PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 9 - numero 1721 di mercoledì 30 maggio 2007

Rischi e prevenzione nella movimentazione manuale dei carichi

Disponibile on line una scheda dedicata ai pericoli e ai rischi associati alla movimentazione manuale di carichi sul posto di lavoro a cura della Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro.

google_ad_client

L' Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro ha reso disponibile on line la scheda (Fact Sheet) " Pericoli e ai rischi associati alla movimentazione manuale di carichi sul posto di lavoro".

Per " movimentazione manuale di carichi" si intende una delle seguenti azioni svolte da uno o più lavoratori: sollevare, tenere, deporre, spingere, tirare, portare o spostare un carico pesante.

Pur essendo recentemente diminuita, la percentuale di lavoratori nell'Unione Europea che riferiscono di compiere operazioni di trasporto o movimentazione di carichi continua a rimanere alta (34,5 %) e raggiunge il 38 % nei 10 nuovi Stati membri.

Le operazioni di movimentazione dei carichi possono compromettere seriamente la salute dei lavoratori: il "mal di schiena" è infatti uno dei principali disturbi professionali riferiti nell'Unione europea (23,8%), percentuale che sale al 38,9% nei nuovi Stati membri.

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

Le lesioni possono essere di due tipi:
- disturbi cumulativi dovuti alla graduale usura cumulativa dell'apparato muscoloscheletrico riconducibile a operazioni continue di sollevamento o movimentazione
- traumi acuti quali ferite o fratture in seguito a infortuni.

Tra le **cause delle lesioni** nella movimentazione riferibili alle caratteristiche del carico vi è ovviamente quella del peso dell'oggetto. A questo proposito l'Agenzia Europa sottolinea come il limite di 25 kg (20 per le donne), che normalmente è considerato sicuro, può in realtà non esserlo per molte persone.

Tra le altre caratteristiche del carico da movimentare che possono essere causa di lesioni vi sono:
- troppo grande: se il carico è ingombrante, diventa impossibile rispettare le regole di base per il sollevamento e il trasporto, ossia tenere il carico il più possibile vicino al corpo; pertanto, la muscolatura si affatica più rapidamente;
- difficile da afferrare: la conseguenza può essere un incidente dovuto al fatto che il carico è scivolato di mano; i carichi con bordi spigolosi o contenenti materiali pericolosi possono ferire i lavoratori;
- instabile o sbilanciato: ciò comporta un sovraccarico su determinati muscoli e affaticamento, dato che il centro di gravità dell'oggetto è lontano dal centro del corpo del lavoratore;
- difficile da raggiungere: il fatto di dover stendere le braccia o di dover piegare o ruotare il tronco per poter raggiungere il carico implica un maggiore sforzo muscolare;
- ha una forma o dimensioni tali da impedire la visuale al lavoratore: in tal caso aumentano le possibilità che il carico scivoli o sfugga di mano o che il lavoratore cada o urti qualcosa o qualcuno.

La scheda analizza inoltre le **cause di lesioni** dovute al tipo di attività lavorativa e all'ambiente di lavoro: ad esempio un'illuminazione scarsa può accrescere il rischio di infortuni o costringere i lavoratori ad assumere posture scorrette per vederci meglio.

Oppure il calore può far aumentare il senso di stanchezza dei lavoratori e il sudore rende difficile l'uso degli attrezzi, costringendo le persone a ricorrere maggiormente alla forza per poterli utilizzare. Viceversa il freddo può far perdere sensibilità alle mani e, di riflesso, ostacolare la presa.

Dopo aver analizzato le misure preventive che l'azienda può mettere in atto, la scheda si sofferma sulle tecniche di movimentazione corrette.

Prima di sollevare un carico, è infatti sempre necessario pianificare e preparare l'operazione, assicurandosi di:

- sapere dove state andando;
- verificare che la zona in cui dovete operare sia libera da ostacoli;
- afferrare il carico con sicurezza;
- verificare che le mani, il carico ed eventuali maniglie non siano scivolosi;
- se l'operazione è eseguita con un'altra persona, concordare prima come procedere.

Le regole fondamentali per sollevare un carico sono sintetizzate in:
- posizionare i piedi accanto al carico, piegando il tronco sopra l'oggetto da trasportare (se ciò non fosse possibile, tenere il corpo molto vicino al carico);
- utilizzare la muscolatura delle gambe per sollevare il carico;
- tenere la schiena ben eretta;
- tenere il carico il più possibile vicino al corpo;
- sollevare e trasportare il carico con le braccia distese verso il basso.

La scheda " Pericoli e rischi associati alla movimentazione manuale di carichi sul posto di lavoro" (file PDF, 139 kB).

Questo articolo è pubblicato sotto una Licenza Creative Commons.

---

www.puntosicuro.it