

Il rischio ergonomico per la sicurezza sul lavoro

Il **Decreto Legislativo n. 81 del 2008** disciplina in tema di sicurezza sul lavoro stabilendo che: *“la superficie dei locali deve essere tale da consentire, una dislocazione delle attrezzature, degli arredi, dei passaggi e delle vie di uscita rispondenti a criteri di funzionalità e di ergonomia per la tutela e l’igiene dei lavoratori, e di chiunque acceda legittimamente ai locali stessi”*.

Il datore di lavoro, pertanto, è tenuto ad applicare tali **principi ergonomici** al fine di tutelare la salute dei propri dipendenti.

Il **rischio ergonomico** interessa soggetti coinvolti in attività lavorative caratterizzate da **mansioni monotone e ripetitive**. Le categorie più esposte a tale rischio sono, quindi: videoterminalisti, addetti alle casse, conducenti di mezzi di trasporto e coloro che movimentano manualmente carichi (sollevano o spostano merce).

I **videoterminalisti**, in particolare, possono soffrire di patologie muscolo-scheletrici, stress e affaticamento visivo.

Per la **prevenzione** di tali disturbi vi sono diversi accorgimenti da adottare, quali:

- Riduzione della distanza tra arti e postazione lavorativa;
- Posizione centrale rispetto agli strumenti di lavoro;
- Illuminazione adeguata del luogo di lavoro;
- Sedile ergonomico che consenta di regolare altezza e inclinazione.

È importante, inoltre, che il lavoratore non mantenga la stessa posizione troppo a lungo ma che faccia delle **pause a intervalli regolari**.