

Movimentazioni manuali

Standard



Indice

1	Introduzione.....	3
2	Requisiti	3
3	Dispositivi di protezione individuale.....	4
4	Idoneità medica e risposta sanitaria	4
5	Valutazione dei rischi e pianificazione.....	4
5.1	Sollevamento.....	4
5.2	Controllo.....	5
6	Formazione.....	6
7	Monitoraggio e revisione.....	6
8	Informazioni sulle modifiche.....	6

© Ericsson AB 2021

Tutti i diritti riservati. Le informazioni contenute nel presente documento sono di proprietà di Ericsson. Le informazioni presenti in questo documento sono soggette a modifica senza preavviso ed Ericsson non si assume alcuna responsabilità per imprecisioni oggettive o errori tipografici.



1 Introduzione

Nel presente standard vengono illustrati i requisiti minimi per la movimentazione manuale delle merci per garantire che la salute e la sicurezza delle persone che possono svolgere tale lavoro direttamente o indirettamente non siano compromesse.

I requisiti devono essere applicati a tutte le attività lavorative che comportano la movimentazione manuale delle merci (ad esempio sollevamento, abbassamento, spinta, traino, trasporto, sostegno). La movimentazione di sostanze chimiche non è inclusa in questo standard, ma descritta nello standard per la [movimentazione delle sostanze chimiche](#)

Se la legislazione locale è più severa rispetto ai requisiti della presente istruzione, si applicano i requisiti legislativi locali.

2 Requisiti

Nell'esecuzione delle mansioni di movimentazione manuale devono essere seguiti i seguenti requisiti:

- le attività di movimentazione manuale non dovranno mettere a rischio inaccettabile i dipendenti o altri;
- i dipendenti in gravidanza o con disturbi muscoloscheletrici preesistenti non dovranno svolgere attività di movimentazione manuale;
- le attrezzature di movimentazione meccanica devono essere utilizzate, ove possibile, da una persona autorizzata e addestrata ad utilizzarla;
- se le attività di movimentazione manuale non possono essere eliminate, valutare il rischio di lesioni conseguenti impossibili da evitare e ridurre il rischio di lesioni da manipolazione manuale, nella misura ragionevolmente praticabile;
- rivedere l'efficacia delle misure di controllo o soluzioni;
- si dovrebbe inoltre fare attenzione a garantire che le attività pertinenti non mettano a rischio gli altri;
- un soggetto non dovrebbe mai tentare di sollevare carichi pesanti da solo;
- quando due o più soggetti sollevano un carico, dovrà essere nominato un componente della squadra per dare istruzioni e garantire che ogni soggetto sollevi una quota uguale e che la squadra lavori insieme;
- gli indumenti, le calzature, ecc. indossati dai dipendenti non devono ostacolare una manipolazione manuale sicura, ad esempio evitare guanti scivolosi, calzature leggere e indumenti larghi che possono impigliarsi durante il sollevamento. Assicurarsi che l'abbigliamento troppo stretto non limiti il movimento, e



- chiunque sia tenuto a maneggiare manualmente i carichi deve ricevere un'adeguata formazione sulla movimentazione manuale

3 **Dispositivi di protezione individuale**

Per il lavoro devono essere indossati i dispositivi di protezione appropriati:

- guanti di qualità appropriata (ad esempio considerando la destrezza e la resistenza al taglio) in caso di rischio di taglio delle mani;
- calzature di protezione; e
- indumenti appropriati che non ostacolino una manipolazione manuale sicura (ad esempio, gli indumenti laschi devono essere evitati in quanto possono impigliarsi durante il sollevamento).

4 **Idoneità medica e risposta sanitaria**

Le condizioni di salute di un dipendente fanno parte, ove consentito dalla legge, della valutazione del rischio locale.

5 **Valutazione dei rischi e pianificazione**

Quando un'attività di movimentazione manuale non può essere eliminata, deve essere valutata per i rischi. Il sollevamento è il modo di manipolazione manuale che ha maggiori probabilità di dare luogo a lesioni e sarà utilizzato in questa istruzione come esempio di cosa prendere in considerazione nella valutazione del rischio.

5.1 **Sollevamento**

Quando la movimentazione manuale include il sollevamento, la valutazione del rischio comprende quattro fattori: compito, carico, ambiente di lavoro e capacità individuali.

Il compito, che si concentra sui movimenti richiesti ai dipendenti durante la movimentazione del carico, può essere valutato da sotto prospettive:

- l'altezza da cui il carico viene raccolto, trasportato o posato;
- la ripetizione del compito;
- il ritmo di lavoro;
- la distanza di trasporto;
- le pause di riposo consentite; e
- la postura scomoda, come chinarsi (tenere le gambe dritte e chinarsi all'indietro), torcersi (girare le spalle mentre i piedi rimangono fermi), sollevare il carico su una distanza verticale, oltrepassare l'altezza della spalla, tenere il carico lontano dal tronco e così via.



Il carico, che si concentra sul carico movimentato, può essere valutato da sotto prospettive:

- peso;
- ingombro;
- forma e bordi;
- stabilità;
- baricentro;
- disponibilità di maniglie;
- temperatura; e
- altri pericoli.

L'ambiente di lavoro, che si concentra sul posto ove avviene la manipolazione, può essere valutato come segue:

- limitazioni sull'area di lavoro disponibile;
- superficie del pavimento e cambiamenti nel livello del pavimento;
- livello di illuminazione; e
- temperatura e umidità.

Le capacità individuali, che si concentrano sul dipendente che svolge l'attività di movimentazione, possono essere valutate come segue:

- capacità insolite richieste ai dipendenti (ad esempio resistenza, resistenza, dimensioni o tecnica insolite) e
- rischio significativo per i soggetti vulnerabili, come donne incinte o dipendenti con lesioni a schiena, tendini, legamenti o muscolari preesistenti.

5.2

Controllo

Il controllo del rischio nella movimentazione manuale può essere ottenuto utilizzando la gerarchia di controlli seguente:

- eliminando la movimentazione manuale mediante automazione o meccanizzazione dell'attività di movimentazione;
- utilizzando assistenti di movimentazione che non eliminano la movimentazione manuale ma la rendono molto più semplice;
- modificando il compito per mezzo di:
 - controllo della movimentazione ripetitiva introducendo frequenti pause di riposo o rotazione delle mansioni per ridurre al minimo il periodo di tempo in cui un singolo dipendente deve eseguire l'attività;
 - eliminazione delle posture scomode come chinarsi, torcersi e così via modificando la disposizione della postazione di lavoro; e
 - utilizzo di un tavolo o un montacarichi per portare il carico all'altezza della vita per eliminare il prelievo dal livello del pavimento.
- Modificando del carico:



- scomponendolo in parti più leggere;
 - utilizzando diversi dipendenti per gestire un carico grande e ingombrante piuttosto che un dipendente solo;
 - stabilizzando un carico instabile fissarlo o metterlo in un contenitore;
 - contrassegnando un carico con un baricentro eccentrico in modo che i dipendenti possano vedere dove si trova il baricentro stesso; e
 - fissando maniglie a un carico con diverse modalità di presa.
- Modificando l'ambiente:
 - riorganizzando l'area di lavoro per lasciare più spazio per l'attività di movimentazione;
 - livellando un pavimento irregolare per lo spostamento e l'impilamento; e
 - fornendo ulteriore illuminazione in una posizione scarsamente illuminata.
 - Garantendo che le capacità individuali siano abbinate all'attività. Ad esempio, se l'attività richiede capacità insolite, i dipendenti devono avere tale capacità; se è necessaria una tecnica, i dipendenti devono essere formati in modo da sviluppare tale tecnica.

6 **Formazione**

La formazione sulla movimentazione manuale deve fornire ai dipendenti la possibilità di riconoscere i rischi e decidere il modo migliore per svolgere i compiti.

7 **Monitoraggio e revisione**

Il rispetto della presente norma è monitorata rivedendo e tenendo traccia di:

- statistiche sugli incidenti;
- richieste di risarcimento assicurativo;
- formazione; e
- valutazione dell'efficacia delle misure di controllo o soluzioni.

8 **Informazioni sulle modifiche**

Riepilogo delle modifiche dall'ultima revisione:

- 1 Riscritta l'Introduzione
- 2 Riscritti i Requisiti e aggiunto contenuto
- 3 Aggiunto Idoneità medica e risposta
- 4 Riscritta Valutazione del rischio e pianificazione e aggiunta di contenuti