

Versione gennaio 2009

Factsheet

Sistema di prevenzione ergonomica: più efficacia ed efficienza

A chi non capita di lamentare disturbi muscolo-scheletrici come dolori alla nuca, alle spalle, alle braccia o alla schiena? Questi disturbi incidono pesantemente sul nostro benessere e si ripercuotono anche sulla produttività delle imprese. È però possibile prevenirli con adeguate misure ergonomiche, come una corretta impostazione del piano della scrivania e della sedia (per una definizione di ergonomia si veda il riquadro in basso).

Per molte aziende la gestione del rischio è ormai diventata una pratica scontata. Spesso, però, non viene riconosciuta l'importanza dell'ergonomia come fattore di successo. Di conseguenza, nella maggior parte delle imprese manca un sistema di prevenzione a livello ergonomico oppure, se esiste, si rivela insufficiente. Anche se nella maggior parte delle realtà aziendali si ha un'idea di cosa sia l'ergonomia e dei suoi principi, vengono spesso applicate soltanto misure puntuali senza alcuna sistematica.

Questa situazione è riconducibile in primo luogo al fatto che i dirigenti non riconoscono la necessità di un sistema di prevenzione basato sull'ergonomia. La conseguenza è che non si definiscono obiettivi in questo campo e quindi nella gran parte delle aziende manca un processo che permetta di implementare un tale sistema di prevenzione.

Guida pratica per la rapida implementazione di un sistema di prevenzione a livello ergonomico

- Definite un processo per la prevenzione a livello ergonomico. Integrate nelle linee guida dell'azienda la prevenzione dei disturbi alla schiena, alla nuca, alle spalle e alle braccia come misura per la sicurezza sul lavoro.
- Designate un centro di responsabilità per l'ergonomia (integrato, ad esempio, nella gestione del rischio e della qualità) che si occupi di questo processo.
- Estendete il processo di prevenzione ergonomica a tutte le unità organizzative (sistema integrato), tenendo conto delle caratteristiche specifiche della vostra azienda. Analizzate la struttura organizzativa dell'azienda sotto l'aspetto ergonomico (valutazione del rischio ergonomico) e progettate i processi lavorativi in base a criteri ergonomici. Valutate i rischi ergonomici in tutte le unità produttive. Laddove necessario, modificate le strutture e i processi organizzativi in modo da ovviare a questi rischi (sviluppo dell'organizzazione). In base alle esigenze ergonomiche, definite il fabbisogno di personale e i turni. Analizzate dal punto di vista ergonomico le apparecchiature e le attrezzature di lavoro in uso e valutate i carichi movimentati nell'azienda.

- L'analisi del rischio ergonomico deve essere affidata ad uno specialista.
- Istruite il personale sugli aspetti che riguardano l'ergonomia, dedicando particolare attenzione alla formazione del personale a prestito.
- Formate una rete aziendale di esperti (di tutte le unità organizzative) attraverso attività di formazione per i responsabili dell'ergonomia e periodici resoconti.
- Definite dei fattori e degli indici di riferimento per la valutazione del processo di prevenzione e verificateli regolarmente.
- Per realizzare strutture e processi lavorativi ergonomici, è fondamentale verificare e ottimizzare le premesse materiali, intese in senso lato: caratteristiche edilizie, disposizione dei locali/architettura del posto di lavoro, attrezzature e strumenti di lavoro, manutenzione delle apparecchiature. Sono da preferire le apparecchiature che riducono i fattori di disturbo fisico. Occorre dedicare particolare attenzione alla manutenzione perché le macchine che ricevono una manutenzione insufficiente creano maggiori disagi per l'utente.

Come si può vedere dalle raccomandazioni riportate sopra, la realizzazione di un sistema di prevenzione nel campo dell'ergonomia richiede determinate risorse economiche.

Vale comunque la pena di effettuare questo investimento perché il controllo sistematico dei rischi ergonomici all'interno dell'azienda non contribuisce a ridurre soltanto i disturbi muscolo-scheletrici, ma anche la frequenza e la gravità degli infortuni.

Le misure riportate in questo articolo sono state proposte dalla sezione sanità della *International Social Security Association (ISSA)* nel quadro di una collaborazione internazionale allo scopo di integrare nelle aziende un sistema di prevenzione a livello ergonomico. Esse saranno prossimamente pubblicate dalla ISSA stessa.

Altre informazioni

L'elenco dei valori limite 2009 contiene un nuovo capitolo dedicato ai valori limite per gli agenti fisici, utile come riferimento per attuare un sistema di prevenzione ergonomica ([codice Suva 1903](#)).

Per un'analisi della situazione si può ricorrere al "Test di ergonomia: movimentazione manuale di carichi" (metodo KIM o *Key Indicator Method* applicato alla movimentazione di carichi, [codice Suva 88190.i](#)).

Per ulteriori supporti informativi si rimanda alla pagina Internet: www.suva.ch/ergonomie

Secondo la definizione dell'IEA (International Ergonomics Association), l'ergonomia è la disciplina che si occupa dell'adattamento delle condizioni di lavoro alle caratteristiche dell'organismo umano. Essa si propone di modificare i processi tecnici e organizzativi in base al fattore uomo così da favorire il benessere della persona e migliorare la prestazione dell'intero sistema.