



## DOCUMENTO DI VALUTAZIONE DEL RISCHIO ERGONOMIA

Azienda/Unità produttiva

**COMUNE DI SAN SEVERO**  
**Settore Opere Pubbliche**



| FUNZIONE          | NOME E COGNOME               | FIRMA |
|-------------------|------------------------------|-------|
| Datore di lavoro  | Ing. Benedetto Di Lullo      |       |
| RSPP              | Arch. Sabrina Paola Piancone |       |
| Medico competente | Dott. Matteo Ciavarella      |       |
| RLS/RLST          | Rocco Bonabitacola           |       |

Revisione N° 0  
Data revisione:



## DESCRIZIONE GENERALE DELL'AZIENDA

### DATI AZIENDALI

#### Dati anagrafici

|                          |   |
|--------------------------|---|
| Ragione Sociale          | <b>COMUNE DI SAN SEVERO - Settore Opere Pubbliche</b>   |
| Attività economica       | <b>Ente pubblico</b><br>• <b>84.11.10 Attività degli organi legislativi ed esecutivi, centrali e locali; amministrazione finanziaria; amministrazioni regionali, provinciali e comunali</b> |
| Codice ATECO             |   |
| ASL                      |   |
| POSIZIONE INPS           |   |
| POSIZIONE INAIL          |   |
| Attività soggetta a CPI  | <b>No</b>   |
| Lavoro Notturno          | <b>No</b>   |
| Codice Fiscale           |   |
| Partita IVA              |   |
| Categoria Primo Soccorso | <b>Categoria C</b>  |

#### Titolare/Rappresentante Legale

Nominativo **Ing. Benedetto Di Lullo**

#### Sede operativa

Sito **Comune di San Severo**  
Comune **SAN SEVERO**  
Provincia **FG**  
CAP **71016**  
Indirizzo **Via Michele Zannotti, n° 90**

### SERVIZIO DI PREVENZIONE E PROTEZIONE AZIENDALE

Responsabile del servizio di prevenzione e protezione

**Arch. SABRINA PAOLA PIANCONE**

Addetto primo soccorso

Addetto antincendio ed evacuazione

Medico Competente

**Dott. Matteo Ciavarella**

Rappresentante dei lavoratori per la sicurezza

**Rocco Bonabitacola**



## RELAZIONE INTRODUTTIVA

Il lavoro sedentario può essere all'origine di vari disturbi, soprattutto se il posto di lavoro è concepito secondo criteri non ergonomici o se le attrezzature di lavoro non sono disposte in maniera funzionale. In questi casi si è costretti ad assumere una postura innaturale e scomoda con dolorose contrazioni muscolari, affaticamento precoce, calo del rendimento e difficoltà di concentrazione. Il test consente di valutare se si ha un carico posturale elevato durante un'attività sedentaria e quali misure bisogna adottare in questi casi. Il metodo si applica a tutte le attività che implicano almeno un'ora di lavoro sedentario senza cambiamento significativo della postura. La finalità di questo metodo è individuare gli scostamenti rispetto ad una postura corretta, intendendo con ciò una postura naturale e non forzata, e assegnare un determinato punteggio a tali scostamenti. La valutazione si basa sull'assunto che il carico posturale dipende in larga parte dal grado di variazione rispetto alla postura accettabile, che è più forte con l'aumentare del tempo di esposizione, in caso di limitazione dei movimenti e di attività statica muscolare.

Oggetto della valutazione è la situazione riscontrata al momento. Chi si sottopone alla valutazione deve essere a conoscenza dei motivi e degli obiettivi della stessa e durante l'analisi deve assumere la sua normale postura. Se durante un'attività cosiddetta prevalente il soggetto sottoposto a valutazione è chiamato a svolgere altre attività cosiddette secondarie che prevedono posture molto differenti tra loro (ad esempio in caso di rotazione delle mansioni), ogni attività secondaria deve essere analizzata e valutata separatamente.

## METODOLOGIA DI VALUTAZIONE

La valutazione ha preso in esame la postura assunta dalle seguenti parti del corpo: testa, tronco, spalle, braccia, gambe e piedi. Ogni parte del corpo sarà analizzata secondo una serie di parametri posturali ripartiti in tre livelli:

- **Livello 1:** confronto della postura della parte del corpo in esame rispetto alla postura corretta, ossia rilassata e naturale.
- **Livello 2:** variazione riscontrata al livello 1.
- **Livello 3:** valutazione ulteriori fattori

E' stato, infine, individuato il **fattore tempo** relativo alla postura assunta dal soggetto e moltiplicato con il punteggio ottenuto per la varie parti del corpo. In caso di posture forzate si considerano anche i coefficienti di correzione. Il totale indica in che misura occorre intervenire per far fronte alle anomalie posturali.

Il soggetto in esame non va incontro a disturbi o ad affaticamenti legati alla postura quando:





- la testa è leggermente inclinata in avanti e il tronco è parallelo al bordo del piano di lavoro;
- le spalle non sono sollevate;
- i gomiti e le braccia sono appoggiati sul tavolo, la schiena è diritta e sostenuta in modo ottimale dallo schienale;
- le gambe possono muoversi liberamente in alto, in avanti e lateralmente;
- la pianta dei piedi è ben appoggiata sul poggiapiedi e il bordo della sedia non comprime le cosce.

**VALUTAZIONE ESPOSIZIONE ERGONOMIA****Lavori di ufficio**

Mansioni: Addetto Lavori di ufficio

**POSIZIONE DELLA TESTA**





Si valuta la variazione rispetto alla postura corretta, intendendo con ciò la postura assunta da un soggetto con lo sguardo dritto e con la testa leggermente inclinata in avanti. Di seguito è riportata la tabella di valutazione con i relativi punteggi.

| Livello  | Variazione rispetto alla postura corretta   |  | Risposta      | Punteggio |
|--|---|--|---------------|-----------|
| 1  |  | Testa reclinata indietro, direzione dello sguardo al di sopra dell'orizzontale | No            | 0         |
|  |  | Testa inclinata in avanti di oltre 20°   | No            | 0         |
|  |  | Testa protesa in avanti  | Sì            | 2         |
|  |  | Testa inclinata di lato  | No            | 0         |
|  |  | Testa girata da un lato di oltre 20°   | No            | 0         |
| 2  | Variazione estrema nel livello 1  |  | No            | 0         |
|  |   |  | <b>Totale</b> | 2         |
| <b>Il posto di lavoro consente di assumere una postura migliore?</b> |   |  | Sì            | 0         |

*Nota: Se il posto di lavoro non consente di assumere una postura migliore il punteggio ottenuto nella valutazione della "POSIZIONE DELLA TESTA" rispetto alla postura corretta deve essere aumentato di 15 unità.*

**POSIZIONE DEL TRONCO**

In questo caso si valuta la variazione rispetto alla postura corretta, ossia con il tronco dritto oppure leggermente reclinato.

| Livello  | Variazione rispetto alla postura corretta   |  | Risposta      | Punteggio |
|--|---|--|---------------|-----------|
| 1  |  | Tronco reclinato all'indietro di oltre 20° | No            | 0         |
|  |  | Tronco inclinato in avanti di oltre 20°    | No            | 0         |
|  |  | Tronco piegato da un lato                  | No            | 0         |
|  |  | Tronco girato da un lato di oltre 20°      | No            | 0         |
| 2  | Variazione estrema nel livello 1  |  | No            | 0         |
| 3  | Tronco appoggiato al bordo del tavolo o su un piano rigido                          |  | Sì            | 1         |
|  | Tronco non appoggiato o sostenuto   |  | No            | 0         |
|  |   |  | <b>Totale</b> | 1         |
| <b>Il posto di lavoro consente di assumere una postura migliore?</b> |   |  | Sì            | 0         |





*Nota: Se il posto di lavoro non consente di assumere una postura migliore il punteggio ottenuto nella valutazione della "POSIZIONE DEL TRONCO" rispetto alla postura corretta deve essere aumentato di 15 unità.*

### POSIZIONE DELLE SPALLE

Oggetto di questa valutazione sono le spalle ed ogni alterazione posturale che le riguarda.

Si tende a sollevare le spalle quando il piano di lavoro è troppo alto. Le spalle sono protese in avanti soprattutto quando si ha poco spazio per muovere le gambe, quando si è troppo distanti dal piano di lavoro o quando si lavora al videoterminale con dei documenti davanti alla tastiera.

| Livello  | Variazione rispetto alla postura corretta   |   | Risposta | Punteggio |
|--|---|---|----------|-----------|
| 1  |  | Una spalla sollevata o entrambe         | No       | 0         |
|  |  | Una spalla protesa in avanti o entrambe | Sì       | 3         |
| 2  | Variazione estrema nel livello 1  |   | No       | 0         |
| 3  | Movimento delle spalle con maggiore sforzo  |   | No       | 0         |
| <b>Totale</b>  |   |   |          | <b>3</b>  |
| <b>Il posto di lavoro consente di assumere una postura migliore?</b> |   |   | Sì       | 0         |


*Nota: Se il posto di lavoro non consente di assumere una postura migliore il punteggio ottenuto nella valutazione della "POSIZIONE DELLE SPALLE" rispetto alla postura corretta deve essere aumentato di 15 unità.*

### POSIZIONE DELLE BRACCIA

In questo caso si valuta qualsiasi variazione rispetto ad una postura corretta, ossia quando le braccia, in posizione rilassata, formano con l'avambraccio almeno un angolo di 90°. Le mani si trovano quasi all'altezza dei gomiti o leggermente al di sopra dei gomiti in caso di monitoraggio di piccoli pezzi o se è richiesto un particolare sforzo visivo.

Nei lavori di precisione le braccia ed i gomiti devono essere appoggiati su una superficie smussata o imbottita. I bordi acuminati o le superfici fredde come il metallo, la pietra o il vetro non sono indicati.

| Livello | Variazione rispetto alla postura corretta   |   | Risposta | Punteggio |
|---------|---|---|----------|-----------|
| 1       |  | Un polso sopra il livello dei gomiti                                  | No       | 0         |
|         |  | Entrambi i polsi sopra il livello dei gomiti                          | Sì       | 2         |
|         |  | Un braccio forma un angolo di oltre 20° rispetto al tronco            | Sì       | 1         |
|         |  | Entrambe le braccia formano un angolo di oltre 20° rispetto al tronco | No       | 0         |
| 2       | Variazione estrema nel livello 1  |   | No       | 0         |

|   |  |   |
|---|--|---|
|  | COMUNE DI SAN SEVERO - Settore Opere Pubbliche | Documento di Valutazione dei Rischi<br>Art. 17,28 e 29- D.Lgs. 81/2008 e s.m.i. |
|---|--|---|

|   |  |    |   |
|---|--|----|---|
| 3 | In caso di lavori che implicano motricità fine: braccia, gomiti o mani: -sono appoggiati su un bordo non smussato o su una superficie fredda | No | 0 |
|   | In caso di lavori che implicano motricità fine: braccia, gomiti o mani: -non possono essere appoggiati                                       | No | 0 |

|               |  |   |  |
|---------------|--|---|--|
| <b>Totale</b> |  | 3 |  |
|---------------|--|---|--|



|  |    |   |
|--|----|---|
| <b>Il posto di lavoro consente di assumere una postura migliore?</b> | Sì | 0 |
|--|----|---|

*Nota: Se il posto di lavoro non consente di assumere una postura migliore il punteggio ottenuto nella valutazione della "POSIZIONE DELLE BRACCIA" rispetto alla postura corretta deve essere aumentato di 15 unità.*

### POSIZIONE DELLE GAMBE

Le gambe assumono una postura corretta quando le cosce sono orizzontali oppure leggermente piegate in avanti sotto il piano di lavoro. L'angolo formato dalla coscia e dalla gamba deve essere di 90° circa. Le cosce e le ginocchia devono disporre di spazio sufficiente per muoversi in alto, avanti e di lato.

Deve essere possibile, inoltre, distendere le gambe senza alcun problema, il bordo della sedia non deve comprimere i muscoli della coscia o l'incavo del ginocchio.

| Livello | Variazione rispetto alla postura corretta   |   | Punti   |
|---------|---|---|---------|
| 1       |   | Cosce rivolte verso il basso (eventuale sedile troppo alto) | No<br>0 |
|         |  | Cosce rivolte verso l'alto (eventuale sedile troppo basso)  | No<br>0 |
| 2       | Variazione estrema nel livello 1  |   | No<br>0 |
| 3       | Ginocchia/cosce urtano davanti, di lato e in alto                                   |   | No<br>0 |
|         | Impossibilità di stendere le gambe  |   | No<br>0 |
|         | Gambe divaricate (ostacolate dalla gamba del tavolo o da altri oggetti)             |   | No<br>0 |
|         | Altezza di seduta scomoda per azionare un comando a pedale                          |   | No<br>0 |
|         | Il bordo della sedia preme sulla coscia o sull'incavo del ginocchio                 |   | No<br>0 |

|               |  |   |  |
|---------------|--|---|--|
| <b>Totale</b> |  | 0 |  |
|---------------|--|---|--|

|  |    |   |
|--|----|---|
| <b>Il posto di lavoro consente di assumere una postura migliore?</b> | Sì | 0 |
|--|----|---|



*Nota: Se il posto di lavoro non consente di assumere una postura migliore il punteggio ottenuto nella valutazione della "POSIZIONE DELLE GAMBE" rispetto alla postura corretta deve essere aumentato di 15 unità.*

### POSIZIONE DEI PIEDI

Per i piedi si parla di postura corretta quando questi poggiano perfettamente con tutta la pianta sul pavimento o sul poggiatesta. I piedi devono potersi muovere liberamente in avanti, di lato e indietro.

| Livello | Variazione rispetto alla postura corretta | Punti |
|---------|---|-------|
|---------|---|-------|

|  |  |   |
|--|--|---|
|  | COMUNE DI SAN SEVERO - Settore Opere Pubbliche | Documento di Valutazione dei Rischi<br>Art. 17,28 e 29- D.Lgs. 81/2008 e s.m.i. |
|--|--|---|

|   |   |  |    |   |
|---|---|--|----|---|
| 1 |  | Piede/i (caviglia) tendente/i verso il basso o piegato/i nella parte superiore | Sì | 1 |
|   |  | Piede/i girato/i verso l'interno o l'esterno                                   | No | 0 |
| 2 | Variazione estrema nel livello 1  |  | No | 0 |
| 3 | Superficie di appoggio del piede troppo piccola (min. 40 x 50)                    |  | No | 0 |
|   | Piede/i ostacolato/i davanti, dietro (tallone) o di lato                          |  | No | 0 |
|   | Posizione scomoda per azionare un comando a pedale                                |  | No | 0 |

|               |  |  |   |
|---------------|--|--|---|
| <b>Totale</b> |  |  | 1 |
|---------------|--|--|---|

|  |    |   |
|--|----|---|
| <b>Il posto di lavoro consente di assumere una postura migliore?</b> | Sì | 0 |
|--|----|---|

*Nota: Se il posto di lavoro non consente di assumere una postura migliore il punteggio ottenuto nella valutazione della "POSIZIONE DEI PIED" rispetto alla postura corretta deve essere aumentato di 15 unità.*

### FATTORE TEMPO

Per determinare il fattore tempo è fondamentale sapere se la postura si riferisce ad un'attività prevalente senza il passaggio ad altre attività o ad un'attività secondaria intervallata da altre attività. Se si tratta di un'attività prevalente, conta il tempo effettivo di lavoro; se si tratta di un'attività secondaria, conta la somma dei tempi durante i quali è stata assunta la postura presa in esame.

Il fattore tempo è uguale per tutte le parti del corpo.

| Attività prevalente<br>Il soggetto svolge sempre la stessa attività nella stessa posizione | Attività secondaria<br>Il soggetto cambia attività e posizione. Somma della stessa attività e posizione | Fattore tempo |   | P |
|--|---|---------------|---|---|
|  | 1 - 2 h/giorno  |               |   | 1 |
|  | 2 - 3 h/giorno  |               |   | 2 |
|  | 3 - 4 h/giorno  |               |   | 3 |
|  | 4 - 5 h/giorno  |               |   | 4 |
|  | 5 - 6 h/giorno  |               |   | 5 |
| 3 - 5 h/giorno   |   |               |   | 5 |
| 6 - 8 h/giorno   |   | x             | 6 | 6 |

|                                       |  |  |   |
|---------------------------------------|--|--|---|
| <b>Totale punteggio fattore tempo</b> |  |  | 6 |
|---------------------------------------|--|--|---|

### CALCOLO PUNTEGGI

Nella seguente tabella vengono riportati, per le diverse parti del corpo esaminate, i punteggi derivanti dalle precedenti check list. L'ultima colonna riporta il Punteggio finale, eventualmente corretto per postura forzata.

| PARTE DEL CORPO | Totale<br>(livello 1 - 3) | X Tempo<br>(uguale per ogni parte del corpo) | = Punteggio (P) | Coeff. correzione | (*) Pcorr = P + coeff. corr. |    |
|-----------------|---------------------------|--|-----------------|-------------------|------------------------------|----|
| TESTA           | 2                         | 6  | 12              | 0                 | 12                           |    |
| TRONCO          | 1                         |  | 6               | 6                 | 0                            | 6  |
| SPALLE          | 3                         |  | 18              | 18                | 0                            | 18 |

|         |   |  |    |   |    |
|---------|---|--|----|---|----|
| BRACCIA | 3 |  | 18 | 0 | 18 |
| GAMBE   | 0 |  | 0  | 0 | 0  |
| PIEDI   | 1 |  | 6  | 0 | 6  |

(\*) Se nella valutazione si è indicato che il posto di lavoro non consente una postura migliore (postura forzata), il punteggio deve essere aumentato di 15 unità.

### VALUTAZIONE SINGOLE PARTI DEL CORPO

Nella tabella seguente vengono riportati i valori di riferimento dei punteggi con le relative sollecitazioni, utilizzati per la individuazione delle misure correttive.

| Parte del corpo | Punteggio | Misure correttive   |
|-----------------|-----------|---|
| TESTA           | 12        | Sollecitazione elevata. E' possibile che possano insorgere disturbi posturali nelle persone con una resistenza fisica ridotta. Si raccomanda l'adozione di misure correttive. |
| TRONCO          | 6         | Sollecitazione minima. E' poco probabile che possano insorgere disturbi posturali.  |
| SPALLE          | 18        | Sollecitazione elevata. E' possibile che possano insorgere disturbi posturali nelle persone con una resistenza fisica ridotta. Si raccomanda l'adozione di misure correttive. |
| BRACCIA         | 18        | Sollecitazione elevata. E' possibile che possano insorgere disturbi posturali nelle persone con una resistenza fisica ridotta. Si raccomanda l'adozione di misure correttive. |
| GAMBE           | 0         | Sollecitazione minima. E' poco probabile che possano insorgere disturbi posturali.  |
| PIEDI           | 6         | Sollecitazione minima. E' poco probabile che possano insorgere disturbi posturali.  |

Il calcolo dei punteggi è ottenuto mediante il confronto con la seguente matrice:

| Punteggio | Descrizione  |
|-----------|--|
| < 10      | Sollecitazione minima. E' poco probabile che possano insorgere disturbi posturali.   |
| 10 > 25   | Sollecitazione elevata. E' possibile che possano insorgere disturbi posturali nelle persone con una resistenza fisica ridotta. Si raccomanda l'adozione di misure correttive.                      |
| 25 > 50   | Sollecitazione molto elevata. E' possibile che possano insorgere disturbi posturali anche nelle persone normalmente resistenti alla fatica. Si raccomanda di adottare misure correttive immediate. |
| > 50      | Sollecitazione estremamente elevata. E' probabile che possano insorgere disturbi e stati di sovraccarico legati alla postura. Si impongono misure correttive.                                      |

**Classe di rischio di appartenenza:**

|               |                     |                     |
|---------------|---------------------|---------------------|
| Rischio medio | 10 < Punteggio ≤ 25 | Classe di rischio 1 |
|---------------|---------------------|---------------------|

### MISURE DI SICUREZZA

In funzione della classe di rischio d'appartenenza si adottano le seguenti misure:

#### PREVENZIONI

- Distribuire il carico di lavoro su più gruppi muscolari possibili, in modo da evitare il sovraccarico dei più piccoli gruppi muscolari.
- Viene effettuata periodica informazione degli addetti sui rischi della loro mansione e formazione sia nell'assumere atteggiamenti e/o abitudini di vita e di lavoro adatte a proteggere la schiena e le altre





articolazioni, sia nello svolgere utili esercizi di rilassamento, stiramento e rinforzo muscolare.






## VALUTAZIONE ESPOSIZIONE ERGONOMIA

### Lavoro di sportello

Mansioni: Addetto Lavoro di sportello

#### POSIZIONE DELLA TESTA

Si valuta la variazione rispetto alla postura corretta, intendendo con ciò la postura assunta da un soggetto con lo sguardo diritto e con la testa leggermente inclinata in avanti. Di seguito è riportata la tabella di valutazione con i relativi punteggi.

| Livello  | Variazione rispetto alla postura corretta  | Risposta | Punteggio |
|--|--|----------|-----------|
| 1  |  Testa reclinata indietro, direzione dello sguardo al di sopra dell'orizzontale | No       | 0         |
|  |  Testa inclinata in avanti di oltre 20°   | No       | 0         |
|  |  Testa protesa in avanti  | Sì       | 2         |
|  |  Testa inclinata di lato  | No       | 0         |
|  |  Testa girata da un lato di oltre 20°   | No       | 0         |
| 2  | Variazione estrema nel livello 1   | No       | 0         |
| <b>Totale</b>  |  |          | <b>2</b>  |
| <b>Il posto di lavoro consente di assumere una postura migliore?</b> |  | Sì       | 0         |

*Nota: Se il posto di lavoro non consente di assumere una postura migliore il punteggio ottenuto nella valutazione della "POSIZIONE DELLA TESTA" rispetto alla postura corretta deve essere aumentato di 15 unità.*

#### POSIZIONE DEL TRONCO

In questo caso si valuta la variazione rispetto alla postura corretta, ossia con il tronco diritto oppure leggermente reclinato.

| Livello       | Variazione rispetto alla postura corretta  | Risposta | Punteggio |
|---------------|--|----------|-----------|
| 1             |  Tronco reclinato all'indietro di oltre 20° | No       | 0         |
|               |  Tronco inclinato in avanti di oltre 20°    | No       | 0         |
|               |  Tronco piegato da un lato                  | No       | 0         |
|               |  Tronco girato da un lato di oltre 20°      | No       | 0         |
| 2             | Variazione estrema nel livello 1   | No       | 0         |
| 3             | Tronco appoggiato al bordo del tavolo o su un piano rigido   | Sì       | 1         |
|               | Tronco non appoggiato o sostenuto  | No       | 0         |
| <b>Totale</b> |  |          | <b>1</b>  |



Il posto di lavoro consente di assumere una postura migliore?

Sì



0

*Nota: Se il posto di lavoro non consente di assumere una postura migliore il punteggio ottenuto nella valutazione della "POSIZIONE DEL TRONCO" rispetto alla postura corretta deve essere aumentato di 15 unità.*

### POSIZIONE DELLE SPALLE

Oggetto di questa valutazione sono le spalle ed ogni alterazione posturale che le riguarda.

Si tende a sollevare le spalle quando il piano di lavoro è troppo alto. Le spalle sono protese in avanti soprattutto quando si ha poco spazio per muovere le gambe, quando si è troppo distanti dal piano di lavoro o quando si lavora al videoterminale con dei documenti davanti alla tastiera.

| Livello   | Variazione rispetto alla postura corretta   |   | Risposta | Punteggio |
|---|---|---|----------|-----------|
| 1   |  | Una spalla sollevata o entrambe         | No       | 0         |
|   |  | Una spalla protesa in avanti o entrambe | Sì       | 3         |
| 2   | Variazione estrema nel livello 1  |   | No       | 0         |
| 3   | Movimento delle spalle con maggiore sforzo  |   | No       | 0         |
| <b>Totale</b>   |   |   |          | <b>3</b>  |
| Il posto di lavoro consente di assumere una postura migliore? |   |   | Sì       | 0         |


*Nota: Se il posto di lavoro non consente di assumere una postura migliore il punteggio ottenuto nella valutazione della "POSIZIONE DELLE SPALLE" rispetto alla postura corretta deve essere aumentato di 15 unità.*

### POSIZIONE DELLE BRACCIA

In questo caso si valuta qualsiasi variazione rispetto ad una postura corretta, ossia quando le braccia, in posizione rilassata, formano con l'avambraccio almeno un angolo di 90°. Le mani si trovano quasi all'altezza dei gomiti o leggermente al di sopra dei gomiti in caso di monitoraggio di piccoli pezzi o se è richiesto un particolare sforzo visivo.

Nei lavori di precisione le braccia ed i gomiti devono essere appoggiati su una superficie smussata o imbottita. I bordi acuminati o le superfici fredde come il metallo, la pietra o il vetro non sono indicati.

| Livello | Variazione rispetto alla postura corretta   |   | Risposta | Punteggio |
|---------|---|---|----------|-----------|
| 1       |  | Un polso sopra il livello dei gomiti                                  | No       | 0         |
|         |  | Entrambi i polsi sopra il livello dei gomiti                          | Sì       | 2         |
|         |  | Un braccio forma un angolo di oltre 20° rispetto al tronco            | Sì       | 1         |
|         |  | Entrambe le braccia formano un angolo di oltre 20° rispetto al tronco | No       | 0         |
| 2       | Variazione estrema nel livello 1  |   | No       | 0         |

|   |  |   |
|---|--|---|
|  | COMUNE DI SAN SEVERO - Settore Opere Pubbliche | Documento di Valutazione dei Rischi<br>Art. 17,28 e 29- D.Lgs. 81/2008 e s.m.i. |
|---|--|---|

|   |  |    |   |
|---|--|----|---|
| 3 | In caso di lavori che implicano motricità fine: braccia, gomiti o mani: -sono appoggiati su un bordo non smussato o su una superficie fredda | No | 0 |
|   | In caso di lavori che implicano motricità fine: braccia, gomiti o mani: -non possono essere appoggiati                                       | No | 0 |

|               |  |  |   |
|---------------|--|--|---|
| <b>Totale</b> |  |  | 3 |
|---------------|--|--|---|



|  |    |   |
|--|----|---|
| <b>Il posto di lavoro consente di assumere una postura migliore?</b> | Sì | 0 |
|--|----|---|

*Nota: Se il posto di lavoro non consente di assumere una postura migliore il punteggio ottenuto nella valutazione della "POSIZIONE DELLE BRACCIA" rispetto alla postura corretta deve essere aumentato di 15 unità.*

### POSIZIONE DELLE GAMBE

Le gambe assumono una postura corretta quando le cosce sono orizzontali oppure leggermente piegate in avanti sotto il piano di lavoro. L'angolo formato dalla coscia e dalla gamba deve essere di 90° circa. Le cosce e le ginocchia devono disporre di spazio sufficiente per muoversi in alto, avanti e di lato.

Deve essere possibile, inoltre, distendere le gambe senza alcun problema, il bordo della sedia non deve comprimere i muscoli della coscia o l'incavo del ginocchio.

| Livello | Variazione rispetto alla postura corretta   |   |    | Punti |
|---------|---|---|----|-------|
| 1       |   | Cosce rivolte verso il basso (eventuale sedile troppo alto) | No | 0     |
|         |  | Cosce rivolte verso l'alto (eventuale sedile troppo basso)  | No | 0     |
| 2       | Variazione estrema nel livello 1  |   | No | 0     |
| 3       | Ginocchia/cosce urtano davanti, di lato e in alto                                   |   | No | 0     |
|         | Impossibilità di stendere le gambe  |   | No | 0     |
|         | Gambe divaricate (ostacolate dalla gamba del tavolo o da altri oggetti)             |   | No | 0     |
|         | Altezza di seduta scomoda per azionare un comando a pedale                          |   | No | 0     |
|         | Il bordo della sedia preme sulla coscia o sull'incavo del ginocchio                 |   | No | 0     |


|               |  |  |   |
|---------------|--|--|---|
| <b>Totale</b> |  |  | 0 |
|---------------|--|--|---|

|  |    |   |
|--|----|---|
| <b>Il posto di lavoro consente di assumere una postura migliore?</b> | Sì | 0 |
|--|----|---|



*Nota: Se il posto di lavoro non consente di assumere una postura migliore il punteggio ottenuto nella valutazione della "POSIZIONE DELLE GAMBE" rispetto alla postura corretta deve essere aumentato di 15 unità.*

### POSIZIONE DEI PIEDI

Per i piedi si parla di postura corretta quando questi poggiano perfettamente con tutta la pianta sul pavimento o sul poggiatesta. I piedi devono potersi muovere liberamente in avanti, di lato e indietro.

| Livello | Variazione rispetto alla postura corretta   |  |    | Punti |
|---------|---|--|----|-------|
| 1       |  | Piede/i (caviglia) tendente/i verso il basso o piegato/i nella parte superiore | Sì | 1     |

|   |  |   |
|---|--|---|
|  | COMUNE DI SAN SEVERO - Settore Opere Pubbliche | Documento di Valutazione dei Rischi<br>Art. 17,28 e 29- D.Lgs. 81/2008 e s.m.i. |
|---|--|---|

|  |   |  |    |   |
|--|---|--|----|---|
|  |   | Piede/i girato/i verso l'interno o l'esterno | No | 0 |
| 2  | Variazione estrema nel livello 1  |  | No | 0 |
| 3  | Superficie di appoggio del piede troppo piccola (min. 40 x 50)  |  | No | 0 |
|  | Piede/i ostacolato/i davanti, dietro (tallone) o di lato  |  | No | 0 |
|  | Posizione scomoda per azionare un comando a pedale  |  | No | 0 |
| <b>Totale</b>  |   |  |    | 1 |
| <b>Il posto di lavoro consente di assumere una postura migliore?</b> |   |  | Sì | 0 |

Nota: Se il posto di lavoro non consente di assumere una postura migliore il punteggio ottenuto nella valutazione della "POSIZIONE DEI PIED" rispetto alla postura corretta deve essere aumentato di 15 unità.

### FATTORE TEMPO

Per determinare il fattore tempo è fondamentale sapere se la postura si riferisce ad un'attività prevalente senza il passaggio ad altre attività o ad un'attività secondaria intervallata da altre attività. Se si tratta di un'attività prevalente, conta il tempo effettivo di lavoro; se si tratta di un'attività secondaria, conta la somma dei tempi durante i quali è stata assunta la postura presa in esame.


Il fattore tempo è uguale per tutte le parti del corpo.

| Attività prevalente<br>Il soggetto svolge sempre la stessa attività nella stessa posizione | Attività secondaria<br>Il soggetto cambia attività e posizione. Somma della stessa attività e posizione | Fattore tempo |   | P |
|--|---|---------------|---|---|
|  | 1 - 2 h/giorno  |               |   | 1 |
|  | 2 - 3 h/giorno  |               |   | 2 |
|  | 3 - 4 h/giorno  |               |   | 3 |
|  | 4 - 5 h/giorno  |               |   | 4 |
|  | 5 - 6 h/giorno  |               |   | 5 |
| 3 - 5 h/giorno   |   |               |   | 5 |
| 6 - 8 h/giorno   |   | x             | 6 | 6 |
| <b>Totale punteggio fattore tempo</b>  |   |               |   | 6 |

### CALCOLO PUNTEGGI

Nella seguente tabella vengono riportati, per le diverse parti del corpo esaminate, i punteggi derivanti dalle precedenti check list. L'ultima colonna riporta il Punteggio finale, eventualmente corretto per postura forzata.

| PARTE DEL CORPO | Totale<br>(livello 1 - 3) | X Tempo<br>(uguale per ogni parte del corpo) | = Punteggio (P) | Coeff. correzione | (*) Pcorr = P + coeff. corr. |
|-----------------|---------------------------|--|-----------------|-------------------|------------------------------|
| TESTA           | 2                         | 6  | 12              | 0                 | 12                           |
| TRONCO          | 1                         |  | 6               | 0                 | 6                            |
| SPALLE          | 3                         |  | 18              | 0                 | 18                           |
| BRACCIA         | 3                         |  | 18              | 0                 | 18                           |
| GAMBE           | 0                         |  | 0               | 0                 | 0                            |

|  |  |   |   |   |   |
|--|--|---|---|---|---|
|  | COMUNE DI SAN SEVERO - Settore Opere Pubbliche | Documento di Valutazione dei Rischi<br>Art. 17,28 e 29- D.Lgs. 81/2008 e s.m.i. |   |   |   |
| PIEDI  | 1  |   | 6 | 0 | 6 |

(\*) Se nella valutazione si è indicato che il posto di lavoro non consente una postura migliore (postura forzata), il punteggio deve essere aumentato di 15 unità.

### VALUTAZIONE SINGOLE PARTI DEL CORPO

Nella tabella seguente vengono riportati i valori di riferimento dei punteggi con le relative sollecitazioni, utilizzati per la individuazione delle misure correttive.

| Parte del corpo | Punteggio | Misure correttive   |
|-----------------|-----------|---|
| TESTA           | 12        | Sollecitazione elevata. E' possibile che possano insorgere disturbi posturali nelle persone con una resistenza fisica ridotta. Si raccomanda l'adozione di misure correttive. |
| TRONCO          | 6         | Sollecitazione minima. E' poco probabile che possano insorgere disturbi posturali.  |
| SPALLE          | 18        | Sollecitazione elevata. E' possibile che possano insorgere disturbi posturali nelle persone con una resistenza fisica ridotta. Si raccomanda l'adozione di misure correttive. |
| BRACCIA         | 18        | Sollecitazione elevata. E' possibile che possano insorgere disturbi posturali nelle persone con una resistenza fisica ridotta. Si raccomanda l'adozione di misure correttive. |
| GAMBE           | 0         | Sollecitazione minima. E' poco probabile che possano insorgere disturbi posturali.  |
| PIEDI           | 6         | Sollecitazione minima. E' poco probabile che possano insorgere disturbi posturali.  |

Il calcolo dei punteggi è ottenuto mediante il confronto con la seguente matrice:

| Punteggio | Descrizione  |
|-----------|--|
| < 10      | Sollecitazione minima. E' poco probabile che possano insorgere disturbi posturali.   |
| 10 > 25   | Sollecitazione elevata. E' possibile che possano insorgere disturbi posturali nelle persone con una resistenza fisica ridotta. Si raccomanda l'adozione di misure correttive.                      |
| 25 > 50   | Sollecitazione molto elevata. E' possibile che possano insorgere disturbi posturali anche nelle persone normalmente resistenti alla fatica. Si raccomanda di adottare misure correttive immediate. |
| > 50      | Sollecitazione estremamente elevata. E' probabile che possano insorgere disturbi e stati di sovraccarico legati alla postura. Si impongono misure correttive.                                      |

Classe di rischio di appartenenza:

|               |                     |                     |
|---------------|---------------------|---------------------|
| Rischio medio | 10 < Punteggio ≤ 25 | Classe di rischio 1 |
|---------------|---------------------|---------------------|

### MISURE DI SICUREZZA

In funzione della classe di rischio d'appartenenza si adottano le seguenti misure:

#### PREVENZIONI






- Distribuire il carico di lavoro su più gruppi muscolari possibili, in modo da evitare il sovraccarico dei più piccoli gruppi muscolari.
- Viene effettuata periodica informazione degli addetti sui rischi della loro mansione e formazione sia nell'assumere atteggiamenti e/o abitudini di vita e di lavoro adatte a proteggere la schiena e le altre articolazioni, sia nello svolgere utili esercizi di rilassamento, stiramento e rinforzo muscolare.

**VALUTAZIONE ESPOSIZIONE ERGONOMIA****Manutenzione impianti**

Mansioni: Addetto Manutenzione impianti

**POSIZIONE DELLA TESTA**





Si valuta la variazione rispetto alla postura corretta, intendendo con ciò la postura assunta da un soggetto con lo sguardo dritto e con la testa leggermente inclinata in avanti. Di seguito è riportata la tabella di valutazione con i relativi punteggi.

| Livello  | Variazione rispetto alla postura corretta   |  | Risposta      | Punteggio |
|--|---|--|---------------|-----------|
| 1  |  | Testa reclinata indietro, direzione dello sguardo al di sopra dell'orizzontale | No            | 0         |
|  |  | Testa inclinata in avanti di oltre 20°   | No            | 0         |
|  |  | Testa protesa in avanti  | Sì            | 2         |
|  |  | Testa inclinata di lato  | No            | 0         |
|  |  | Testa girata da un lato di oltre 20°   | No            | 0         |
| 2  | Variazione estrema nel livello 1  |  | No            | 0         |
|  |   |  | <b>Totale</b> | 2         |
| <b>Il posto di lavoro consente di assumere una postura migliore?</b> |   |  | Sì            | 0         |

*Nota: Se il posto di lavoro non consente di assumere una postura migliore il punteggio ottenuto nella valutazione della "POSIZIONE DELLA TESTA" rispetto alla postura corretta deve essere aumentato di 15 unità.*

**POSIZIONE DEL TRONCO**

In questo caso si valuta la variazione rispetto alla postura corretta, ossia con il tronco dritto oppure leggermente reclinato.

| Livello  | Variazione rispetto alla postura corretta   |  | Risposta      | Punteggio |
|--|---|--|---------------|-----------|
| 1  |  | Tronco reclinato all'indietro di oltre 20° | No            | 0         |
|  |  | Tronco inclinato in avanti di oltre 20°    | No            | 0         |
|  |  | Tronco piegato da un lato                  | No            | 0         |
|  |  | Tronco girato da un lato di oltre 20°      | No            | 0         |
| 2  | Variazione estrema nel livello 1  |  | No            | 0         |
| 3  | Tronco appoggiato al bordo del tavolo o su un piano rigido                          |  | Sì            | 1         |
|  | Tronco non appoggiato o sostenuto   |  | No            | 0         |
|  |   |  | <b>Totale</b> | 1         |
| <b>Il posto di lavoro consente di assumere una postura migliore?</b> |   |  | Sì            | 0         |





*Nota: Se il posto di lavoro non consente di assumere una postura migliore il punteggio ottenuto nella valutazione della "POSIZIONE DEL TRONCO" rispetto alla postura corretta deve essere aumentato di 15 unità.*

### POSIZIONE DELLE SPALLE

Oggetto di questa valutazione sono le spalle ed ogni alterazione posturale che le riguarda.

Si tende a sollevare le spalle quando il piano di lavoro è troppo alto. Le spalle sono protese in avanti soprattutto quando si ha poco spazio per muovere le gambe, quando si è troppo distanti dal piano di lavoro o quando si lavora al videoterminale con dei documenti davanti alla tastiera.

| Livello  | Variazione rispetto alla postura corretta   |   | Risposta | Punteggio |
|--|---|---|----------|-----------|
| 1  |  | Una spalla sollevata o entrambe         | No       | 0         |
|  |  | Una spalla protesa in avanti o entrambe | Sì       | 3         |
| 2  | Variazione estrema nel livello 1  |   | No       | 0         |
| 3  | Movimento delle spalle con maggiore sforzo  |   | No       | 0         |
| <b>Totale</b>  |   |   |          | <b>3</b>  |
| <b>Il posto di lavoro consente di assumere una postura migliore?</b> |   |   | Sì       | 0         |

*Nota: Se il posto di lavoro non consente di assumere una postura migliore il punteggio ottenuto nella valutazione della "POSIZIONE DELLE SPALLE" rispetto alla postura corretta deve essere aumentato di 15 unità.*

### POSIZIONE DELLE BRACCIA

In questo caso si valuta qualsiasi variazione rispetto ad una postura corretta, ossia quando le braccia, in posizione rilassata, formano con l'avambraccio almeno un angolo di 90°. Le mani si trovano quasi all'altezza dei gomiti o leggermente al di sopra dei gomiti in caso di monitoraggio di piccoli pezzi o se è richiesto un particolare sforzo visivo.

Nei lavori di precisione le braccia ed i gomiti devono essere appoggiati su una superficie smussata o imbottita. I bordi acuminati o le superfici fredde come il metallo, la pietra o il vetro non sono indicati.

| Livello | Variazione rispetto alla postura corretta  |   | Risposta | Punteggio |
|---------|--|---|----------|-----------|
| 1       |   | Un polso sopra il livello dei gomiti                                  | No       | 0         |
|         |   | Entrambi i polsi sopra il livello dei gomiti                          | Sì       | 2         |
|         |   | Un braccio forma un angolo di oltre 20° rispetto al tronco            | Sì       | 1         |
|         |   | Entrambe le braccia formano un angolo di oltre 20° rispetto al tronco | No       | 0         |
| 2       | Variazione estrema nel livello 1   |   | No       | 0         |
| 3       | In caso di lavori che implicano motricità fine: braccia, gomiti o mani: -sono appoggiati su un bordo non smussato o su una superficie fredda |   | No       | 0         |

|  |  |   |
|--|--|---|
|  | COMUNE DI SAN SEVERO - Settore Opere Pubbliche | Documento di Valutazione dei Rischi<br>Art. 17,28 e 29- D.Lgs. 81/2008 e s.m.i. |
|--|--|---|

|  |    |          |
|--|----|----------|
| In caso di lavori che implicano motricità fine: braccia, gomiti o mani: -non possono essere appoggiati | No | 0        |
| <b>Totale</b>  |    | <b>3</b> |
| <b>Il posto di lavoro consente di assumere una postura migliore?</b>                                   | Sì | 0        |

*Nota: Se il posto di lavoro non consente di assumere una postura migliore il punteggio ottenuto nella valutazione della "POSIZIONE DELLE BRACCIA" rispetto alla postura corretta deve essere aumentato di 15 unità.*

### POSIZIONE DELLE GAMBE

Le gambe assumono una postura corretta quando le cosce sono orizzontali oppure leggermente piegate in avanti sotto il piano di lavoro. L'angolo formato dalla coscia e dalla gamba deve essere di 90° circa. Le cosce e le ginocchia devono disporre di spazio sufficiente per muoversi in alto, avanti e di lato.



Deve essere possibile, inoltre, distendere le gambe senza alcun problema, il bordo della sedia non deve comprimere i muscoli della coscia o l'incavo del ginocchio.

| Livello  | Variazione rispetto alla postura corretta  |   | Punti    |
|--|--|---|----------|
| 1  |   | Cosce rivolte verso il basso (eventuale sedile troppo alto) | No<br>0  |
|  |  | Cosce rivolte verso l'alto (eventuale sedile troppo basso)  | No<br>0  |
| 2  | Variazione estrema nel livello 1   |   | No<br>0  |
| 3  | Ginocchia/cosce urtano davanti, di lato e in alto                                  |   | No<br>0  |
|  | Impossibilità di stendere le gambe   |   | No<br>0  |
|  | Gambe divaricate (ostacolate dalla gamba del tavolo o da altri oggetti)            |   | No<br>0  |
|  | Altezza di seduta scomoda per azionare un comando a pedale                         |   | No<br>0  |
|  | Il bordo della sedia preme sulla coscia o sull'incavo del ginocchio                |   | No<br>0  |
| <b>Totale</b>  |  |   | <b>0</b> |
| <b>Il posto di lavoro consente di assumere una postura migliore?</b> |  |   | Sì<br>0  |

*Nota: Se il posto di lavoro non consente di assumere una postura migliore il punteggio ottenuto nella valutazione della "POSIZIONE DELLE GAMBE" rispetto alla postura corretta deve essere aumentato di 15 unità.*

### POSIZIONE DEI PIEDI

Per i piedi si parla di postura corretta quando questi poggiano perfettamente con tutta la pianta sul pavimento o sul poggiapiedi. I piedi devono potersi muovere liberamente in avanti, di lato e indietro.

| Livello | Variazione rispetto alla postura corretta   |  | Punti   |
|---------|---|--|---------|
| 1       |  | Piede/i (caviglia) tendente/i verso il basso o piegato/i nella parte superiore | Sì<br>1 |
|         |  | Piede/i girato/i verso l'interno o l'esterno                                   | No<br>0 |
| 2       | Variazione estrema nel livello 1  |  | No<br>0 |
| 3       | Superficie di appoggio del piede troppo piccola (min.                               |  | No<br>0 |



|  |  |   |
|--|--|---|
|  | COMUNE DI SAN SEVERO - Settore Opere Pubbliche | Documento di Valutazione dei Rischi<br>Art. 17,28 e 29- D.Lgs. 81/2008 e s.m.i. |
|--|--|---|

|  |    |   |
|--|----|---|
| 40 x 50)   |    |   |
| Piede/i ostacolato/i davanti, dietro (tallone) o di lato | No | 0 |
| Posizione scomoda per azionare un comando a pedale       | No | 0 |

|               |  |          |
|---------------|--|----------|
| <b>Totale</b> |  | <b>1</b> |
|---------------|--|----------|

|  |    |   |
|--|----|---|
| <b>Il posto di lavoro consente di assumere una postura migliore?</b> | Sì | 0 |
|--|----|---|

*Nota: Se il posto di lavoro non consente di assumere una postura migliore il punteggio ottenuto nella valutazione della "POSIZIONE DEI PIEDI" rispetto alla postura corretta deve essere aumentato di 15 unità.*

### FATTORE TEMPO

Per determinare il fattore tempo è fondamentale sapere se la postura si riferisce ad un'attività prevalente senza il passaggio ad altre attività o ad un'attività secondaria intervallata da altre attività. Se si tratta di un'attività prevalente, conta il tempo effettivo di lavoro; se si tratta di un'attività secondaria, conta la somma dei tempi durante i quali è stata assunta la postura presa in esame.

Il fattore tempo è uguale per tutte le parti del corpo.

| Attività prevalente<br>Il soggetto svolge sempre la stessa attività nella stessa posizione | Attività secondaria<br>Il soggetto cambia attività e posizione. Somma della stessa attività e posizione | Fattore tempo |   | P |
|--|---|---------------|---|---|
|  | 1 - 2 h/giorno  |               |   | 1 |
|  | 2 - 3 h/giorno  |               |   | 2 |
|  | 3 - 4 h/giorno  |               |   | 3 |
|  | 4 - 5 h/giorno  |               |   | 4 |
|  | 5 - 6 h/giorno  |               |   | 5 |
| 3 - 5 h/giorno   |   |               |   | 5 |
| 6 - 8 h/giorno   |   | x             | 6 | 6 |

|                                       |          |
|---------------------------------------|----------|
| <b>Totale punteggio fattore tempo</b> | <b>6</b> |
|---------------------------------------|----------|

### CALCOLO PUNTEGGI

Nella seguente tabella vengono riportati, per le diverse parti del corpo esaminate, i punteggi derivanti dalle precedenti check list. L'ultima colonna riporta il Punteggio finale, eventualmente corretto per postura forzata.

| PARTE DEL CORPO | Totale<br>(livello 1 - 3) | X Tempo<br>(uguale per ogni<br>parte del corpo) | = Punteggio (P) | Coeff.<br>correzione | (*) Pcorr = P<br>+ coeff. corr. |
|-----------------|---------------------------|---|-----------------|----------------------|---------------------------------|
| TESTA           | 2                         | 6   | 12              | 0                    | 12                              |
| TRONCO          | 1                         |   | 6               | 0                    | 6                               |
| SPALLE          | 3                         |   | 18              | 0                    | 18                              |
| BRACCIA         | 3                         |   | 18              | 0                    | 18                              |
| GAMBE           | 0                         |   | 0               | 0                    | 0                               |
| PIEDI           | 1                         |   | 6               | 0                    | 6                               |

*(\*) Se nella valutazione si è indicato che il posto di lavoro non consente una postura migliore (postura forzata), il punteggio deve essere aumentato di 15 unità.*

**VALUTAZIONE SINGOLE PARTI DEL CORPO**

Nella tabella seguente vengono riportati i valori di riferimento dei punteggi con le relative sollecitazioni, utilizzati per la individuazione delle misure correttive.

| Parte del corpo | Punteggio | Misure correttive   |
|-----------------|-----------|---|
| TESTA           | 12        | Sollecitazione elevata. E' possibile che possano insorgere disturbi posturali nelle persone con una resistenza fisica ridotta. Si raccomanda l'adozione di misure correttive. |
| TRONCO          | 6         | Sollecitazione minima. E' poco probabile che possano insorgere disturbi posturali.  |
| SPALLE          | 18        | Sollecitazione elevata. E' possibile che possano insorgere disturbi posturali nelle persone con una resistenza fisica ridotta. Si raccomanda l'adozione di misure correttive. |
| BRACCIA         | 18        | Sollecitazione elevata. E' possibile che possano insorgere disturbi posturali nelle persone con una resistenza fisica ridotta. Si raccomanda l'adozione di misure correttive. |
| GAMBE           | 0         | Sollecitazione minima. E' poco probabile che possano insorgere disturbi posturali.  |
| PIEDI           | 6         | Sollecitazione minima. E' poco probabile che possano insorgere disturbi posturali.  |

Il calcolo dei punteggi è ottenuto mediante il confronto con la seguente matrice:

| Punteggio | Descrizione  |
|-----------|--|
| < 10      | Sollecitazione minima. E' poco probabile che possano insorgere disturbi posturali.   |
| 10 > 25   | Sollecitazione elevata. E' possibile che possano insorgere disturbi posturali nelle persone con una resistenza fisica ridotta. Si raccomanda l'adozione di misure correttive.                      |
| 25 > 50   | Sollecitazione molto elevata. E' possibile che possano insorgere disturbi posturali anche nelle persone normalmente resistenti alla fatica. Si raccomanda di adottare misure correttive immediate. |
| > 50      | Sollecitazione estremamente elevata. E' probabile che possano insorgere disturbi e stati di sovraccarico legati alla postura. Si impongono misure correttive.                                      |

**Classe di rischio di appartenenza:**

Rischio medio

10 &lt; Punteggio ≤ 25

Classe di rischio 1

**MISURE DI SICUREZZA**

In funzione della classe di rischio d'appartenenza si adottano le seguenti misure:

**PREVENZIONI**

- Distribuire il carico di lavoro su più gruppi muscolari possibili, in modo da evitare il sovraccarico dei più piccoli gruppi muscolari.
- Viene effettuata periodica informazione degli addetti sui rischi della loro mansione e formazione sia nell'assumere atteggiamenti e/o abitudini di vita e di lavoro adatte a proteggere la schiena e le altre articolazioni, sia nello svolgere utili esercizi di rilassamento, stiramento e rinforzo muscolare.



## CONCLUSIONI

Il presente Documento di Valutazione del Rischio Ergonomia:

- è stato redatto ai sensi del D. Lgs. 81/2008;
- è soggetto ad aggiornamento periodico ove si verificano significativi mutamenti che potrebbero averlo reso superato.

La valutazione dei rischi è stata condotta dal Datore di Lavoro e dal Responsabile del Servizio di Prevenzione e Protezione con la collaborazione del Medico Competente, per quanto di sua competenza e il coinvolgimento preventivo del Rappresentante dei Lavoratori per la Sicurezza.

| Figure            | Nominativo                          | Firma |
|-------------------|-------------------------------------|-------|
| Datore di lavoro  | <b>Ing. Benedetto Di Lullo</b>      |       |
| RSPP              | <b>Arch. Sabrina Paola Piancone</b> |       |
| Medico competente | <b>Dott. Matteo Ciavarella</b>      |       |
| RLS               | <b>Rocco Bonabitacola</b>           |       |

SAN SEVERO, 03/11/2020



## Sommario

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| DESCRIZIONE GENERALE DELL'AZIENDA   | 2  |
| DATI AZIENDALI                      | 2  |
| RELAZIONE INTRODUTTIVA              | 3  |
| METODOLOGIA DI VALUTAZIONE          | 3  |
| VALUTAZIONE ESPOSIZIONE ERGONOMIA   | 4  |
| Lavori di ufficio                   | 4  |
| POSIZIONE DELLA TESTA               | 4  |
| POSIZIONE DEL TRONCO                | 4  |
| POSIZIONE DELLE SPALLE              | 5  |
| POSIZIONE DELLE BRACCIA             | 5  |
| POSIZIONE DELLE GAMBE               | 6  |
| POSIZIONE DEI PIEDI                 | 6  |
| FATTORE TEMPO                       | 7  |
| CALCOLO PUNTEGGI                    | 7  |
| VALUTAZIONE SINGOLE PARTI DEL CORPO | 8  |
| MISURE DI SICUREZZA                 | 8  |
| PREVENZIONI                         | 8  |
| VALUTAZIONE ESPOSIZIONE ERGONOMIA   | 9  |
| Lavoro di sportello                 | 9  |
| POSIZIONE DELLA TESTA               | 9  |
| POSIZIONE DEL TRONCO                | 9  |
| POSIZIONE DELLE SPALLE              | 10 |
| POSIZIONE DELLE BRACCIA             | 10 |
| POSIZIONE DELLE GAMBE               | 11 |
| POSIZIONE DEI PIEDI                 | 11 |
| FATTORE TEMPO                       | 12 |
| CALCOLO PUNTEGGI                    | 12 |
| VALUTAZIONE SINGOLE PARTI DEL CORPO | 13 |
| MISURE DI SICUREZZA                 | 13 |
| PREVENZIONI                         | 13 |
| VALUTAZIONE ESPOSIZIONE ERGONOMIA   | 14 |
| Manutenzione impianti               | 14 |
| POSIZIONE DELLA TESTA               | 14 |
| POSIZIONE DEL TRONCO                | 14 |
| POSIZIONE DELLE SPALLE              | 15 |
| POSIZIONE DELLE BRACCIA             | 15 |
| POSIZIONE DELLE GAMBE               | 16 |
| POSIZIONE DEI PIEDI                 | 16 |
| FATTORE TEMPO                       | 17 |
| CALCOLO PUNTEGGI                    | 17 |
| VALUTAZIONE SINGOLE PARTI DEL CORPO | 18 |
| MISURE DI SICUREZZA                 | 18 |
| PREVENZIONI                         | 18 |
| CONCLUSIONI                         | 19 |
| Sommario                            | 20 |