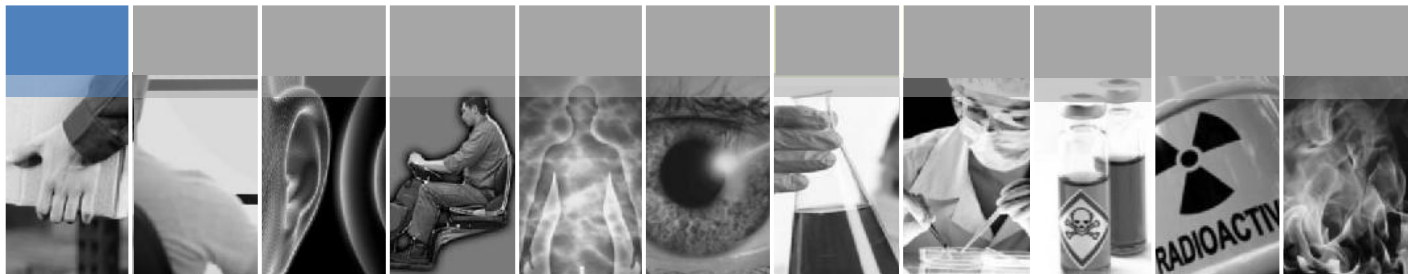




MOVIMENTAZIONE MANUALE DEI CARICHI

iop.mmc

*Linea guida per una corretta
Movimentazione Manuale dei Carichi*



**1. Scopo**

prevenire rischio di patologie da sovraccarico biomeccanico, in particolare dorso-lombari, connesse alle attività lavorative di movimentazione manuale dei carichi.

2. Destinatari

Datori di lavoro, Dirigenti, Rador, Lavoratori.

3. Campo di applicazione

Tutte le Unità Produttive







4. Classificazione

DAT	=	Datore di Lavoro
PREP	=	Preposto
LAV	=	Lavoratore
UP	=	Unità Produttiva

5. Definizione

Si intende per movimentazione manuale dei carichi, le 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 rischi di patologie da sovraccarico biomeccanico, in particolare dorso-lombari.

6. Norme generali

STEP	AZIONE	ATTORE	ISTRUZIONE	IMMAGINE
1	Misure di carattere generale		<ul style="list-style-type: none"> Utilizzare i DPI necessari e messi a disposizione; sottoporre i lavoratori interessati a formazione generale, specifica (Immagine 1); sottoporre i lavoratori interessati a sorveglianza sanitaria (Immagine 2); Utilizzare strumenti per la movimentazione ausiliata (carrelli, transpallet, etc.) e/o ricorrere alla ripartizione del carico tra più addetti per ridurre il peso del carico e dei cicli di sollevamento, Per i carichi eccessivamente pesanti o che non possono essere movimentati meccanicamente. 	 <p>Immagine 1</p>  <p>Immagine 2</p>
2	Prima di iniziare l'attività	RADOR LAV PREPOSTO	<ul style="list-style-type: none"> Informarsi sul peso del carico (Immagine 3); individuare il tragitto da percorrere e dove necessario provvedere alla rimozione di possibili ostacoli; ridurre al minimo lo sforzo fisico anche attraverso l'utilizzo di attrezzature meccaniche atte al trasporto e al sollevamento (Immagine 4); evitare attività ripetitive; munirsi di appositi DPI quali (Immagine 5): <ul style="list-style-type: none"> guanti di protezione UNI-EN 420/UNI-EN 388; scarpe antinfortunistiche con puntale metallico e suola antisdrucchiolo; casco. 	 <p>Immagine 3</p>  <p>Immagine 4</p>  <p>Immagine 5</p>
3	Durante l'attività		<p>In caso di sollevamento:</p> <ul style="list-style-type: none"> portare l'oggetto vicino al corpo (Immagine 1); prestare la massima attenzione e considerazione alle capacità dei singoli individui; piegare le ginocchia per evitare di sollevare i carichi con la schiena; posizionare i piedi in maniera sfalsata per avere più 	 <p>Immagine 6</p>

		<p>equilibrio;</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ afferrare saldamente il carico; ▪ eseguire il sollevamento con entrambe le mani; ▪ sollevare il carico tenendo la schiena eretta (Immagine 7); ▪ utilizzare, a fine sollevamento dei carichi destinati ad essere trasportati, piani di appoggio (carrelli o scrivanie, etc) di altezza di 70 - 80 cm; ▪ eseguire il prelievo e movimentazione di carichi ad altezza maggiore di 1,75m da parte di 2 lavoratori (uno sulla scala e l'altro a terra) avvalendosi di scale con ripiano di riposo; ▪ tenere i carichi accostati al corpo; ▪ durante lo spostamento di un carico evitare di ruotare solo il busto (immagine 8); ▪ utilizzare contenitori e recipienti con maniglie o incavi di afferramento; ▪ utilizzare cassette con maniglie o incavi di afferramento; ▪ riporre i carichi più pesanti e di maggiore ingombro sui ripiani ad altezza compresa tra 50 ÷ 125cm; ▪ impegnare 2 lavoratori quando i carichi superano i 12kg; ▪ consentire ampie pause tra le operazioni di sollevamento; ▪ limitare le operazioni nell'ambito della giornata in modo da evitare una ripetitività delle azioni. 	<p>Immagine 7</p> <p>Immagine 8</p>
--	--	---	---

7. Riferimenti normativi

- D.Lgs. 81/2008 – titolo VI e succ. modif. e integraz.
- All. XXIII D.Lgs. 81/2008 e succ. modif. e integraz