

Regione Umbria



Scuola Umbra di
Amministrazione Pubblica

CORSO DI FORMAZIONE PER R.L.S.

Art. 37 D.Lgs. n. 81/2008 e s.m.i.

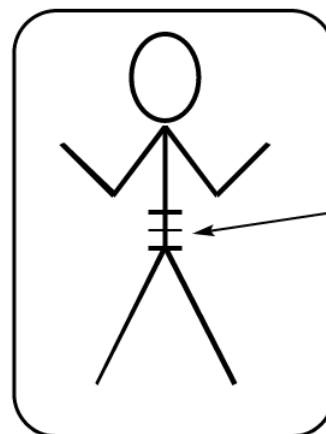
LA VALUTAZIONE DEI RISCHI

Movimentazione manuale dei carichi



Art. 167 – Campo di Applicazione

Le norme del presente titolo si applicano alle attività lavorative di **movimentazione manuale dei carichi** che comportano per i lavoratori rischi di patologie da sovraccarico biomeccanico, in particolare **dorso-lombari**.



*rischi di lesioni
dorso-lombari*

Art. 167 – Campo di Applicazione

Ai fini del presente titolo, s'intendono:

- a) **movimentazione manuale dei carichi**: le operazioni di trasporto o di sostegno di un carico ad opera di uno o più lavoratori, comprese le azioni del sollevare, deporre, spingere, tirare, portare o spostare un carico, che, per le loro caratteristiche o in conseguenza delle condizioni ergonomiche sfavorevoli, comportano rischi di patologie da sovraccarico biomeccanico, in particolare dorso-lombari;

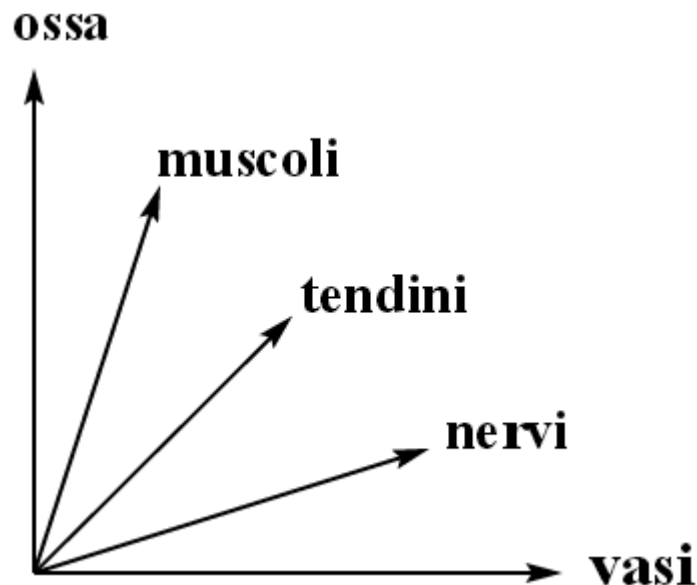
Art. 167 – Campo di Applicazione (3)

Ai fini del presente titolo, s'intendono:

- b) **patologie da sovraccarico biomeccanico:** patologie delle strutture osteoarticolari, muscolo-tendinee e nervovascolari.

Cosa si intende per lesioni dorso –lombari?

Si intendono lesioni a carico di:

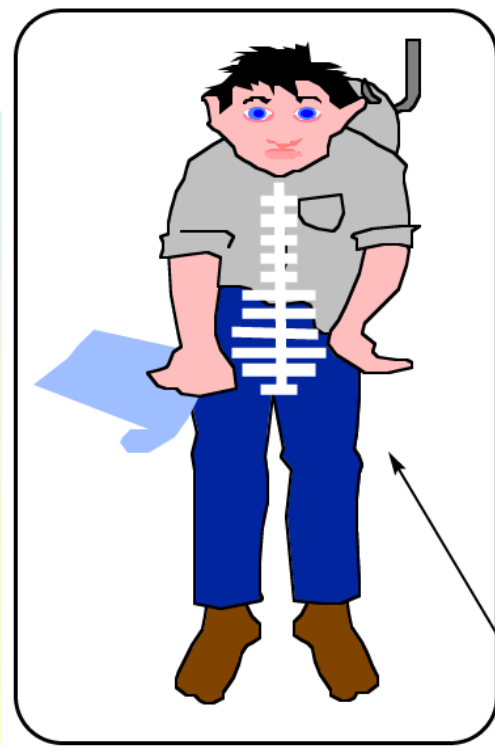


... a livello dorso-lombare

Il livello dorso-lombare si riferisce a parti della colonna vertebrale che viene detta anche rachide.

Che funzione ha nel nostro corpo la colonna vertebrale?

Ha una funzione di sostegno nel mantenimento delle posizioni del corpo e nel compimento di movimenti.

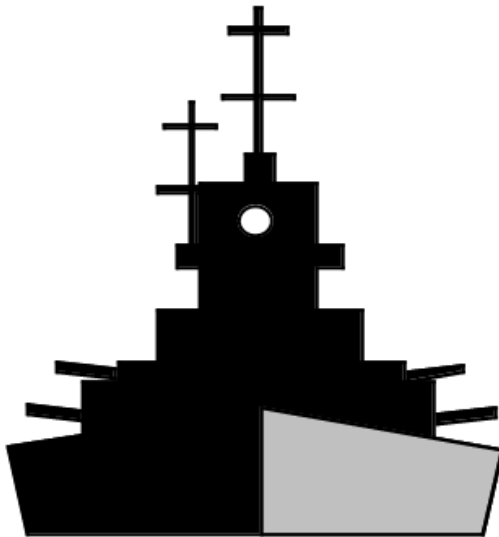


FUNZIONE DI SOSTEGNO

Quale è la struttura del rachide?

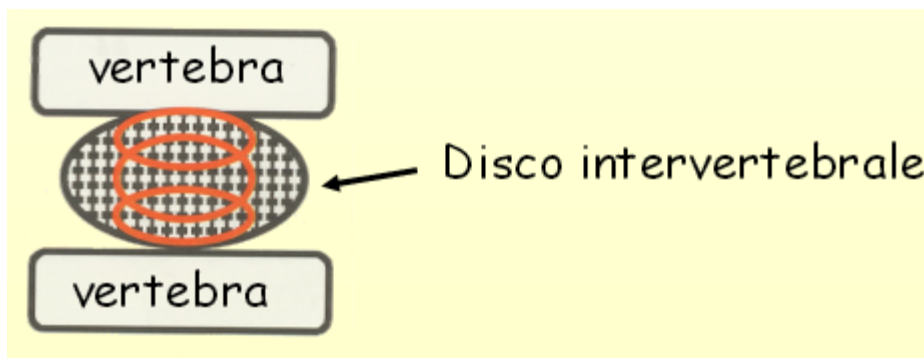
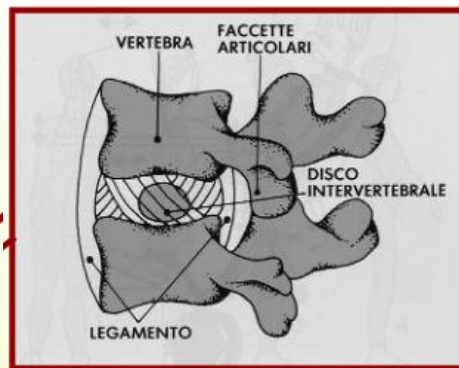
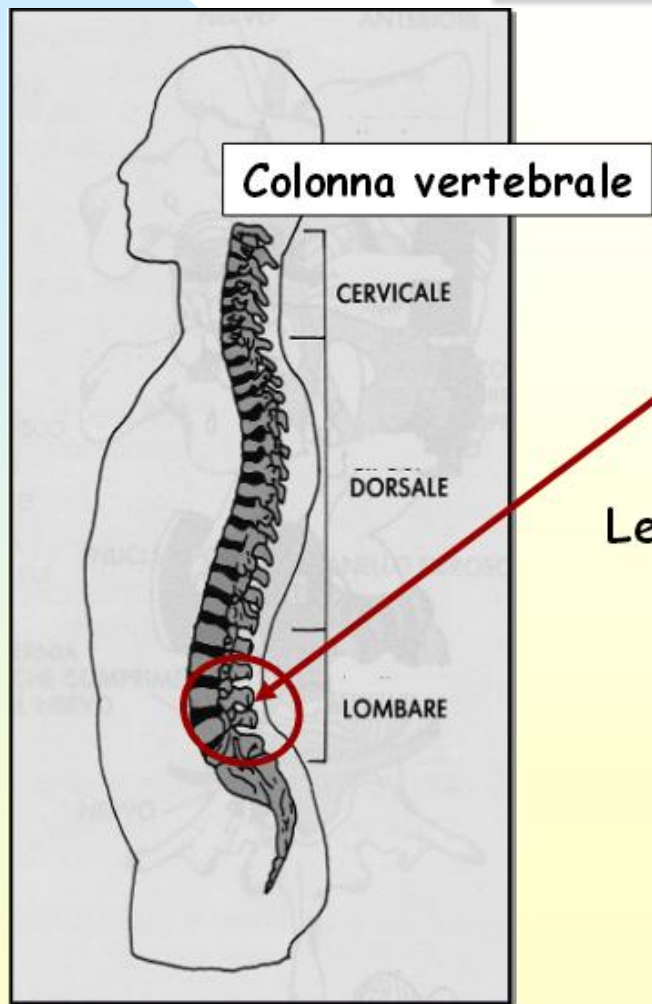
È formato da segmenti ossei detti vertebre.

Le vertebre sono disposte una sull'altra.



Possiamo immaginare il rachide nell'insieme come l'albero di una nave fissato al bacino con legamenti e muscoli che sale fino alle spalle dove sorregge una grossa trave trasversale che unisce le spalle

Quale è la struttura del rachide?

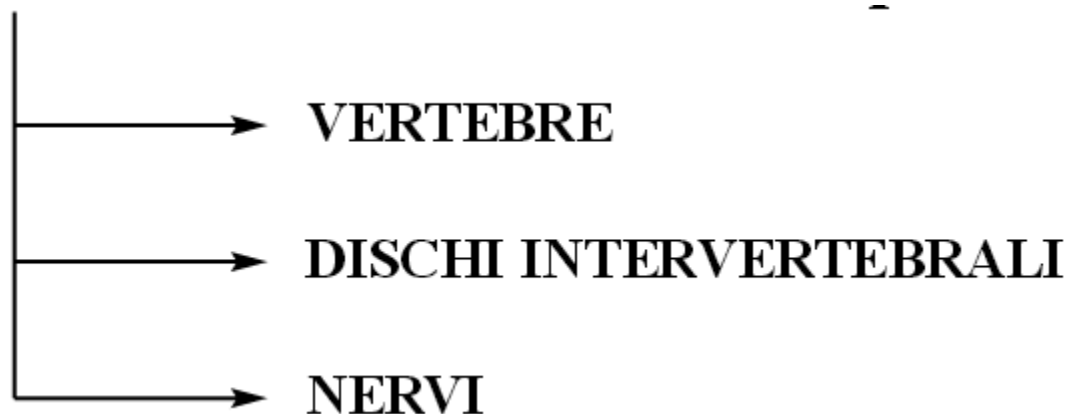


Tra una vertebra e l'altra c'è un cuscinetto ammortizzante ed elastico detto disco intervertebrale

In questo sistema sono soprattutto le vertebre lombari a sopportare il carico più consistente delle forze applicate a tutto il rachide

Da che cosa è provocato il mal di schiena?

Il mal di schiena è un sintomo di alterazioni a carico soprattutto di:



Quali sono le alterazioni più frequenti?

Artrosi

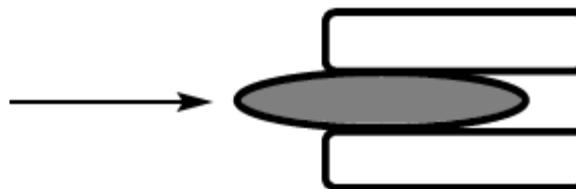
È una malattia degenerativa delle articolazioni, che determina la ricostruzione irregolare dell'osso



Ernia del disco

È determinata dalla fuoriuscita del disco intervertebrale dalla sua sede

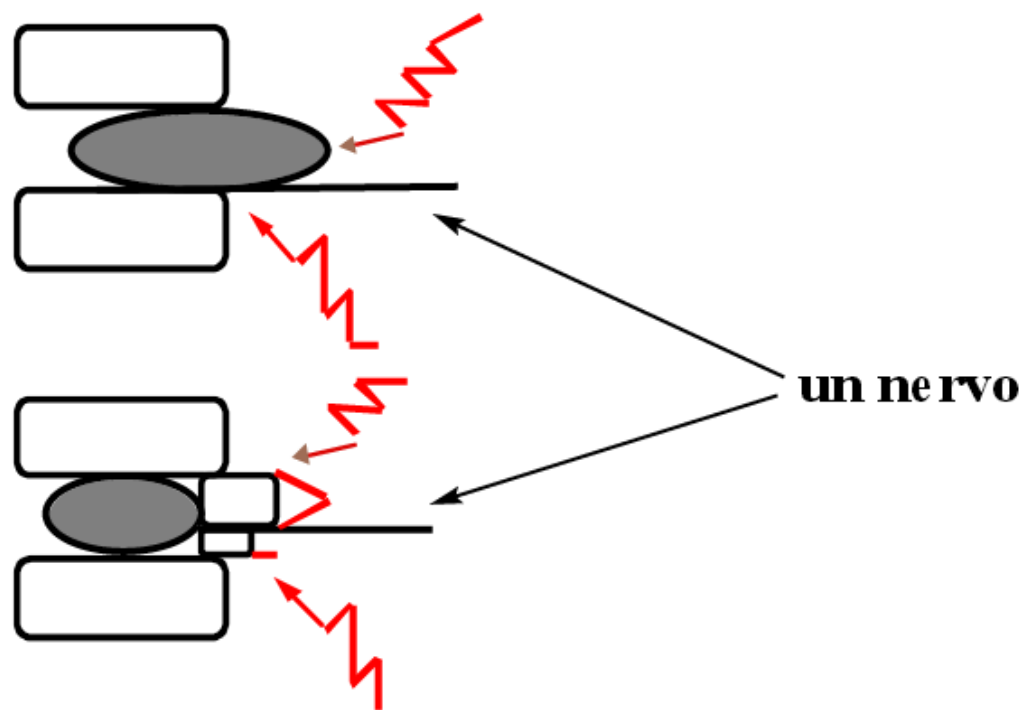
con formazione di ernie



Quali sono le alterazioni più frequenti?

Sciatica

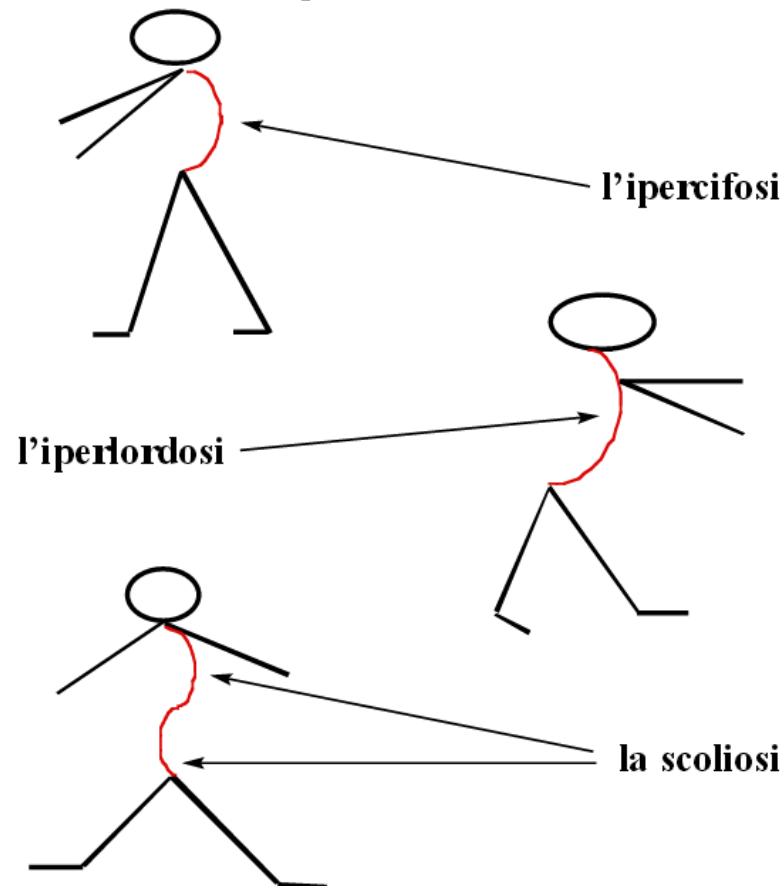
Sia l'ernia del disco che l'artrosi possono comprimere



determinando irritazione e dolore

Quali sono le alterazioni più frequenti?

Alterazioni delle curve della colonna



Art. 168 – Obblighi del Datore di Lavoro

Il datore di lavoro adotta le misure organizzative necessarie e ricorre ai mezzi appropriati, in particolare attrezzature meccaniche, per evitare la necessità di una movimentazione manuale dei carichi da parte dei lavoratori.



Art. 168 – Obblighi del Datore di Lavoro

Qualora non sia possibile evitare la movimentazione manuale dei carichi ad opera dei lavoratori, il datore di lavoro adotta le **misure organizzative** necessarie, ricorre ai **mezzi appropriati** e fornisce ai lavoratori stessi i mezzi adeguati, allo scopo di ridurre il rischio che comporta la movimentazione manuale di detti carichi, tenendo conto dell'Allegato XXXIII.



Art. 168 – Obblighi del Datore di Lavoro



Allegato XXXIII

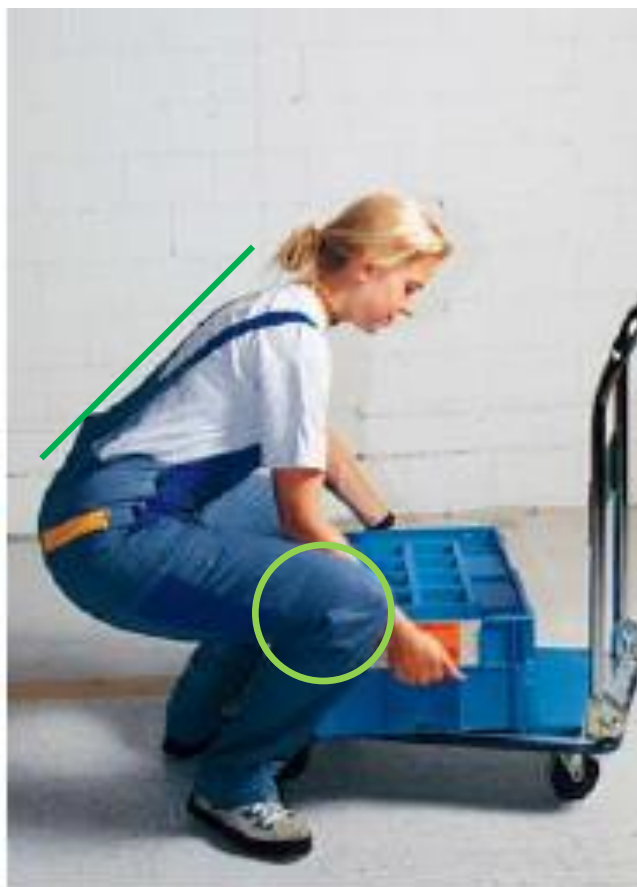
CARATTERISTICHE DEL CARICO

	Massa di riferimento (oppure CP – costante di peso)	
	Maschi	Femmine
Età 18 – 45 anni	25	20
Età < 18 o > 45 anni	20	15

I rischi sono maggiori quando:

- l'oggetto deve essere preso o lasciato lontano dal corpo (su uno scaffale distante, in alto ...);
- durante lo spostamento l'oggetto deve essere tenuto lontano dal corpo (è sporco, ha punte o spigoli pericolosi ...);
- si ruota il busto nello spostare l'oggetto (es.: lo prendo da uno scaffale alla mia destra e lo devo poggiare su un piano alla mia sinistra);
- l'oggetto da spostare è difficile da prendere (è morbido, irregolare, tende a scivolare, è caldo ...)





Nel sollevamento dei carichi prestare particolare attenzione alla posizione del corpo, ossia, bisogna sollevare il carico con la schiena diritta e le ginocchia piegate

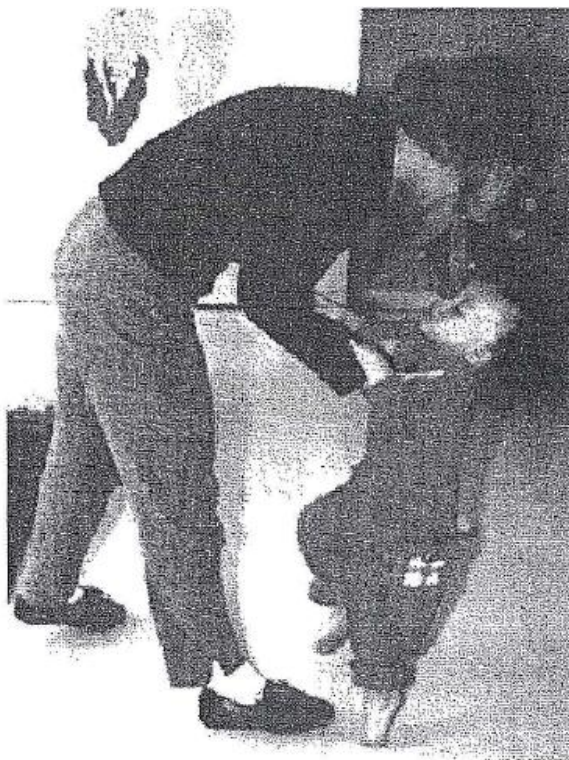


Nel sollevamento dei carichi prestare particolare attenzione alla posizione del corpo (raccogliendo oggetti, spostando pesi, sollevando persone), ossia, bisogna sollevare il carico con la **schiena dritta** e le **ginocchia piegate**.



11/11/11

Se si solleva un carico inarcando la schiena i dischi intervertebrali vengono deformati e compressi maggiormente sulla parte anteriore che posteriore.





Muovere una persona non è come muovere un oggetto.

È molto più difficile per varie ragioni:

- 1) La forma del corpo è irregolare
- 2) Non in tutti i casi c'è una presa sicura e comoda
- 3) Non si devono procurare danni alla persona dell'anatomia, per muoverlo con facilità senza causargli dolore.



Ci sono vari tipi di pazienti/assistiti anziani, ad esempio quelli che:

- Hanno bisogno solo di qualche aiuto
- Sono in grado di muoversi con l'aiuto di bastoni o stampelle
- Non sono in grado di alzarsi in piedi da soli, ma possono aiutarsi, non camminano
- Non sono in grado di alzarsi in piedi, non sono in grado di aiutarsi, possono stare in carrozzella
- Sono immobilizzati a letto e non sono in grado di aiutarsi

FORMAZIONE E ADDESTRAMENTO

Ogni caso ha una diversa difficoltà: le persone autonome vanno solo aiutate in particolari occasioni, mentre accudire un malato completamente immobile richiede una notevole **preparazione tecnica** e **ausili** che possono essere utilizzati per movimentare delle persone.

FORMAZIONE E
ADDESTRAMENTO

AUSILI

Ogni caso ha una diversa difficoltà:
le persone autonome vanno solo
aiutate in particolari occasioni,
mentre accudire un malato
completamente immobile richiede
una notevole **preparazione tecnica**
e **ausili** che possono essere
utilizzati per movimentare delle
persone.



FORMAZIONE E ADDESTRAMENTO

