

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

CIRCOSTANZA DI RISCHIO

Lavori che richiedono una prolungata permanenza in posture vincolate

cod. att.

M6**1-DESCRIZIONE ATTIVITÀ**

Rientrano in questa situazione di rischio tutte le attività che prevedono che il corpo (o sue parti) si mantenga per lungo tempo in una posizione vincolata e statica. Tale situazione si può determinare quando si svolgono attività in cui:

- è necessario applicare la propria forza per azionare oggetti di lavoro e/o per sostenere utensili o apparecchiature lontano dal corpo
- si effettuano movimenti asimmetrici e da un lato solo del corpo,
- il collo è mantenuto ruotato con un angolo maggiore di 15°
- si effettuano lavori in cui è necessaria una continua iperestensioni degli arti
- si svolgono attività entro spazi limitati e ristretti
- si effettuano piccoli movimenti ripetuti degli arti
- si resta per lungo tempo in piedi e/o seduti
- si è alla guida di autoveicoli
- si opera nei posti di controllo delle macchine operatrici

2-RISCHI POTENZIALI CARATTERISTICI

Non si manifestano rischi per la sicurezza durante lo svolgimento di queste attività.

Rischi per la salute:

la postura vincolata determina un sovraccarico su muscoli e tendini causato dal fatto che viene impedito il normale deflusso di sangue. Gli effetti di questo sovraccarico sono:

- disturbi muscoloscheletrici
- crampi muscolari
- infiammazioni tendinee
- fatica fisica

3-SITUAZIONI CRITICHE

Si ha situazione critica ogni qualvolta l'operatore è costretto a mantenere per prolungati periodi una posizione che vincola il corpo e/o sue parti in determinate posizioni. Questa situazione può diventare maggiormente critica in presenza di attività svolte alle basse temperature (che generano una bassa circolazione del sangue ed aumentano la fatica muscolare) ed in posture scomode (che contribuiscono ad accelerare la fatica)

4-EVENTI INCIDENTALI POTENZIALI

-

5 -MISURE E PROCEDURE DI PREVENZIONE E PROTEZIONE5.1 Prima di iniziare l'attività:

- indossare i necessari dispositivi di protezione individuale (vedi sezione 6) verificandone preventivamente l'integrità e/o lo stato di efficienza
- sistemarsi nella posizione più confortevole possibile tenendo conto del tipo di attività da svolgere
- pianificare l'attività in modo che sia possibile effettuare delle pause e/o cambi di attività

5.2 Durante l'attività:

- effettuare frequenti pause per interrompere l'attività effettuando degli esercizi di rilassamento per i muscoli

5.3 Alla chiusura delle attività:

- riporre in maniera ordinata i dispositivi di protezione individuale utilizzati

5.4 Misure di carattere generale

- alternare l'attività con lavori più leggeri in modo che ogni compito sia di una durata

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

ragionevolmente breve

- utilizzare ove possibile degli ausili che consentano di appoggiare gli arti
- evitare, ove possibile, di assumere posture innaturali e scomode

Durante il lavoro in posizione seduta evitare, ove possibile, di:

- utilizzare sedile troppo alti
- lavorare con le braccia troppo vicine al corpo e/o troppo lontane
- lavorare con la testa troppo inclinata in avanti
- lavorare con il tronco inclinato troppo in avanti/indietro
- lavorare con i piedi penzolanti che rendono instabile il corpo e provocano fatica
- esercitare pressione su una sola coscia in modo da impedire un corretto deflusso del sangue

Durante il lavoro in piedi evitare, ove possibile, di:

- indossare scarpe poco confortevoli e strette e/o con tacchi troppo alti (> 2 cm)
- lavorare con il tronco inclinato troppo in avanti/indietro
- lavorare con le braccia troppo lontane dal corpo e/o troppo vicine

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

-

	Università degli Studi di Udine	SPA – M6
	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

Formazione

-

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