

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 4 - numero 631 di lunedì 30 settembre 2002

Quiz di PuntoSicuro

L'appuntamento per testare le vostre conoscenze in materia di sicurezza.

Nel numero 626 di PuntoSicuro abbiamo presentato il seguente quesito.

Quale delle seguenti soluzioni è più efficace per ridurre il rischio di danni muscolo-scheletrici degli operatori al videoterminale che devono utilizzare in contemporanea anche il telefono?

- 1) Regolare opportunamente l'altezza del monitor
- 2) Utilizzare un cavo telefonico della lunghezza adeguata
- 3) Utilizzare una cuffia telefonica

La risposta esatta è la numero 3.

La soluzione più efficace per ridurre i danni muscolo-scheletrici di un operatore al videoterminale che debba fare largo uso del telefono (ad esempio per l'attività di call center) consiste nell'utilizzo di una cuffia telefonica.

Nel corso di una normale conversazione telefonica, infatti, l'utilizzo della cuffia consente di avere le mani libere per la digitazione sulla tastiera ed evita di forzare il corpo a quella postura innaturale necessaria per tenere la cornetta tra l'orecchio e la spalla. Questa posizione assunta a lungo provoca una compressione dei nervi nell'area del collo e delle spalle, che si ripercuote successivamente su colonna vertebrale (soprattutto nella zona inferiore), braccia e mani.

Se si elimina la necessità di tenere la cornetta tra orecchio e spalla, invece, il lavoratore ha il vantaggio di avere le spalle completamente rilassate e di tenere il collo in posizione eretta, evitando spasmi e irrigidimenti muscolari.

Regolare opportunamente l'altezza del monitor, invece, è importante non tanto per ridurre danni muscolo-scheletrici alla colonna vertebrale, ma piuttosto per evitare danni visivi (cfr. anche il quiz pubblicato sul numero 412 del quotidiano).

I contenuti presenti sul sito PuntoSicuro non possono essere utilizzati al fine di addestrare sistemi di intelligenza artificiale.

www.puntosicuro.it