

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 24 - numero 5242 di Lunedì 26 settembre 2022

Premiate le buone pratiche per la prevenzione dei disturbi muscoloscheletrici

Publicato l'elenco delle buone pratiche premiate in relazione alla campagna europea 2020-2022 sui disturbi muscoloscheletrici. L'importanza della prevenzione dei DMS, l'esempio della prevenzione in un ospedale e le buone pratiche segnalate.

Luxembourg, 26 Set ? Nel quadro delle campagne europee «Ambienti di lavoro sani e sicuri», i "**Premi per le buone pratiche**" sono uno strumento molto importante non solo per conferire un riconoscimento a organizzazioni che gestiscono attivamente la sicurezza e salute sul lavoro (SSL), ma anche per promuovere **nuovi strumenti e prassi** e condividerli e diffonderli in tutta Europa.

Ci soffermiamo oggi in particolare sulla **15a edizione del Premio per le buone pratiche** che, in relazione alla campagna europea 2020-2022 "Ambienti di lavoro sani e sicuri. Alleggeriamo il carico!", di cui PuntoSicuro è media partner, ha premiato e segnalato 16 organizzazioni e buone prassi per prevenire i disturbi muscoloscheletrici (DMS) correlati al lavoro.

I risultati del Premio sono presentati nella pubblicazione, in lingua inglese, "**Healthy Workplaces Good Practice Awards 2020-2022**"; una pubblicazione ? promossa dall'Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro (EU-OSHA) - che propone interessanti esempi di buone pratiche trasferibili ad altre organizzazioni, imprese, settori e Stati membri della UE, anche tenendo conto delle esigenze delle piccole e medie imprese (PMI) che rappresentano la maggior parte delle imprese europee.



Healthy Workplaces Good Practice Awards 2020-2022

Awarded and commended examples



L'articolo di presentazione della pubblicazione si sofferma sui seguenti argomenti:

- Perché prevenire i DMS deve essere una priorità?
- Buone pratiche: l'esempio della prevenzione dei DMS in ospedale
- L'elenco delle buone pratiche premiate e segnalate

Pubblicità

<#? QUI-PUBBLICITA-MIM-[USB039] ?#>

Perché prevenire i DMS deve essere una priorità?

Il documento nell'introduzione ricorda che i disturbi muscoloscheletrici sono, nel mondo del lavoro, il problema di salute più diffuso in Europa. Colpiscono lavoratori di tutte le età, in tutti i settori e in tutte le occupazioni.

In particolare:

- **tre lavoratori su cinque** nell'UE dichiarano di soffrire di dolori legati ai DMS, soprattutto alla schiena, alle spalle, al collo e agli arti superiori, e in misura minore agli arti inferiori;
- circa il **60% dei lavoratori** dichiara di soffrire di uno o più DMS;
- la prevalenza dei DMS correlati alle attività lavorative è più elevata tra i **lavoratori anziani** ed è probabile che sempre un maggior numero di lavoratori svilupperà condizioni croniche;
- i disturbi muscoloscheletrici correlati al mondo del lavoro sono diffusi in **tutti i settori**;
- i **movimenti ripetitivi delle mani o delle braccia** sono stati identificati come uno dei fattori di rischio più diffusi per i DMS nelle aziende dell'Unione europea, seguiti dal lavoro prolungato sedentario o in piedi e dal sollevamento manuale di persone o carichi pesanti.

Si ricorda poi che la presenza di DMS non solo influisce sulle prestazioni dei lavoratori sul lavoro, ma ha anche un impatto diretto sulla loro **qualità di vita**. Affaticamento generale, mal di testa, stanchezza oculare, difficoltà a dormire e ansia sono condizioni comunemente associate ai DMS.

Inoltre dal punto di vista economico, l'assenteismo e il pensionamento anticipato dei lavoratori a causa di problemi legati ai DMS sono costosi per i datori di lavoro e per i servizi di assistenza pubblici. Pertanto, è fondamentale che i datori di lavoro valutino i rischi e adottino misure adeguate per proteggere la sicurezza e la salute dei lavoratori. Ciò non solo giova al benessere dei lavoratori, ma aumenta anche la **produttività**, consentendo alle aziende di essere più competitive.

Riguardo alle buone pratiche le organizzazioni che partecipavano al premio dovevano dimostrare **approcci innovativi e sostenibili** alla gestione dei rischi di DMS legati al lavoro. La giuria ha cercato esempi chiari che illustrassero un approccio completo alla gestione della SSL come risultato di un'efficace partecipazione e impegno di datori di lavoro e lavoratori.

Buone pratiche: l'esempio della prevenzione dei DMS in ospedale

Ci soffermiamo, a titolo esemplificativo, su una delle **buone pratiche premiate** relativa alla **prevenzione dei disturbi muscoloscheletrici in un grande ospedale**.

Parliamo dell'ospedale universitario di Vienna e di attività come, ad esempio, il trasporto dei pazienti e la pulizia dei locali. Si fa riferimento ad un dipartimento con 600 dipendenti, la cui età media è di 50 anni, con un lavoro fisicamente faticoso e movimenti di torsione, spinta e trasporto di carichi pesanti.

Pertanto, gli obiettivi principali dell'intervento erano la promozione di attrezzature che riducessero lo sforzo fisico e la possibilità per il personale competente e di grande esperienza lavorativa di condividere la propria esperienza con i nuovi assunti.

Queste alcune delle **attività svolte**:

- è stata condotta un'indagine sul 'capitale sociale' del personale in modo da coinvolgerlo nel processo decisionale;
- sono stati creati circoli della salute e workshop sulla gestione del rischio per ottenere un feedback dal personale sulle condizioni di lavoro, identificare i fattori di rischio dei DMS e proporre misure preventive. Sulla base del feedback sono stati organizzati corsi e seminari;
- è previsto il coinvolgimento del personale nella scelta di nuove attrezzature di lavoro;
- all'interno del reparto sono disponibili consulenti per la salute appositamente formati per fornire consigli. Hanno anche organizzato eventi sportivi per incoraggiare il personale a fare attività fisica nel tempo libero;
- sono state acquistate sedie per il trasferimento dei pazienti, appositamente realizzate con ruote più piccole per una migliore manovrabilità e una maggiore scorrevolezza. Inoltre, l'altezza delle maniglie ha permesso di assumere una postura più eretta e quindi più favorevole alla schiena;
- il personale è stato coinvolto nella scelta delle calzature di sicurezza;
- sono state create squadre di pulizia di età diverse, in modo che il personale più giovane e più anziano, quello nuovo e quello più esperto potessero lavorare insieme e aiutarsi a vicenda. Il personale esperto favorisce la formazione dei nuovi assunti, mentre i colleghi più giovani li aiutano nei compiti più impegnativi.

Alla fine cosa è stato ottenuto?

- la fiducia dei dipendenti è aumentata perché l'intervento ha sottolineato l'importanza del personale di supporto nelle operazioni ospedaliere;
- sono state intraprese azioni per prevenire i disturbi muscoloscheletrici tra i lavoratori che svolgono mansioni faticose;
- è migliorato lo spirito di gruppo attraverso la cooperazione intergenerazionale, dando ai dipendenti un senso di solidarietà e assicurandosi che ogni operatore svolga un lavoro adeguato all'età.

Riguardo a queste buone pratiche, che potrebbero essere applicate, opportunamente adattate, anche in altri ospedali dell'Unione europea, sono, infine, sottolineate le **caratteristiche principali**:

- attraverso un approccio multifattoriale, l'intervento affronta i fattori di rischio di DMS sia fisici che psicosociali in un gruppo spesso sottorappresentato di operatori ospedalieri di supporto, tenendo conto della diversità di età;
- l'età è stata affrontata non solo attraverso misure ergonomiche e di promozione della salute, ma anche istituendo team di lavoro di generazione mista per bilanciare il carico di lavoro fisico e far sì che il personale esperto facesse da tutor ai nuovi assunti;
- la partecipazione è stata importante, in quanto i lavoratori sono stati coinvolti nella valutazione dei rischi e nell'individuazione di soluzioni attraverso workshop;
- l'intervento ha combinato prevenzione e promozione della salute. L'intervento ha fornito un facile accesso a consulenti sanitari qualificati e ha permesso di organizzare seminari sull'alimentazione sana e l'esercizio fisico;
- è stata utilizzata un'ampia gamma di misure di prevenzione, dall'introduzione di sedie ergonomiche per il trasferimento dei pazienti alla fornitura di calzature idonee.

L'elenco delle buone pratiche premiate e segnalate

Concludiamo rimandando alla lettura integrale del documento "**Healthy Workplaces Good Practice Awards 2020-2022**" di cui riprendiamo l'elenco delle organizzazioni premiate e segnalate:

Awarded examples

- Austria - University Hospital Vienna (Universitätsklinikum AKH Wien) - Preventing musculoskeletal disorders in a large hospital through staff involvement and an age-sensitive approach
- Cyprus - Swissport Cyprus Ltd - Wearable exoskeletons to better manage manual handling at airports

- Germany - SAP SE - Promoting musculoskeletal health in the software industry through ergonomics
- Hungary - F&F Ltd. - Planning and designing technical modifications on a sweet factory production line based on ergonomic principles
- Italy - Servizi Italia Spa - New operating methods and adapted machinery for preventing musculoskeletal disorders in laundries
- Lithuania - UAB Vonin Lithuania - Preventing musculoskeletal injuries in a professional fishing equipment company
- Latvia - SIA Silkeborg Spaantagning Baltic - Implementing customised solutions to heavy lifting in a metalworking company
- Slovenia - Zavarovalnica Triglav, d.d. - Promoting workplace safety and physical and mental health in an insurance company

Commended examples

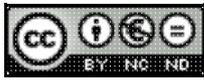
- Austria - Rohrdorfer Transportbeton GmbH - Preventing back strain in concrete production
- Belgium - GZA Ziekenhuizen/ IDEWE - Integrating ergonomics into corporate culture in a hospital group
- Spain - Elaborados Julián Mairal S.L. - Introducing technical solutions in a meat production company to prevent musculoskeletal disorders
- Finland - Suomen Nestlé Oy, Turku factory - Improving ergonomics through multi-professional cooperation in the food industry
- Finland - Siun sote ? Joint municipal authority for North Karelia social and health services - Large-scale prevention training for social and healthcare workers through an adaptable ergonomics model
- Italy - Zegna Baruffa Lane Borgosesia SpA - Applying participatory ergonomics to improve the safety of textile maintenance workers
- The Netherlands - Hago Next - Reducing physically demanding work with technical and organisational adjustments in cleaning services
- The Netherlands - Verdonk Broccoli - Automating the stacking of crates and boxes to reduce manual lifting in a vegetable growing company

[Il link al sito della campagna "Ambienti di lavoro sani e sicuri. Alleggeriamo il carico!"](#).

RTM

Scarica il documento da cui è tratto l'articolo:

Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro, " [Healthy Workplaces Good Practice Awards 2020-2022](#)", Awarded and commended examples, documento in lingua inglese correlato alla campagna europea "Ambienti di lavoro sani e sicuri. Alleggeriamo il carico!" (formato PDF, 8,83 MB).



Licenza Creative Commons

www.puntosicuro.it