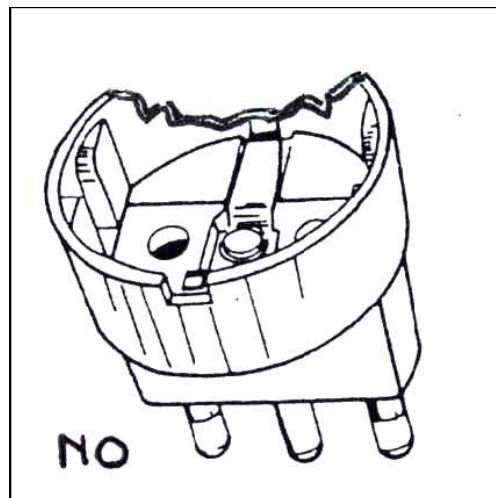
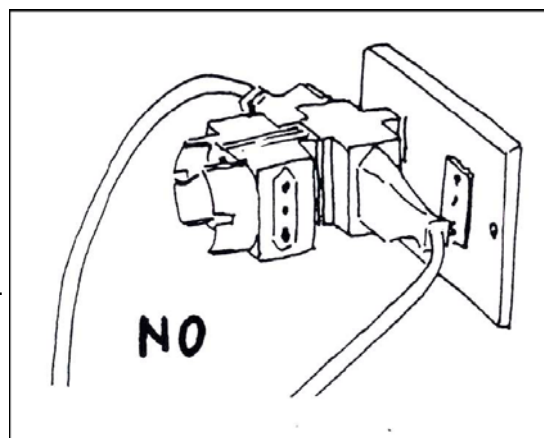


Situazioni che vedono installati più adattatori multipli, uno sull'altro, vanno eliminate. Segnalare immediatamente eventuali condizioni di pericolo di cui si viene a conoscenza, adoperandosi direttamente nel caso d'urgenza ad eliminare o ridurre l'anomalia o il pericolo, notificando l'accaduto al Dirigente e al rappresentante dei lavoratori per la sicurezza. (ad esempio se vi sono segni di cedimento o rottura, sia da usura sia da sfregamento, nei cavi o nelle prese e spine degli apparecchi utilizzatori, nelle prese a muro non adeguatamente fissate alla scatola, ecc.).



Inoltre:

- utilizzare gli apparecchi elettrici attenendosi alle indicazioni fornite dal costruttore mediante il libretto d'istruzione;
- allontanare le tende o altro materiale combustibile dai faretti e dalle lampade;
- evitare assolutamente di toccare con le mani nude i cocci delle lampade fluorescenti (neon). Le eventuali lesioni sono difficilmente guaribili;
- non coprire con indumenti, stracci o altro le apparecchiature elettriche che necessitano di ventilazione per smaltire il calore prodotto;
- prolunghie e cavi devono essere posati in modo da evitare deterioramenti per schiacciamento o taglio;
- non fare passare cavi o prolunghie sotto le porte;
- allontanare cavi e prolunghie da fonti di calore;
- occorre evitare di avere fasci di cavi, prese multiple e comunque connessioni elettriche sul pavimento. Possono essere causa d'inciampo o, soprattutto se deteriorati, costituire pericolo per chi effettua le operazioni di pulizia del pavimento con acqua o panni bagnati. Devono, quindi, venire adottati sistemi per sostenere e proteggere i cavi d'alimentazione e di segnale;
- quando si utilizzano prolunghie avvolgibili, prima del loro inserimento nella presa, occorre svolgerle completamente per evitare il loro surriscaldamento. La portata del cavo avvolto infatti è minore. La portata del cavo, che deve essere indicata, va sempre rispettata;
- quando si finisce di usare la prolunga, staccare prima la spina collegata alla presa a muro. In questo modo non ci sono parti del cavo elettrico in tensione e si evita un rischio inutile;
- non effettuare nessuna operazione su apparecchiature elettriche quando si hanno le mani o si utilizzano panni bagnati o umidi.

Sul prossimo numero parleremo di: **utilizzo degli automezzi e comportamenti in caso d'emergenza.**

IL PROSSIMO NUMERO DEL GIORNALINO A GIUGNO 2009!



REGIONE MOLISE
GIUNTA REGIONALE
SERVIZIO AFFARI GENERALI
DELLA PRESIDENZA DELLA REGIONE
UFFICIO PER LA PREVENZIONE E PROTEZIONE SUI LUOGHI DI LAVORO
Aula Formazione e Sorveglianza Sanitaria
Via S. Antonio Abate 236 – 86100 CAMPOBASSO

Tel. 0874 .424.442(443)
Fax 0874. 424.444
e.mail: r.normanno@regione.molise.it



REGIONE MOLISE

UFFICIO PER LA PREVENZIONE E PROTEZIONE SUI LUOGHI DI LAVORO

GIORNALINO PERIODICO SULLA PREVENZIONE

N. 27
MESE: MARZO
ANNO: 2009

IN
QUESTO
NUMERO:

I RISCHI IN UFFICIO



**NON Aprite
QUEL
CASSETTO**

Procediamo con l'elencare altri principali rischi ricorrenti nel lavoro d'ufficio, così come riportato negli ultimi due numeri del Giornalino.

In questo numero iniziamo dalla **movimentazione manuale dei carichi**, passando poi al **rischio elettrico**.

Movimentazione manuale dei carichi

Per "movimentazione manuale dei carichi" s'intendono tutte quelle 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 tra l'altro rischi di lesioni dorso-lombari.

Particolare importanza riveste l'inciso "tra l'altro" in quanto sta a significare che devono essere considerate anche quelle patologie che riguardano altri segmenti dell'apparato locomotore o ancora altri organi o apparati; pertanto, pur considerando il tratto dorso-lombare della colonna vertebrale quale *organo critico* di questa tipologia lavorativa, l'attenzione è rivolta anche verso altre malattie, ad esempio cardiovascolari, che possono essere indotte o aggravate da sforzi eccessivi nella movimentazione manuale dei carichi.

Per questi motivi in molti paesi si è sentita la necessità di emanare norme atte a regolamentare l'uso della forza manuale; notevole interesse riveste in tal senso la guida del National Institute of Occupational Safety and Health (NIOSH - USA).

Sempre in tale contesto è stata emanata la direttiva europea 269/90/CEE che era stata recepita in modo sostanzialmente invariato già nel Titolo V e nell'Allegato VI del vecchio D.Lgs. n. 626/1994.

NUMERI ARRETRATI

Desideri ricevere un vecchio numero del Giornalino?

Scrivi all'Ufficio per la Prevenzione e Protezione sui Luoghi di Lavoro, Aula Formazione e Sorveglianza Sanitaria, recapitando la tua richiesta presso: Servizio AA.GG. della Presidenza della Giunta, Via Mazzini 126, 86100 Campobasso.



In particolare, la movimentazione manuale dei carichi può costituire un rischio dorso lombare nei seguenti casi:

caratteristiche del carico

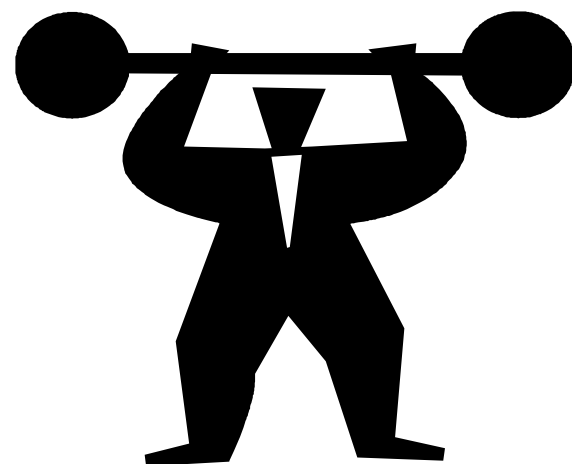
- il carico è troppo pesante (30 kg uomini, 20 kg. donne);
- è ingombrante e difficile da afferrare;
- è in equilibrio instabile e il contenuto tende a spostarsi;
- deve essere maneggiato ad una certa distanza dal tronco;
- può, a causa della struttura esterna e /o della consistenza, comportare lesioni per il lavoratore;
- sforzo fisico richiesto
- è eccessivo
- può essere fatto solo con movimenti di torsione;
- può comportare un brusco movimento del carico;
- è compiuto col corpo in posizione instabile;

caratteristiche dell'ambiente di lavoro

- lo spazio libero è insufficiente;
- il pavimento è irregolare e si presta a rischi d'inciampo;
- il piano di lavoro presenta dislivelli;
- il pavimento o il punto di appoggio sono instabili;
- il microclima è inadeguato;

esigenze connesse all'attività

- sforzi fisici troppo frequenti o troppo prolungati;
- periodo di riposo fisiologico insufficiente;
- distanze di movimentazione troppo grandi;
- ritmo alla movimentazione non modulabile dal lavoratore.



Inoltre, concorrono al rischio fattori individuali all'attività quali: l'inidoneità fisica, indumenti e calzature inadeguate, insufficiente ed inadeguata formazione.

La legge prescrive che non possono essere *sollevati e trasportati* (a braccia o a spalla) carichi superiori ai 30 Kg per i maschi e ai 20 per le femmine.

In linea generale si può suggerire che, se si esclude il rischio d'infortunio, **la movimentazione manuale di carichi di peso modesto (inferiore ai 5 Kg) oppure di carichi di peso anche superiore ma svolta occasionalmente**, può essere, in genere, considerata **a rischio scarsamente significativo** e non meritare, quindi, un preciso processo di valutazione per rischio di lesioni dorso-lombari.

Pertanto per **movimentazione occasionale** si può intendere, ad esempio, un'attività che:

- è svolta saltuariamente o non quotidianamente;
- o che viene svolta con frequenze di sollevamento inferiori a 12 movimenti per ora nella giornata lavorativa tipo;
- o che è svolta con frequenza bassa per periodi brevi (es. inferiore ad una o due ore), che permettono sufficienti tempi di recupero.

E' bene tenere presente che se la movimentazione manuale di carichi non rientra nei compiti specifici di una mansione, spesso può avere caratteristiche occasionali e quindi non comportare valutazioni più accurate.

Nel caso di carichi pesanti (per esempio vicino ai pesi che la norma indica di non superare) potrebbe essere indispensabile provvedere ad una precisa valutazione tecnica anche se movimentati occasionalmente.

Per quanto riguarda l'utilizzo di piccoli carrelli per il trasporto di materiale, s ricorda che è necessario caricare in maniera omogenea sul carrello al massimo 50 KG di materiale e spingerlo evitando strappi.

Rischio elettrico

La familiarità che ognuno di noi ha con il proprio ambiente di lavoro porta a sottovalutare pericoli e rischi che possono pregiudicare la nostra sicurezza e quella di coloro che ci stanno accanto.

In Italia si verificano mediamente cinque infortuni elettrici mortali ogni settimana (per folgorazione): un primato europeo.

Fortunatamente sono in lenta ma continua diminuzione.

Gli infortuni elettrici sono equamente divisi fra domestici e non domestici.

I luoghi più pericolosi, dal punto di vista elettrico, sono i cantieri edili e i locali da bagno o per doccia.

La maggior parte degli infortuni sono causati dagli impianti di bassa tensione non realizzati o mantenuti conformi alla regola dell'arte, ed in misura minore dai componenti elettrici e dall'errore umano. Quest'ultimo prevale nei lavori elettrici.

Circa il 10 - 15% di tutti gli incendi hanno origine dall'impianto elettrico o dagli apparecchi elettrici utilizzatori, il che equivale ogni anno a circa cinquemila incendi "elettrici" nel nostro Paese, con alcune decine di vittime.

L'impianto elettrico

L' impianto elettrico deve essere realizzato a regola d'arte; vale a dire secondo le norme CEI (Comitato Elettrotecnico Italiano). Per non pregiudicare le sue caratteristiche di sicurezza anche le apparecchiature devono essere "a norma" (marchio IMQ o equivalente).

Negli impianti elettrici esistono due tipi principali di pericoli:

- 1) le correnti pericolose per il corpo umano;
- 2) le temperature troppo elevate, tali da provocare ustioni, incendi o altri effetti pericolosi.

Contatti diretti e indiretti

Il contatto diretto avviene quando, ad esempio, si toccano i contatti di una presa, i conduttori non isolati, o svitando una lampadina sprovvista di ghiera isolante.

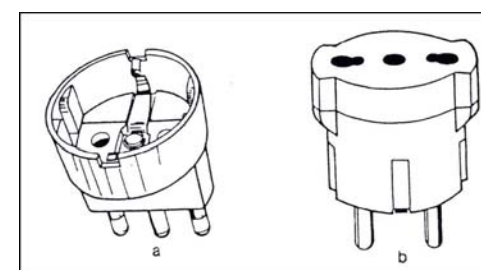
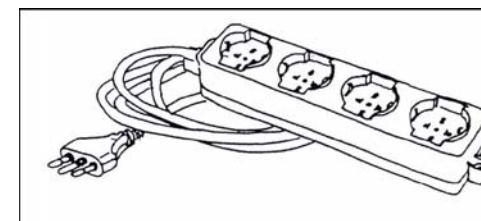
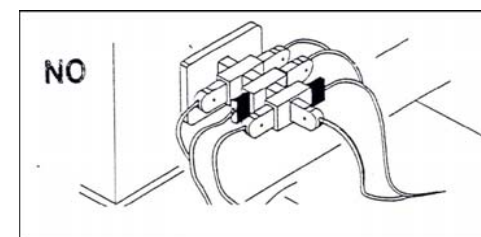
Il contatto indiretto si realizza in presenza di difetti d'isolamento che mettono in tensione la parte metallica esterna dell'apparecchiatura. Se non dovesse funzionare correttamente la messa a terra ed i dispositivi automatici di protezione non intervenissero, la situazione potrebbe evolversi in maniera drammatica.

Protezione contro i contatti diretti

Viene ottenuta mediante l'isolamento delle parti attive (conduttrici di corrente).

Protezione contro i contatti indiretti

La protezione viene ottenuta mediante l'interruzione automatica dell'alimentazione e la messa a terra.



Incendio

Gli incendi che hanno origine negli impianti elettrici sono dovuti in buona parte dei casi al cedimento dell'isolamento, per invecchiamento, per surriscaldamento o per sollecitazione meccanica delle parti isolanti. L'impianto deve essere protetto contro il sovraccarico ed il corto circuito mediante un interruttore magneto-termico.

Per un'efficace protezione contro l'incendio, è necessario che il guasto venga eliminato al suo insorgere. Questo è possibile solo con l'impiego degli interruttori differenziali che intervengono immediatamente in corrispondenza delle minime correnti di dispersione che fluiscono nella prima fase di cedimento dell'isolamento.

Regole di comportamento

Non togliere la spina dalla presa tirando il filo. Si potrebbe rompere il cavo o l'involucro della spina rendendo accessibili le parti in tensione. Se la spina non esce, evitare di tirare con forza eccessiva, perché si potrebbe strappare la presa dal muro. Non attaccare più di un apparecchio elettrico ad una sola presa. In questo modo si evita che la presa si surriscaldi con pericolo di corto circuito e incendio.

Per qualsiasi intervento sull'impianto elettrico chiedere l'intervento di personale specializzato. Se proprio è necessario sostituire una lampadina, staccare prima l'interruttore generale di zona.

Usare sempre adattatori e prolunghie adatti a sopportare la corrente assorbita dagli apparecchi utilizzatori. Su tutte le prese e le ciabatte è riportata l'indicazione della corrente, in Ampere (A), o della potenza massima, in Watt (W).

Spine di tipo tedesco (Schuko) possono essere inserite in prese di tipo italiano solo tramite un adattatore che trasferisce il collegamento di terra effettuato mediante le lamine laterali ad uno spinotto centrale.

E' assolutamente vietato l'inserimento a forza delle spine Schuko nelle prese di tipo italiano. Infatti, in tale caso, dal collegamento verrebbe esclusa la messa a terra.