PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 17 - numero 3627 di mercoledì 30 settembre 2015

# Nuove linee guida per la prevenzione delle patologie muscoloscheletriche

***Un decreto della Regione Lombardia ha approvato l'aggiornamento delle linee guida regionali per la prevenzione delle patologie muscolo scheletriche connesse con movimenti e sforzi ripetuti degli arti superiori. Focus su fattori causali e normativa.***

Milano, 30 set ? I dati di un'indagine, condotta nel 2005 e 2010 (Fondazione di Dublino) sulle condizioni di salute dei lavoratori europei, evidenziano che tra i problemi di salute, riferiti al lavoro, sono molto frequenti il **mal di schiena** (24,7%) e i **dolori arto-muscolari agli arti** (22,8%). E in Italia ben il 65% dei lavoratori svolge **compiti con movimenti ripetitivi degli arti superiori** per almeno il 25% del tempo di lavoro (il 33% in modo permanente).

Con riferimento a questi dati è evidente quanto sia importante continuamente rinnovare e migliorare le strategie di prevenzione delle patologie muscolo-scheletriche lavoro-correlate degli arti superiori (Upper Limb Work related Muscoloskeletal Disorders, UL ? WMSD).
Ed è proprio con questo spirito che recentemente la Regione Lombardia ha approvato con il **Decreto n. 7661 del 23 settembre 2015** un aggiornamento di un precedente decreto/documento sul tema, il decreto regionale n. 3958 del 22 settembre 2009.

Pubblicità
<#? QUI-PUBBLICITA-MIM-[DVD007] ?#>

Il **decreto regionale 7661/2015** ha per oggetto le "**Linee Guida Regionali per la prevenzione delle patologie muscolo scheletriche connesse con movimenti e sforzi ripetuti degli arti superiori - Aggiornamento Decreto Direttore Generale Sanità n. 3958 del 22/04/2009**". Linee guida che vogliono essere uno strumento adeguato al conseguimento degli obiettivi fissati dal Piano Regionale 2014-2018 e un valido riferimento per la "definizione di un percorso per la prevenzione e l'emersione di patologie muscoloscheletriche lavoro-correlate degli arti superiori" basato su conoscenze ed esperienze ormai consolidate.

Ricordando che nel nuovo documento ci sono variazioni, rispetto al precedente del 2009, solo nei capitoli 1/2/4/5/6/7, nel **capitolo 1** è presentata una **tabella con una lista di fattori causali**, derivata dalla letteratura, non esaustiva dei principali determinanti di rischio (lavorativi e non) di tali patologie". Il documento indica che nel presente contesto "va sottolineato come siano di specifico interesse i fattori di rischio lavorativo che determinano un sovraccarico biomeccanico degli arti superiori. Questi sono rappresentati, in relazione alla rispettiva durata di esposizione, da: ripetitività (alta frequenza) dei gesti, uso di forza, posture incongrue dei diversi segmenti degli arti superiori, carenza di adeguati periodi di recupero.
A questi principali determinanti di rischio se ne possono aggiungere altri, sempre di natura lavorativa (sia fisico-meccanici che di tipo organizzativo) che usualmente vengono raggruppati nella famiglia dei cosiddetti fattori complementari".
Questi i **fattori causali** riportati nella tabella:
- **lavorativi**: "movimenti ripetitivi, alta frequenza e velocità, uso di forza, posizioni incongrue, compressioni di strutture anatomiche, recupero insufficiente, vibrazioni, disergonomie degli strumenti, uso di guanti, esposizione a freddo, lavoro a cottimo, parcellizzazione lavoro, inesperienza lavorativa;
- **extralavorativi**: sesso, età, traumi e fratture, patologie croniche, stato ormonale, attività tempo libero, struttura antropometrica, condizione psicologica".

Una seconda **tabella** riporta poi le **principali attività lavorative che potenzialmente espongono al rischio di contrarre UL-WMSD**. Una lista non esaustiva e solo indicativa "poiché, nella pratica, attività fra loro similari ma organizzate con procedure e tecniche diverse comportano livelli di esposizione assolutamente differenti".
Questa è la lista non esaustiva dei principali gruppi di lavoratori esposti:

- "addetti alle catene di montaggio, assemblaggio, cablaggio;
- addetti carico/scarico linea a ritmi prefissati;
- addetti al confezionamento;
- addetti alla cernita manuale;
- addetti a filatura-orditura nell'industria tessile;
- addetti alla macellazione e lavorazione carni;
- addetti a levigatura manuale;
- addetti alla preparazione e confezionamento cibi nell'industria alimentare e nella GDO;
- addetti alle cucine;
- addetti alle pulizie;
- addetti al taglio e cucito nell'industria di confezioni abiti;
- operatori a tastiere;
- musicisti;
- addetti alle casse;
- parrucchieri;
- imbianchini;
- muratori;
- addetti nell' industria calzaturiera e della pelletteria;
- addetti al lavoro di tappezzeria;
- addetti in via continuativa ad alcune lavorazioni agricole (potatura, raccolta e cernita, mungitura manuale, ecc.)".

Nelle linee guida - che si rivolgono agli attori sociali (datori di lavoro in primis), alle figure che appartengono al sistema aziendale di prevenzione (Servizio di prevenzione e protezione, Medico competente, RLS), ai Servizi di prevenzione e sicurezza nei luoghi di lavoro delle ASL e alle UOOML delle Aziende Ospedaliere ? sono riportati anche dei precisi riferimenti normativi relativi al tema dei movimenti e sforzi ripetuti degli arti superiori.

Il documento ricorda, ad esempio, che nell'aprile del 2014, ISO ha pubblicato un **Technical Report** (TR), " ISO TR 12295 - Ergonomics ? Application document for International Standards on manual handling (ISO 11228-1, ISO 11228-2 and ISO 11228-3) and evaluation of static working postures (ISO 11226)", che "meglio specifica campo e modalità di applicazione anche della **norma ISO 11228 parte 3**" (*Ergonomics ? Manual handling ? Handling of low loads at high frequency*). In particolare nel TR si forniscono indicazioni sia per utilizzatori meno esperti, per operare in modalità standardizzate "identificazioni del pericolo" e "valutazioni veloci", che per utilizzatori già esperti, per orientare ad un uso più circostanziato dei metodi e strumenti" già identificati nella normativa tecnica. Si sottolinea ad esempio l'utilità della **Checklist OCRA** "come strumento di stima del rischio e del metodo OCRA (Checklist e Indice) per meglio definire le modalità di analisi dei compiti ripetitivi in rotazione fra loro. Sono ancora introdotti brevi cenni sull'evoluzione, non sempre positiva, degli altri metodi indicati nella norma ISO 11228-3".

Ricordiamo, infine, che il TR ISO 12295 viene dunque assunto quale riferimento applicativo per questa edizione rinnovata delle Linee guida.

L'**indice** delle linee guida:

Premessa
1- Introduzione e scopo
2- Brevi riferimenti normativi
3- Le patologie di interesse
4- Il campo di applicazione
5- L'identificazione dei lavori ripetitivi e la valutazione rapida del rischio
6- La stima dell'esposizione e la valutazione del rischio
7- La sorveglianza sanitaria
8- Gli aspetti medico-legali
9- Orientamenti per la (ri)progettazione del lavoro e dei posti di lavoro con compiti ripetitivi
10- Criteri per il reinserimento lavorativo di soggetti portatori di patologie muscolo- scheletriche degli arti superiori sulla base di prime esperienze applicative
Allegati

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 - Aggiornamento Decreto Direttore Generale Sanità n. 3958 del 22/04/2009

Leggi gli altri articoli di PuntoSicuro sui rischi correlati ai movimenti ripetitivi e al sovraccarico biomeccanico

Tiziano Menduto

 Questo articolo è pubblicato sotto una Licenza Creative Commons.

---

**www.puntosicuro.it**