Dipartimento di Prevenzione
U.O.C Prevenzione e Sicurezza nei Luoghi di Lavoro
Direttore: Dr. Aldo Iacona

Il Dirigente Medico: Dr.ssa Maria Casteltermini

PREVENZIONE DELLE PATOLOGIE PROFESSIONALI MUSCOLO-SCHELETRICHE NELLA GDO

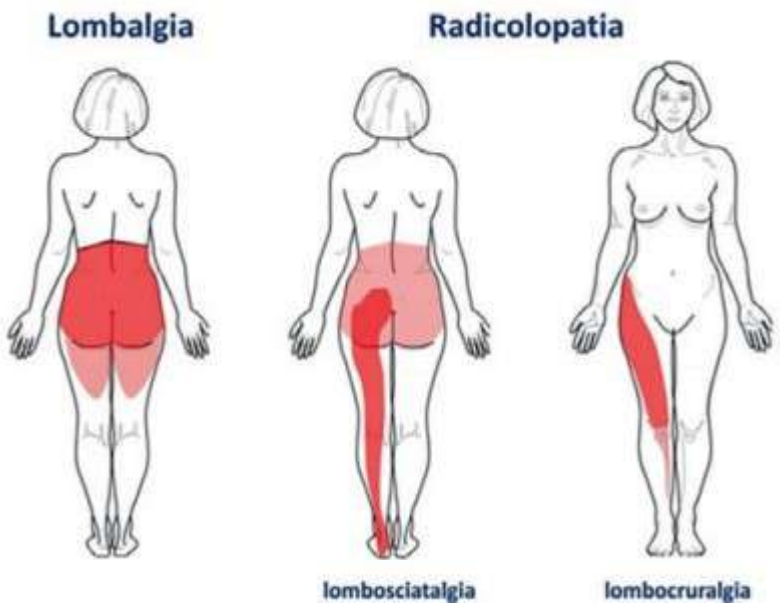
BUONE PRATICHE

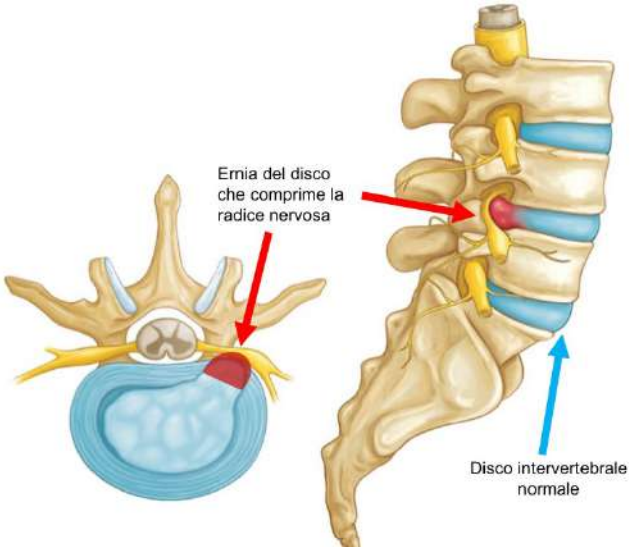
[bancadellesoluzioni]

MALATTIE MUSCOLO-SCHELETRICHE PROFESSIONALI

Malattie che che colpiscono muscoli, tendini, articolazioni, nervi e strutture ossee, causate o aggravate dalle condizioni di lavoro.
Sono tra le patologie professionali più frequenti, soprattutto nei settori della grande distribuzione organizzata (GDO), edilizia, logistica, sanità e agricoltura

PATOLOGIE PIU' COMUNI



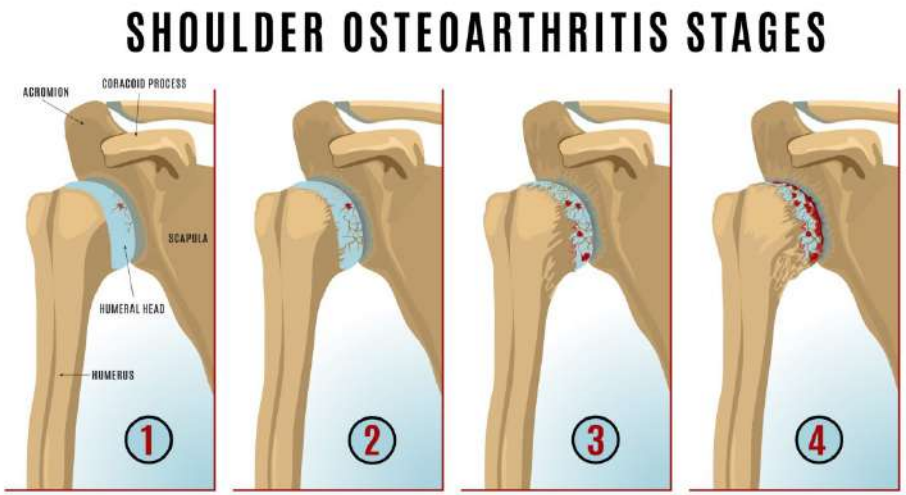


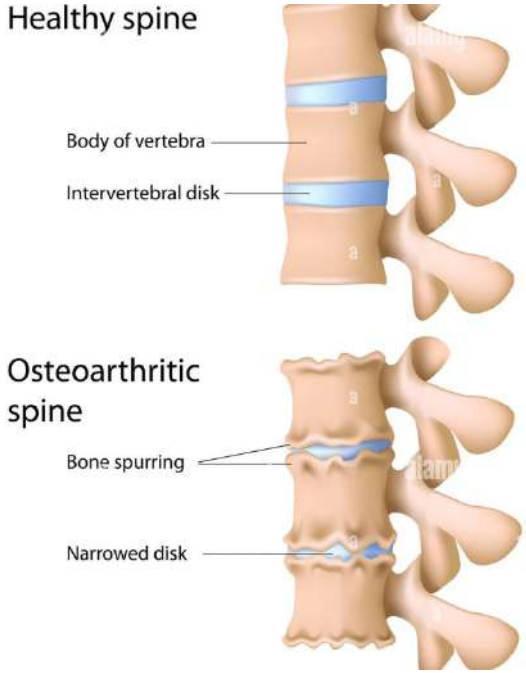
Lombalgie, lombosciatalgia, lombocruralgia, ernie discali dorso-lombari

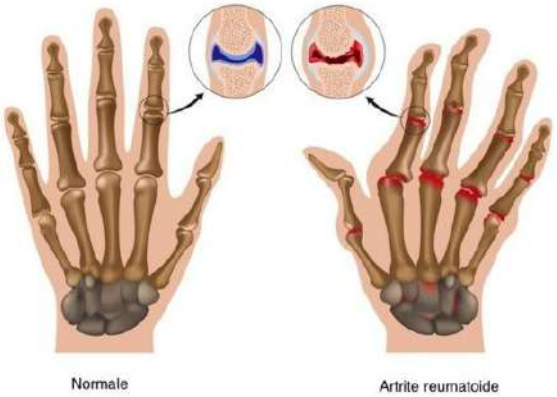
Tendiniti e tenosinoviti di spalla, gomito, polso; sindrome tunnel carpale, epicondiliti; sindrome cuffia dei rotatori

PATOLOGIE PIU' COMUNI

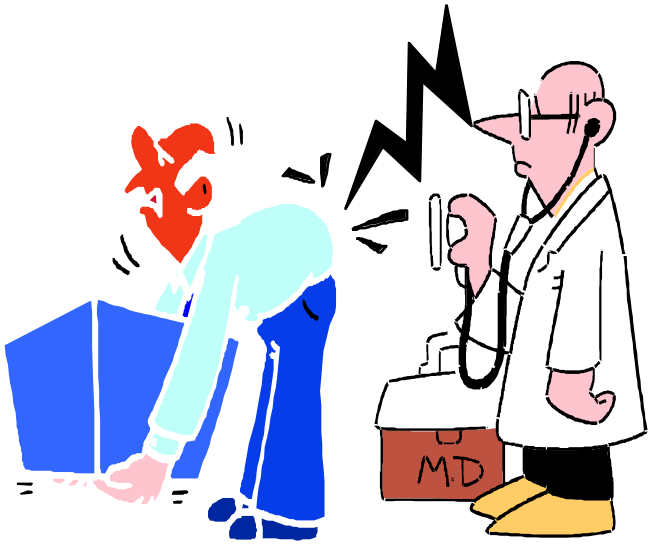
Artrosi delle piccole a grandi articolazioni



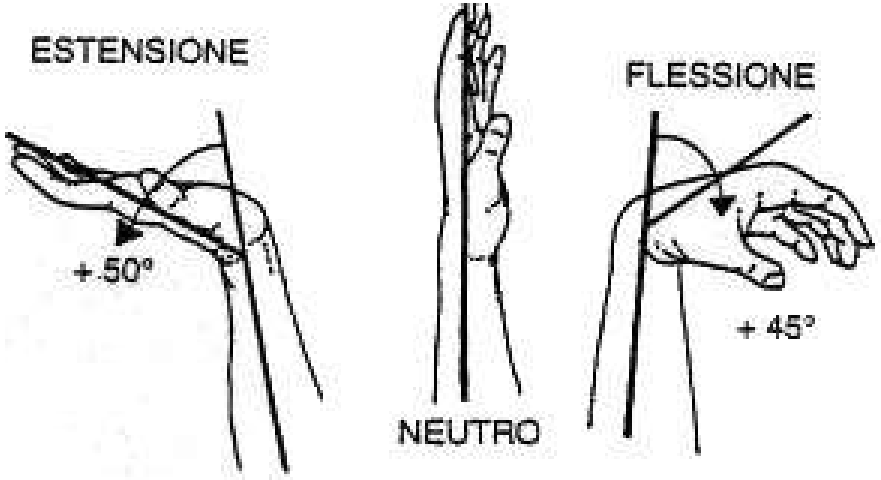




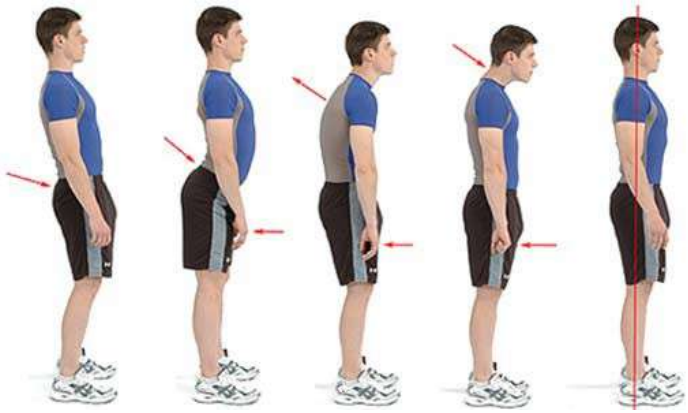
CAUSE PROFESSIONALI



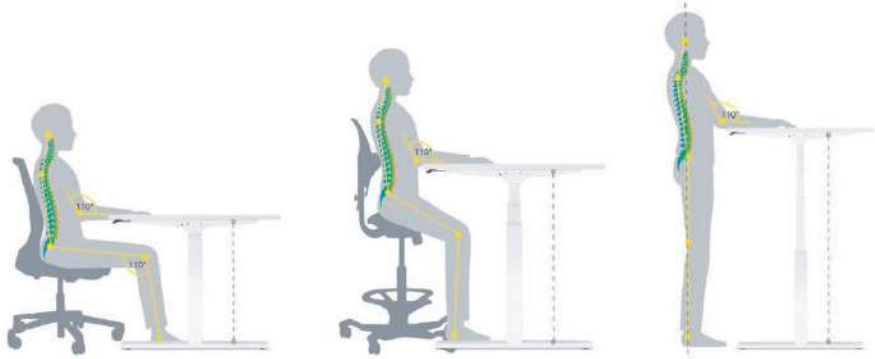
Movimentazione manuale di carichi pesanti



Movimenti ripetitivi: bassa forza ma continua



Posture scorrette, fisse e prolungate

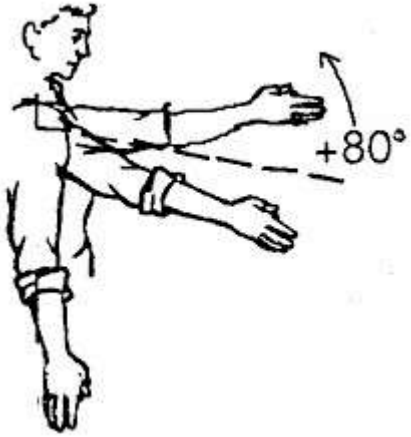


Postazioni di lavoro non ergonomiche

Rischio sovraccarico biomeccanico

Le malattie e i disturbi muscoloscheletrici da sovraccarico biomeccanico rappresentano una nelle maggiori cause di assenza per malattia in diverse attività lavorative. Alcune stime epidemiologiche riportano che cinque milioni di lavoratori italiani svolgono abitualmente attività che comportano la movimentazione manuale dei carichi.

La normativa italiana in materia di salute e sicurezza nei luoghi di lavoro (D.Lgs. 81/08) detta un approccio chiaro e non fraintendibile rispetto alla gestione dei rischi. In particolare, l'art. 15 del D.Lgs. 81/08 impone l'eliminazione dei rischi, o la loro riduzione quando ciò non fosse possibile, adottano le soluzioni tecnologiche disponibili per la messa in sicurezza.



Rischio sovraccarico biomeccanico

In quest'ottica, è nata, nel 2014, la banca delle soluzioni, un grande contenitore di soluzioni tecniche e tecnologiche, presenti sul mercato, in grado di ridurre il rischio in condizioni lavorative particolarmente critiche per la salute dei lavoratori.
La grande distribuzione organizzata, comparto a rischio per patologie da sovraccarico biomeccanico, è obiettivo del piano mirato di prevenzione 2020-2025 della Regione Sicilia, che ha individuato nella Banca delle Soluzioni, le buone pratiche da applicare per migliorare la qualità del lavoro degli operatori e ridurre il rischio di insorgenza di patologie muscolo-scheletriche.
Qui di seguito individuate quegli ausili che se utilizzati, sono in grado di contenere il rischio.

[bancadellesoluzioni]

Documento informativo destinato alla divulgazione, per indirizzare le aziende verso l'introduzione di soluzioni automatiche e non, in grado di sostituire o coadiuvare l'operatore durante le attività rischiose e di migliorarne le condizioni di lavoro.

[bancadellesoluzioni]

GRANDENDE DISTRIBUZIONE ORGANIZATA

Il contenitore (cassette, cassoni) viene poggiato sopra il carrello sollevatore tramite l'ausilio di un muletto o di qualsiasi altro mezzo. Attraverso un meccanismo a pedale, il contenitore viene Inclinato e sollevato da terra, nelle norme igienico sanitarie e favorendo sia il cliente che l'operatc re nelle operazioni di lavorazione del prodotto stesso

SOLLEVATORE PER CASSONI DELL'ORTOFRUTTA

[bancadellesoluzioni]

GRANDENDE DISTRIBUZIONE ORGANIZATA

Cassoni e cassette sovrapponibili, dotate di ruote e compattabili. Alcuni cassoni possono essere sistemati direttamente nell'area vendita, senza essere scaricati, perché dotati di apertura laterale che permette la visibilità del prodotto

CONTENITORI E CASSETTE SOVRAPPONIBILI

GRANDENDE DISTRIBUZIONE ORGANIZATA

La vasca, dotata di rulliera inclinata o centrale, agevola il passaggio dei prodotti dalle mani dell'operatore a quelle del cliente. La rulliera è posizionata a valle del processo di scansione ed è costituita da una serie di rulli che agevolano lo spostamento della merce all'interno della vasca di raccolta dei prodotti scansionati

BANCO CASSA CON MOTORIZZAZIONE ANTERIORE E RULLIERA VASCA

GRANDENDE DISTRIBUZIONE ORGANIZATA

I prodotti sono trasportati e spinti negli scaffali per mezzo di un sistema di trasporto automatico. Gli shuttles trasportano delicatamente i prodotti dal magazzino ad un corridoio di rifornimento, che è integrato all'interno degli scaffali. La scorta dello scaffale è registrata automaticamente per mezzo di un lettore montato sullo shuttle in grado di determinare volume e tempi ottimali di rifornimento dello scaffale

SISTEMA DI ALLESTIMENTO AUTOMATICO DEGLI SCAFFALI

[bancadellesoluzioni]

GRANDENDE DISTRIBUZIONE ORGANIZATA

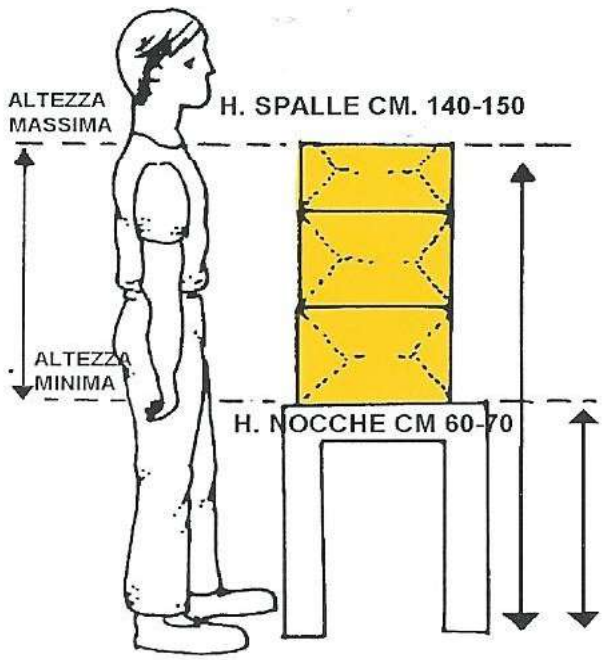
Le griglie interne al frigorifero sono dotate di ganci con maniglie per la regolarizzazione della altezza del ripiano interno del frigorifero. Le maniglie consentono all'operatore la presa del ripiano e l'abbassamento o il sollevamento, in modo da effettuare le operazioni di rifornimento del frigo mantenendo una postura ergonomica ed evitando eccessive flessioni ed estensioni del busto e degli arti superiori

GRIGLIA AD ALTEZZA REGOLABILE PER BANCO FRIGO

[bancadellesoluzioni]

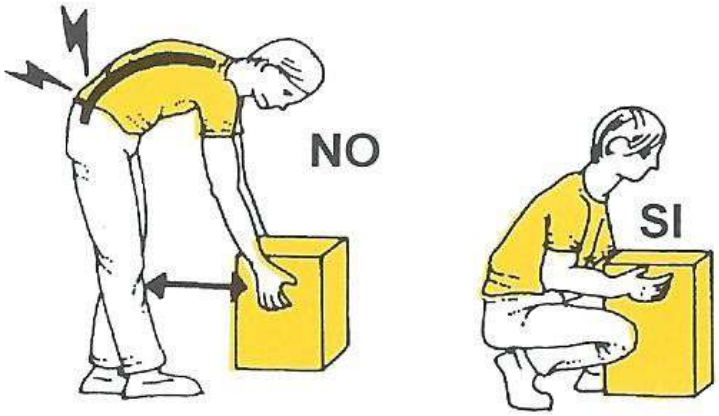
È uno strumento online, accessibile gratuitamente al seguente link: *Banca delle Soluzioni – Safety Engineering (unibo.it)* per lavoratori, datori di lavoro, professionisti della sicurezza, privati, progettisti e per chiunque sia alla ricerca di soluzioni efficaci per la progettazione delle postazioni di lavoro e delle attrezzature

MODALITÀ DI MOVIMENTAZIONE



SPOSTARE I CARICHI NELLA ZONA COMPRESA FRA L'ALTEZZA DELLE SPALLE E L'ALTEZZA DELLE NOCCHE (MANI A PUGNO LUNGO I FIANCHI)

MODALITÀ DI MOVIMENTAZIONE

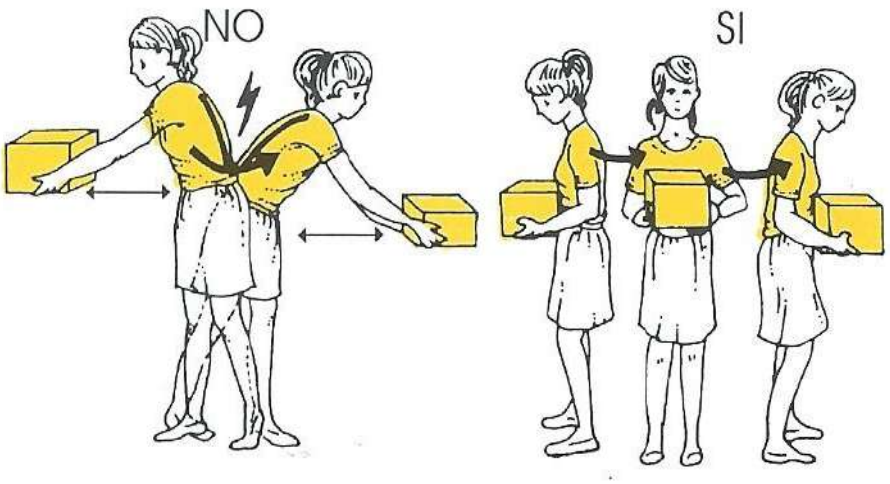


SE SI DEVE SOLLEVARE UN OGGETTO DA TERRA:

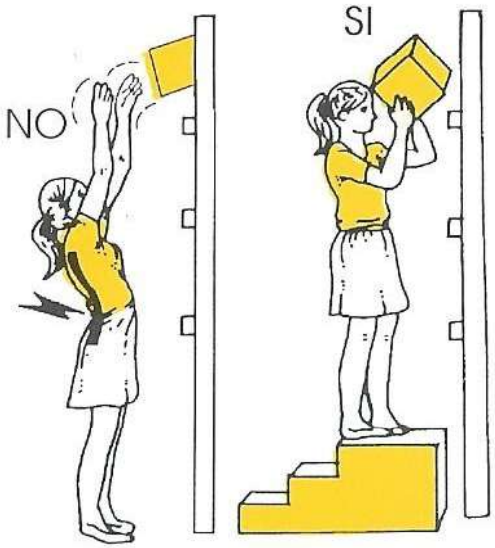
- NON TENERE LE GAMBE DRITTE
- PORTARE L'OGGETTO VICINO AL CORPO E PIEGARE LE GINOCCHIA: TENERE UN PIEDE PIU' AVANTI DELL'ALTRO PER AVERE PIU' EQUILIBRIO

SE SI DEVONO SPOSTARE OGGETTI:

- AVVICINARE L'OGGETTO AL CORPO
- EVITARE DI RUOTARE SOLO IL TRONCO, MA GIRARE TUTTO IL CORPO, USANDO LE GAMBE



MODALITÀ DI MOVIMENTAZIONE



SE SI DEVE PORRE IN ALTO UN OGGETTO:

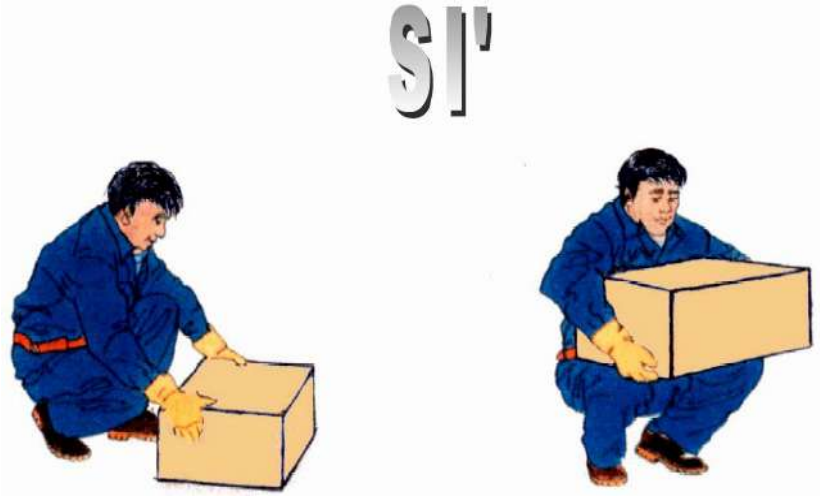
- EVITARE DI INARCARE TROPPO LA SCHIENA
- NON LANCIARE IL CARICO
- USARE UNA SCALETTA

- NON SOLLEVARE BRUSCAMENTE UN CARICO
- SE IL CARICO E' TROPPO PESANTE O SE SI SENTE DI NON FARCELA AL PRIMO TENTATIVO, RINUNCIATE A SOLLEVARLO DA SOLI E FATEVI AIUTARE DA UN COLLEGA

MODALITÀ DI MOVIMENTAZIONE

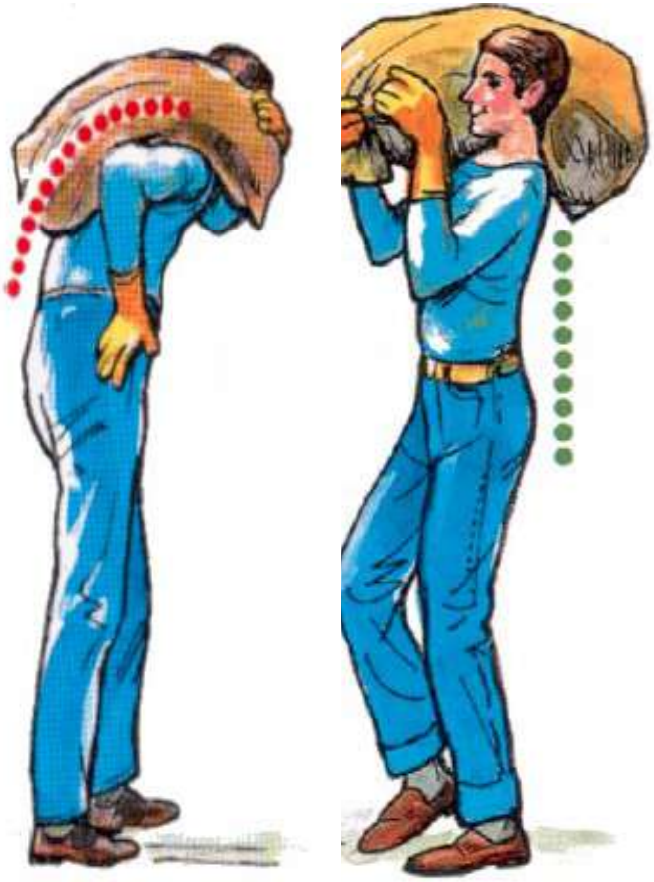
QUANDO SI TRASPORTANO DEGLI OGGETTI:

- EVITARE DI PORTARE UN GROSSO PESO CON UNA SOLA MANO. E' MEGLIO SUDDIVIDERLO IN DUE PESI E PORTARLO CON ENTRAMBE LE MANI
- USATE CONTENITORI CON MANICI BEN ASSICURATI E CHE GARANTISCANO UNA BUONA PRESA PALMARE



MODALITÀ DI MOVIMENTAZIONE

Nel caso di spostamenti a spalla, per esempio sacchi, essi devono essere effettuati tenendo il corpo in posizione eretta senza incurvare la schiena



NO SI

NO

SI

Non curvarsi mai in avanti o indietro, ma appoggiare la schiena in modo verticale e spingere con le gambe.

MODALITÀ DI MOVIMENTAZIONE

NO

SI

Quando, per la rilevanza delle dimensioni il carico impedisce la visuale a chi trasporta, il carico stesso deve essere trasportato da 2 o più persone.