *key questions* e di valutazione veloce come riportate nel TR ISO 12295 e nella nuova ISO 11228-1.
2. La seconda è destinata ad utilizzatori esperti che si trovino nella necessità di operare, con i metodi suggeriti nelle norme tecniche di riferimento, una valutazione dettagliata del rischio anche in situazioni in cui la movimentazione manuale risulti complessa. L'utilizzazione di questa seconda parte è strettamente legata alla conoscenza della prima parte".

In questa seconda parte "si specificano i metodi di valutazione descritti analiticamente nelle norme ISO 11228 parti 1 (rinnovata) e 2 così come anche dettagliati negli Annessi A e B del TR ISO 12295". E ? continua l'eBook CIIP ? "in particolare:

- Per quanto riguarda il sollevamento manuale di carichi si specifica il ricorso al metodo della Revised Niosh Lifting Equation (RNLE) e al calcolo del Lifting Index (LI) per compiti di sollevamento singoli, compositi, variabili e sequenziali. Si forniscono inoltre dettagli sulle masse di riferimento (sollevabili in condizioni ideali) secondo il genere e l'età da applicare nel contesto della normativa italiana, nonché criteri per una classificazione, articolata in livelli crescenti, dei risultati del Lifting Index.
- Per quanto riguarda il trasporto manuale si fa riferimento diretto ai metodi indicati in ISO 11228-1 e nell'allegato A del TR 12295 che considerano il confronto tra massa cumulata effettivamente trasportata e massa cumulata raccomandata in periodi di tempo definiti (8 ore; 1 ora; 1 minuto).
- Per quanto riguarda le attività di traino e spinta manuale ci si riferisce ai criteri del Metodo 1 in ISO 11228- 2 (ricorso ai dati psicofisici) e si dettaglia il ricorso alle apposite tavole di Snook e Ciriello articolate per genere".

Il documento ricorda poi che "è stata recentemente pubblicata una **nuova versione della norma ISO 11228-1**. La stessa contiene praticamente tutti i suggerimenti forniti nelle Linee di indirizzo qui riportate ma renderà necessario un aggiornamento delle stesse a proposito delle masse di riferimento per la fascia di età 'giovani' (che si sposta da 18 a 20 anni), della classificazione del LI (che vede la fascia di LI tra 1 e 2 articolarsi ulteriormente in una fascia di LI tra 1 e 1,5 = rischio basso e una di LI fascia tra 1,5 e 2 = rischio moderato) nonché dei limiti della massa cumulativa raccomandata secondo diversi periodi di tempo (da 1 minuto a 6/8 ore)".

# Movimenti ripetuti e sorveglianza sanitaria: le linee di indirizzo

Sempre il Coordinamento Interregionale della Prevenzione, questa volta con riferimento ai **movimenti e sforzi ripetuti degli arti superiori**, ha prodotto nel 2018 un documento di " Linee di indirizzo per la prevenzione delle patologie muscolo scheletriche connesse con movimenti e sforzi ripetuti degli arti superiori", un documento che è "in gran parte basato (con aggiustamenti dettati dal confronto con gli esperti delle diverse Regioni e dell'INAIL) sulle Linee Guida della Regione Lombardia del 2015": " Linee Guida regionali per la prevenzione delle patologie muscolo scheletriche connesse con movimenti e sforzi ripetuti degli arti superiori".

Si segnala anche che in sede di elaborazione di programmi di valutazione e gestione del rischio "il gruppo di lavoro istituito nell'ambito di uno specifico progetto del PNP 2014-19 (e in prospettiva di quello 2020-25) ha elaborato utili documenti finalizzati alla 'autovalutazione' del rischio da parte delle imprese nell'ambito di piani di intervento partecipati, nonché specifiche guide al sopralluogo per gli operatori dei servizi pubblici incaricati della assistenza e vigilanza nei luoghi di lavoro".

L'eBook ricorda poi anche un documento della Regione Lombardia denominato " Indirizzi per la sorveglianza sanitaria dei soggetti esposti al rischio da sovraccarico biomeccanico".

Riprendiamo dall'eBook una immagine relativa al progetto "**Manifesti per la sicurezza**", ideato da AiFOS e Fondazione AiFOS in collaborazione con gli studenti del corso di Grafica dell'Accademia di Belle Arti Santa Giulia di Brescia. Un progetto che si è sviluppato in occasione della campagna 2020-2022 " Ambienti di lavoro sani e sicuri. Alleggeriamo il carico!" promossa dall'Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro ( EU-OSHA):




## Disturbi muscoloscheletrici e valutazione: la manualistica

L'eBook si sofferma poi sulla **manualistica relativa ai metodi e strumenti di valutazione** indicati nelle norme tecniche e nelle linee di indirizzo.

Si ricorda, a questo proposito, che "ampia è stata negli ultimi anni la produzione di manuali, di metodi e di strumenti per la valutazione delle condizioni di sovraccarico biomeccanico lavorativo".

Ad esempio si indica che "anche a seguito di interlocuzioni in ambito internazionale in particolare con la IEA (International Ergonomics Association) e con la OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) è stato messo a punto uno strumento denominato **Ergocheck** che riprende tali e quali le indicazioni del TR ISO 12295 sul sovraccarico biomeccanico ma, con la medesima logica (identificazione del problema e sua pre-valutazione veloce) e tecnica di raccolta delle informazioni pertinenti (fornite direttamente da gruppi omogenei di lavoratori e senza ricorrere a misurazioni strumentali), affronta altre tematiche di

interesse ergonomico e di rischio per la salute con particolare riferimento agli aspetti legati al rischio chimico, biologico e allo stress lavoro-correlato".

E l''output della procedura di applicazione della Ergocheck "è quello di fornire una panoramica delle priorità circa i diversi rischi per la salute presenti in un determinato contesto di lavoro per poi procedere su tali priorità alternativamente o con interventi preventivi o con approfondimenti valutativi".

Si segnala che la Ergocheck "è uno strumento ancora 'grezzo' ma potente in particolare per tutti i settori 'difficili' (es: PMI; artigianato; agricoltura; costruzioni) ma anche per i Servizi pubblici di controllo che potrebbero usarlo per identificare macroscopicamente situazioni ad alto rischio".

Rimandiamo alla lettura integrale dell'eBook che raccoglie link di varie realtà associative e non che hanno prodotto in questi anni strumenti e libri sui temi connessi alla prevenzione dei disturbi muscoloscheletrici e si sofferma, infine, su vari problemi e criticità su cui torneremo in futuri articoli.

Tiziano Menduto

***Scarica il documento da cui è tratto l'articolo:***

CIIP, " Alleggeriamo il carico!", eBook curato da Laura Bodini, Susanna Cantoni, Enrico Cigada, Enrico Occhipinti, 2022 (formato PDF, 3.91 MB).

***Scarica la normativa di riferimento***:

Regione Lombardia - Decreto n. 7661 del 23 settembre 2015 - Linee Guida Regionali per la prevenzione delle patologie muscolo scheletriche connesse con movimenti e sforzi ripetuti degli arti superiori

Regione Lombardia - Decreto n. 16750 del 21 dicembre 2017 - Indirizzi per la sorveglianza sanitaria dei soggetti esposti al rischio da sovraccarico biomeccanico

Leggi gli altri articoli di PuntoSicuro sui disturbi muscoloscheletrici

Il link al sito della campagna "Ambienti di lavoro sani e sicuri. Alleggeriamo il carico!".

 Licenza Creative Commons

---

**www.puntosicuro.it**