



ISTITUTO COMPRENSIVO

Scuole dell'Infanzia - Primarie - Secondaria di I Grado

33090 TRAVESIO (PN)

Comuni di: Castelnovo del Friuli - Clauzetto - Pinzano al Tag.to - Sequals - Travesio - Vito d'Asio

Tel. 042790192 Fax 0427908698 codice fiscale 81018050930

e-mail pnic813006@istruzione.it

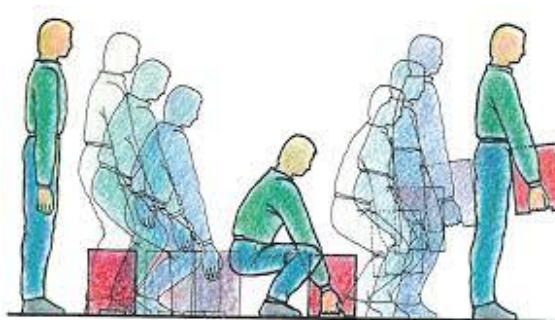
Sito: www.istitutocomprensivotravesio.it



MOVIMENTAZIONE MANUALE DEI CARICHI

OGGETTO: **PROCEDURA**

DATA: 01/09/2016



IL DIRIGENTE SCOLASTICO dott.ssa Carla Cozzi

IL RESPONSABILE DEL SERVIZIO DI PREVENZIONE E PROTEZIONE
Ernesto Luri

MOVIMENTAZIONE MANUALE DEI CARICHI

SERVIZIO DI PREVENZIONE E PROTEZIONE DEI RISCHI [d.lgs. n. 81/2008 – art. 36](#)
[Informazione ai lavoratori](#)

PROCEDURE DI SICUREZZA DA ATTUARE DURANTE LA MOVIMENTAZIONE MANUALE DEI CARICHI

PREMESSA

La movimentazione manuale dei carichi può essere causa di alterazioni della colonna vertebrale, struttura portante del nostro corpo, anche di tipo permanente, qualora l'operatore la effettui in maniera non corretta e senza valutare i possibili rischi per la propria salute. A prescindere dal rischio di contrarre una vera e propria patologia a seguito di frequenti e ripetute sollecitazioni al sistema vertebrale, anche una sola operazione di movimentazione sotto carico compiuta scorrettamente, può implicare pericoli o disturbi fisici temporanei quali:

- ✓ **infortuni di vario genere (es. schiacciamento, urti, ecc.)**
- ✓ **traumi del tratto cervicale;**
- ✓ **traumi degli arti inferiori e superiori.**

Di seguito sono riportate le regole di comportamento che il lavoratore deve osservare al fine di ridurre al minimo il rischio per la propria salute durante lo svolgimento dell'attività di movimentazione manuale dei carichi.

REGOLE GENERALI DI COMPORTAMENTO SICURO

- **Evitare** di sollevare manualmente e da soli pesi superiori al peso limite, fissato dalla norma in materia di igiene e sicurezza in ambiente di lavoro :
- **25 kg per gli uomini;**
- **15 kg per le donne.**
- **Valutare** la forma, il volume e il peso del carico prima di afferrarlo.
- **Controllare** che il percorso da effettuare non sia scivoloso, non presenti buche,

ostacoli, ecc.

- **Avvalersi** di mezzi utili al trasporto e/o sollevamento per la movimentazione di mobili, arredi, macchine e attrezzature quando è possibile (es.: mezzi meccanici di sollevamento, muletti, rulli trasportatori, ecc.).
- **Adoperare**, quando la tipologia del carico o del movimento lo richiede, dispositivi di protezione individuale come i guanti durante la movimentazione del carico. Se la mansione dell'operatore è quella tipica di facchinaggio occorrono idonei DPI, oltre ai guanti, come scarpe aventi la punta protetta in acciaio e la suola antiscivolo; cinture di protezione della fascia dorso-lombare, ecc.
- **Effettuare** il sollevamento dei carichi ponendo il tronco dorsale in posizione verticale e avendo cura di utilizzare la muscolatura delle gambe per far forza. Stesse misure di sicurezza dovranno essere attuate nel caso di deposito di carichi a terra. In particolare occorre:

1. Nel **sollevare un carico da terra**:

- ✚ piegare le gambe,
- ✚ afferrare saldamente il carico,
- ✚ tenere il carico più vicino possibile al corpo,
- ✚ sollevare il carico tenendo la schiena più eretta possibile.

2. Nel **depositare un carico a terra**:

- ✚ afferrare saldamente il carico,
 - ✚ tenere il carico più vicino possibile al corpo,
 - ✚ depositare il carico piegando le gambe e mantenendo la schiena più eretta possibile.
- **Controllare** che il corpo sia in una situazione stabile prima di effettuare una movimentazione.
 - **Avvicinare** il peso al proprio corpo e muovere le gambe, non spostare e/o depositare il carico utilizzando solo le braccia.
 - **Evitare** sempre la torsione del tronco dorsale.
 - **Ruotare i piedi** e non il tronco dorsale quando occorre effettuare un cambio di direzione del percorso.
 - **Effettuare** la movimentazione di carichi pesanti o molto ingombranti o difficilmente afferrabili sempre insieme ad un altro operatore.
 - **Evitare** di depositare i carichi sopra la testa sia durante il trasporto sia per brevi momenti.
 - **Servirsi** di attrezzature idonee come scale portatili per prelevare i carichi posti a quota superiore rispetto alla propria altezza.
 - Le donne in stato di gravidanza **non possono** essere adibite al sollevamento e al trasporto di pesi, nonché ai lavori pericolosi, faticosi e insalubri durante la gestazione, stessa misura di sicurezza dovrà essere attuata fino a sette mesi dopo il parto (art.3 della legge 1204/71).

Il rischio di infortunio durante la movimentazione manuale dei carichi aumenta se l'ambiente di lavoro, nel quale viene svolta la suddetta operazione, è privo delle seguenti caratteristiche:

- ✚ Lo spazio libero per la movimentazione, in particolare verticale, deve essere

sufficiente per consentire in maniera adeguata l'attività di sollevamento o deposito del carico da una quota all'altra richiesta.

- ✚ Il pavimento è piano, privo di buche o rialzamenti improvvisi, è non scivoloso, ecc.
- ✚ L'ambiente di lavoro ha condizioni di microclima confortevoli per tutti gli operatori e non sono percepibili sbalzi di temperatura, né di umidità da un ambiente all'altro e né sussiste il rischio di investimento improvviso delle persone da getti d'aria derivanti dagli impianti di aerazione.