PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 7 - numero 1231 di martedì 26 aprile 2005

Quanto "pesa" il lavoro sedentario?

Disponibile on line un test di ergonomia per la valutazione del carico posturale nel lavoro sedentario.

Pubblicità

Non sostituisce il lavoro dell'ergonomo, ma può essere un valido strumento orientativo il test "Valutazione del carico posturale nel lavoro sedentario", realizzato da Suva, Istituto svizzero di assicurazione contro gli infortuni sul lavoro.

Il lavoro sedentario può essere infatti all'origine di vari disturbi, soprattutto se il posto di lavoro è concepito secondo criteri non ergonomici o se le attrezzature di lavoro non sono disposte in maniera funzionale.

---- L'articolo continua dopo la pubblicità ----

In questi casi il lavoratore è costretto ad assumere una postura innaturale e scomoda. Ne consegue in molti casi non solo l'insorgenza di disturbi muscolo-schelettrici, ma anche affaticamento precoce, calo del rendimento e difficoltà di concentrazione, maggior rischio di errori.

Il test realizzato da Suva intende fornire un primo aiuto per valutare se si ha un carico posturale elevato durante un'attività sedentaria, individuando gli scostamenti rispetto ad una postura corretta. Il metodo si applica a tutte le attività che implicano almeno un'ora di lavoro sedentario senza cambiamento significativo della postura.

La valutazione prende in esame la postura assunta dalle seguenti parti del corpo: testa, tronco, spalle, braccia, gambe e piedi.
Ogni parte del corpo è analizzata secondo una serie di parametri posturali.
Un'analisi più precisa del carico posturale richiede tuttavia conoscenze approfondite in materia di ergonomia.

La pubblicazione è scaricabile gratuitamente qui.


Questo articolo è pubblicato sotto una Licenza Creative Commons.