

**ATTIVITÀ SIGNIFICATIVA PER LA SICUREZZA E SALUTE**
Scheda guida di prevenzione e protezione**gruppo**
Riv

CIRCOSTANZA DI RISCHIO

Lavori che richiedono movimenti muscolari prolungati faticosi e ripetitivicod. att.
M7**1-DESCRIZIONE ATTIVITÀ**

Rientrano in questa situazione di rischio tutte le attività che prevedono movimenti muscolari faticosi e ripetitivi quali ad esempio quelle in cui :

- si utilizzano per molto tempo utensili manuali pesanti, ingombranti e/o che non hanno una buona distribuzione del peso,
- si utilizzano per molto tempo utensili manuali che lavorano a grandi velocità e/o che producono forti vibrazioni per cui è necessario esercitare una grande forza sia per evitare il rinculo sia per mantenere fermo l'utensile,
- si utilizzano per molto tempo utensili manuali molto piccoli e sui quali è necessario esercitare una grande forza muscolare per poterli utilizzare nel modo corretto;
- si è costretti ad effettuare movimenti od azioni con le mani lontano dal corpo
- si effettuano lunghi viaggi alla guida di autoveicoli
- si utilizzano per lungo tempo macchine operatrici
- si effettuano operazioni manuali stando seduti oppure in piedi
- per eseguire le operazioni si effettuano gli stessi movimenti per lungo tempo e/o ove il ciclo di operazioni è molto breve
- si digitano documenti al VDT
- si selezionano prodotti, materiali
- si impacchettano materiali, prodotti, sostanze
- si lavora in una catena di montaggio

2-RISCHI POTENZIALI CARATTERISTICI*Rischi per la salute:*

movimento muscolare faticoso e ripetitivo che può determinare i seguenti effetti:

- dolori muscolari, dolori ai tendini, dolori alle dita delle mani, delle braccia e/o delle spalle
- infiammazioni, rigonfiamenti, debolezza e stanchezza
- fatica fisica

3-SITUAZIONI CRITICHE

Si ha situazione critica ogni qualvolta l'operatore è costretto ad operare nelle seguenti situazioni:

- in posture scomode
- con necessità di esercitare elevate forze
- a basse temperature
- impossibilità di effettuare pause

4-EVENTI INCIDENTALI POTENZIALI

-

5 -MISURE E PROCEDURE DI PREVENZIONE E PROTEZIONE**5.1 Prima di iniziare l'attività:**

- se necessario indossare i dispositivi di protezione individuale (vedi sezione 6) verificandone preventivamente l'efficienza e/o l'integrità
- sistemarsi nella posizione più confortevole possibile
- pianificare, ove possibile, l'attività in modo da poter variare i compiti che prevedono movimenti ripetitivi con altri diversi e riposanti

5.2 Durante l'attività:

- effettuare periodicamente delle pause, alternando lavori ripetitivi e pesanti con altri più leggeri e meno ripetitivi
- evitare, ove possibile, di lavorare continuamente allungando le mani, piegandosi su un lato solo, muovendo il corpo

**ATTIVITÀ SIGNIFICATIVA PER LA SICUREZZA E SALUTE**
Scheda guida di prevenzione e protezione

- evitare, ove possibile, di lavorare per lungo tempo in una sola postura, sia seduta che in piedi

5.3 Alla chiusura delle attività:

-

5.4 Misure di carattere generale

- utilizzare ove possibile degli ausili che consentano di appoggiare gli arti
- evitare, ove possibile, di assumere posture innaturali
- progettare in modo adeguato il lay-out del posto di lavoro
- sistemare, ove possibile, l'altezza del piano di lavoro in modo che non risulti né troppo alto né troppo basso

6 - DISPOSITIVI DI PROTEZIONE E DI SICUREZZA DA ADOTTARE6.1 Dispositivi di protezione collettiva

-

6.2 Dispositivi di protezione individuale

Sulla base della valutazione del rischio:

- guanti (Rif. Manuale DPI - mG.1)

6.3 Dispositivi di sicurezza

-

7 - RIFERIMENTI7.1 P.O.S. 2°livello

-

7.2 SAFETY NET

-

7.3 Normative di riferimento

-

8 - RACCOMANDAZIONI DIVIETI E INCOMPATIBILITÀ8.1 Raccomandazioni

-

8.2 Divieti

-

8.3 Incompatibilità

-

9 - GESTIONE EMERGENZE9.1 Procedure di emergenza

-

9.2 Dispositivi per l'emergenza

-

10 - INFORMAZIONE E FORMAZIONEInformazione

-

Formazione

-

	Università degli Studi di Udine	SPA – M7
	ATTIVITÀ SIGNIFICATIVA PER LA SICUREZZA E SALUTE Scheda guida di prevenzione e protezione	
	Sistema di Prevenzione d'Ateneo	Data 3-04-04 Rev. A-01/05 Pag. 3 di 3

11 – REVISIONI A CURA DI

NUMERI TELEFONICI UTILI

<i>Emergenza Interna</i>	<i>Vigili del Fuoco</i>	<i>Forze dell'ordine</i>	<i>Pronto soccorso</i>
0432511951	115	112 - 113	118