

**SICUREZZA NEI LUOGHI DI LAVORO**  
**D.Lgs 81/08 – Testo Unico sulla Sicurezza**

**DISPENSA**  
**per ATTIVITA' di FORMAZIONE**  
**ed INFORMAZIONE del**  
**LAVORATORE**

**Art. 36 e 37 del D.Lgs 81/08**



**I.P.S.A.R. "LE STREGHE"**

Sede Centrale, Presidenza, Uff. di Segreteria: Via S. Colomba 52/A - 82100 Benevento

☎ 0824-363486 Fax 0824-363487

Succursale: Via S. Colomba, 50 - ☎ 0824-362579 ☎ 0824-361657 Fax 0824-362572

Codice meccanografico: BNRH030005 – Cod. fiscale: 92018460623

Sede Associata: I.P.S.A.R. "CASA CIRCONDARIALE" Codice meccanografico BNRH030016

Web [www.islestreghepolo.it](http://www.islestreghepolo.it) e-mail: [bnrh030005@istruzione.it](mailto:bnrh030005@istruzione.it) p.e.c.:

[bnrh030005@pec.istruzione.it](mailto:bnrh030005@pec.istruzione.it)

**LAVORATORE SIG. ....**

**Attività di Formazione a cura dello Studio di Ingegneria**

**Ing. Salvatore MOTTOLA**

**ing. Alberto FESTA**

**Via torretta 18 – 82100 Benevento**

**Tel. e Fax 0824/51986 – mail: [salvatoremottola@tiscali.it](mailto:salvatoremottola@tiscali.it)**



# SICUREZZA SUL LAVORO

## GUIDA PRATICA per il LAVORATORE (Art. 37 D. Lgs 81/08)

<b>DATI PERSONALI</b>
-----------------------

**COGNOME** .....

**NOME** .....

**MATRICOLA** .....

**MANSIONI** .....

*Timbro della Ditta*

## INDICE

Introduzione.....	pag. 7
La Norma .....	» 9
A chi è rivolta .....	» 10
• <i>Lavoratore</i> .....	» 10
• <i>Datore di Lavoro</i> .....	» 11
• <i>Dirigente</i> .....	» 11
• <i>Preposto</i> .....	» 11
• <i>Rappresentante dei Lavoratori</i> .....	» 12
• <i>Il Servizio di Prevenzione e Protezione</i> .....	» 13
• <i>Medico Competente</i> .....	» 14
Gli Obblighi dei Lavoratori .....	» 16
Uso delle attrezzature di lavoro .....	» 18
Movimentazione dei carichi .....	» 20
Dispositivi di Protezione Individuale .....	» 23
Il Lavoro al Videoterminale .....	» 27
Norme utili di Pronto Soccorso .....	» 30
Prevenzione incendi, Evacuazione .....	» 38
Segnaletica Aziendale più utilizzata .....	» 44
1. <i>Cartelli di Salvataggio</i> .....	» 46
2. <i>Cartelli per le Attrezzature Antincendio</i> .....	» 47
3. <i>Cartelli di Avvertimento</i> .....	» 48
4. <i>Cartelli di Divieto</i> .....	» 49
5. <i>Cartelli di Prescrizione</i> .....	» 50
Note .....	» 51

## INTRODUZIONE

*L'attuazione delle Misure di Sicurezza in azienda presuppone il coinvolgimento diretto dei lavoratori, per i quali si tratta di un dovere irrinunciabile.*

*Il Testo Unico prescrive che ogni lavoratore si prenda cura della propria salute e sicurezza e di quella delle altre persone presenti sul luogo di lavoro, su cui ricadono gli effetti delle sue azioni od omissioni, conformemente alla sua formazione, alle istruzioni e ai mezzi forniti dal Datore di Lavoro.*

*L'Informazione e la Formazione sono i principali diritti riconosciuti ai lavoratori: il datore di lavoro deve preoccuparsi che i propri dipendenti siano formati ed informati sui possibili rischi nell'esecuzione della loro attività lavorativa, in modo che possano evitarli o ridurne gli effetti.*

*La sicurezza e la salute sui luoghi di lavoro rappresentano un impegno per tutti, che si manifesta non solo nel rispetto di comportamenti sicuri e corretti nello svolgimento del proprio lavoro, ma anche nel creare costantemente le condizioni più idonee affinché ciò avvenga.*

# **SICUREZZA SUL LAVORO**

## **GUIDA PRATICA per il LAVORATORE**

### **LA NORMA**

**Decreto Legislativo n. 81 del 9 Aprile 2008** *"attuazione dell'articolo 1 della legge 3 agosto 2007, n. 123, in materia di tutela della salute e della sicurezza nei luoghi di lavoro"*, pubblicato sul Supplemento Ordinario n. 108/L alla Gazzetta Ufficiale n. 101 del 30 Aprile 2008.

Si tratta di un **Testo Unico** che **COORDINA, RIORDINA E RIFORMA tutte le PRINCIPALI NORME VIGENTI** (il Decreto del Presidente della Repubblica 27 aprile 1955, n. 547; il Decreto del Presidente della Repubblica 7 gennaio 1956, n. 164; il Decreto del Presidente della Repubblica 19 marzo 1956, n. 303, fatta eccezione per l'articolo 64; il Decreto Legislativo 15 agosto 1991, n. 277; il Decreto Legislativo 19 settembre 1994, n. 626; il Decreto Legislativo 14 agosto 1996, n. 493; il Decreto Legislativo 14 agosto 1996, n. 494; il Decreto Legislativo 19 agosto 2005, n. 187; gli articoli: 2, 3, 5, 6 e 7 della Legge 3 agosto 2007, n. 123) **sostituendole con un nuovo “codice” unico di 306 articoli, 13 titoli e 51 allegati.**

Il Decreto si applica a tutti i settori di attività, privati e pubblici, e a tutte le tipologie di rischio; si applica a tutti i lavoratori e lavoratrici, subordinati e autonomi, nonché ai soggetti ad essi equiparati.

## **A CHI E' RIVOLTA**

### **LAVORATORE**

Per “LAVORATORE” si intende la *persona che, indipendentemente dalla tipologia contrattuale, svolge un’attività lavorativa nell’ambito dell’organizzazione di un datore di lavoro pubblico o privato, con o senza retribuzione, anche al solo fine di apprendere un mestiere, un’arte o una professione, esclusi gli addetti ai servizi domestici e familiari*. Al lavoratore così definito è equiparato:

- il socio lavoratore di cooperativa o di società, anche di fatto, che presta la sua attività per conto delle società e dell’ente stesso;
- l’associato in partecipazione di cui all’art. 2549 del Codice Civile;
- il soggetto beneficiario delle iniziative di tirocini formativi e di orientamento;
- l’allievo degli istituti di istruzione ed universitari e il partecipante ai corsi di formazione professionale nei quali si faccia uso di laboratori, attrezzature di lavoro in genere, agenti chimici, fisici e biologici, ivi comprese le apparecchiature fornite di videoterminali;
- il volontario, come definito dalla legge 1° agosto 1991, n. 266;
- i volontari del Corpo Nazionale dei Vigili del Fuoco e della Protezione Civile;
- il lavoratore di cui al Decreto Legislativo 1° dicembre 1997, n. 468, e successive modificazioni.

### **DATORE DI LAVORO**

Per “DATORE DI LAVORO” si intende il *soggetto titolare del rapporto di lavoro con il lavoratore o, comunque, il soggetto che, secondo il tipo e l'assetto dell'organizzazione nel cui ambito il lavoratore presta la propria attività, ha la responsabilità dell'organizzazione stessa o dell'unità produttiva in quanto esercita i poteri decisionali e di spesa.*

### **DIRIGENTE**

Per “DIRIGENTE” si intende la *persona che, in ragione delle competenze professionali e di poteri gerarchici e funzionali adeguati alla natura dell'incarico conferitogli, attua le direttive del Datore di Lavoro, organizzando l'attività lavorativa e vigilando su di essa.*

### **PREPOSTO**

Per “PREPOSTO” si intende la *persona che, in ragione delle competenze professionali e nei limiti di poteri gerarchici e funzionali adeguati alla natura dell'incarico conferitogli, sovrintende all'attività lavorativa e garantisce l'attuazione delle direttive ricevute, controllandone la corretta esecuzione da parte dei lavoratori ed esercitando un funzionale potere di iniziativa.*

## ***RAPPRESENTANTE DEI LAVORATORI PER LA SICUREZZA***

*E' la persona eletta o designata per rappresentare i lavoratori per quanto concerne gli aspetti della salute e della sicurezza durante il lavoro. Il D.Lgs 81/08 assegna grande rilevanza al ruolo dei Rappresentanti dei lavoratori e alla loro agibilità nei luoghi di lavoro per svolgere bene la funzione di controllo preventivo delle situazioni di rischio. Il Rappresentante dei Lavoratori, che deve essere designato in tutte le aziende o unità produttive,:*

- è consultato preventivamente e tempestivamente in ordine alla valutazione dei rischi, alla individuazione, programmazione, realizzazione e verifica della prevenzione nell'azienda o unità produttiva;
- è consultato sulla designazione del responsabile e degli addetti al servizio di prevenzione, all'attività di prevenzione incendi, al primo soccorso, all'evacuazione dei luoghi di lavoro e del medico competente;
- è consultato in merito all'organizzazione della formazione;
- riceve una formazione adeguata;
- promuove l'elaborazione, l'individuazione e l'attuazione delle misure di prevenzione idonee a tutelare la salute e l'integrità fisica dei lavoratori;
- formula osservazioni in occasione di visite e verifiche effettuate dalle autorità competenti;



- avverte il responsabile dell'azienda dei rischi individuati nel corso della sua attività.

### **SERVIZIO DI PREVENZIONE E PROTEZIONE**

*Si tratta dell'insieme delle persone, sistemi e mezzi esterni o interni all'azienda finalizzati all'attività di prevenzione e protezione dai rischi professionali per i lavoratori.* Il servizio, istituito dal datore di lavoro nell'azienda o nell'unità produttiva, può essere:

- interno, se è affidato a lavoratori dipendenti dell'azienda;
- esterno, se è affidato a persone o servizi esterni costituiti anche presso le associazioni dei datori di lavoro o gli organismi paritetici.

Il Servizio di Prevenzione e Protezione collabora con il Datore di Lavoro per migliorare, ove possibile, il livello di sicurezza e salute in azienda, attraverso l'esercizio di un'attività di prevenzione, controllo ed informazione per quanto riguarda la presenza di eventuali fattori di rischio sul luogo di lavoro.

**Nota Bene:** *in molti casi la legge consente al Datore di Lavoro di svolgere **direttamente** i compiti propri del Servizio di Prevenzione e Protezione dai rischi. In questa ipotesi, è il solo datore di lavoro a svolgere tale funzione, senza l'ausilio di un apposito "Servizio".*

## ***MEDICO COMPETENTE***

Il Testo Unico definisce “MEDICO COMPETENTE” il *medico in possesso di uno dei titoli e dei requisiti formativi e professionali* (indicati dallo stesso T.U. all’art. 38), che collabora con il Datore di Lavoro ai fini della Valutazione dei rischi ed è nominato dallo stesso per effettuare la sorveglianza sanitaria e per tutti gli altri compiti previsti dal Decreto.

La Sorveglianza Sanitaria è effettuata dal medico competente:

- nei casi previsti dalla normativa vigente, dalle direttive europee nonché dalle indicazioni fornite dalla Commissione Consultiva di cui all’art. 6 del D.Lgs 81/08;
- qualora il lavoratore ne faccia richiesta e la stessa sia ritenuta dal medico competente correlata ai rischi lavorativi.

Al medico competente è richiesto di:

- collaborare con il Datore di Lavoro e con il Servizio di Prevenzione e Protezione alla valutazione dei rischi, alla predisposizione dell’attuazione delle misure per la tutela della salute e dell’integrità psico-fisica dei lavoratori, all’attività di formazione ed informazione nei confronti dei lavoratori e alla organizzazione del servizio di primo soccorso,
- programmare ed effettuare la sorveglianza sanitaria;
- effettuare una visita medica preventiva per constatare l’assenza di controindicazioni al lavoro cui il lavoratore è destinato al fine di valutare la sua idoneità alla mansione specifica;

- effettuare una visita medica periodica per controllare lo stato di salute dei lavoratori ed esprimere il giudizio di idoneità alla mansione specifica
- istituire, aggiornare e custodire una cartella sanitaria e di rischio per ogni lavoratore sottoposto a sorveglianza sanitaria
- fornire informazioni ai lavoratori sul significato della sorveglianza sanitaria cui sono sottoposti
- visitare gli ambienti di lavoro almeno una volta all'anno o a cadenza diversa che stabilisce in base alla valutazione dei rischi.

## GLI OBBLIGHI DEI LAVORATORI

Dalla sicurezza non soltanto diritti ai lavoratori, ma anche obblighi e doveri. Il Testo Unico prescrive, infatti, che ogni lavoratore ***“deve prendersi cura della propria salute e sicurezza e di quella delle altre persone presenti sul luogo di lavoro, su cui ricadono gli effetti delle sue azioni od omissioni, conformemente alla sua formazione, alle istruzioni e ai mezzi forniti dal Datore di Lavoro”*** .

Al lavoratore sono imposti degli obblighi specifici, la cui inosservanza comporta l'applicazione di sanzioni penali.

OBBLIGHI E SANZIONI PER I LAVORATORI	
OBBLIGO	SANZIONE
<b>Articolo 20 – Obblighi dei Lavoratori</b>	<b>Lavoratore</b>
b) osservare le disposizioni e le istruzioni impartite dal Datore di Lavoro, dai dirigenti e dai preposti, ai fini della protezione collettiva ed individuale; c) utilizzare correttamente le attrezzature di lavoro, le sostanze e i preparati pericolosi, i mezzi di trasporto, nonché i dispositivi di sicurezza; d) utilizzare in modo appropriato i dispositivi di protezione messi a loro disposizione; e) segnalare immediatamente al datore di lavoro, al dirigente o al preposto le deficienze dei mezzi e dei dispositivi di cui alle lettere c) e d), nonché qualsiasi eventuale condizione di pericolo di cui vengano a conoscenza, adoperandosi direttamente, in caso di urgenza, nell'ambito delle proprie competenze e possibilità e fatto salvo l'obbligo di cui alla successiva lettera f)	Arresto fino a un mese o ammenda da 200 €. a 600 €.

<b>OBBLIGHI E SANZIONI PER I LAVORATORI</b>	
<b>OBBLIGO</b>	<b>SANZIONE</b>
<b><i>Articolo 20 – Obblighi dei Lavoratori</i></b>	<b><i>Lavoratore</i></b>
<p>per eliminare o ridurre le situazioni di pericolo grave e incombente, dandone notizia al rappresentante dei lavoratori per la sicurezza;</p> <p>f) non rimuovere o modificare senza autorizzazione i dispositivi di sicurezza o di segnalazione o di controllo;</p> <p>g) non compiere di propria iniziativa operazioni o manovre che non sono di loro competenza ovvero che possono compromettere la sicurezza propria o di altri lavoratori;</p> <p>h) partecipare ai programmi di formazione e di addestramento organizzati dal datore di lavoro;</p> <p>i) sottoporsi ai controlli sanitari previsti dal Decreto 81/08 o comunque disposti dal medico competente</p>	<p><i>Arresto fino a un mese o ammenda da 200 €. a 600 €.</i></p>
<p>Esporre apposita tessera di riconoscimento, corredata di fotografia, contenente le generalità del lavoratore e l'indicazione del datore di lavoro.</p>	<p><i>Sanzione amministrativa pecuniaria da 50 €. a 300 €.</i></p>

## **USO DELLE ATTREZZATURE DI LAVORO**

Per “ATTREZZATURA DI LAVORO” si intende *qualsiasi macchina, apparecchio, utensile o impianto destinato ad essere usato durante il lavoro;*

per “USO DI UNA ATTREZZATURA DI LAVORO” si intende *qualsiasi operazione lavorativa connessa ad un’attrezzatura di lavoro*, quale la messa in servizio o fuori servizio, l’impiego, il trasporto, la riparazione, la trasformazione, la manutenzione, la pulizia, il montaggio, lo smontaggio;

per “ZONA PERICOLOSA” si intende *qualsiasi zona all’interno ovvero in prossimità di un’attrezzatura di lavoro nella quale la presenza di un lavoratore costituisce un rischio per la salute o la sicurezza dello stesso;*

per “LAVORATORE ESPOSTO” si intende *qualsiasi lavoratore che si trovi interamente o in parte in una zona pericolosa;*

per “OPERATORE” si intende *il lavoratore incaricato dell’uso di un’attrezzatura di lavoro.*

Il lavoratore, nel momento in cui utilizza le attrezzature di lavoro, deve seguire determinate istruzioni, al fine di ridurre il più possibile i rischi e di migliorare il livello di sicurezza in azienda. I principali obblighi ai quali deve attenersi sono elencati nella tabella seguente:

<b>OBBLIGHI E SANZIONI PER I LAVORATORI</b>	
<b>OBBLIGO</b>	<b>SANZIONE</b>
<b><i>Articolo 20 – Obblighi dei Lavoratori</i></b>	<b><i>Lavoratore</i></b>
c) utilizzare correttamente le attrezzature di lavoro; d) utilizzare in modo appropriato i dispositivi di protezione messi a loro disposizione conformemente all'informazione e alla formazione ricevute e all'addestramento eventualmente organizzato ed espletato; e) segnalare immediatamente al datore di lavoro, al dirigente o al preposto le deficienze dei mezzi e dei dispositivi di cui alle lettere c) e d); f) non rimuovere o modificare senza autorizzazione i dispositivi di sicurezza o di segnalazione o di controllo; h) partecipare ai programmi di formazione e di addestramento organizzati dal datore di lavoro;	<i>Arresto fino a un mese o ammenda da 200 €. a 600 €.</i>

## **MOVIMENTAZIONE MANUALE DEI CARICHI**

Per “MOVIMENTAZIONE MANUALE DEI CARICHI” si intendono 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.*

Le operazioni sopra descritte, per le loro caratteristiche o in conseguenza delle condizioni ergonomiche sfavorevoli, comportano rischi di patologie da sovraccarico biomeccanico (patologie delle strutture osteoarticolari, muscolo-tendinee e nervovascolari), in particolare dorso-lombari.

Per questi motivi è opportuno che il lavoratore conosca le particolari tecniche per una corretta movimentazione dei carichi e si attenga scrupolosamente agli obblighi elencati nella tabella che segue:

<b>OBLIGHI E SANZIONI PER I LAVORATORI</b>	
<b>OBLIGO</b>	<b>SANZIONE</b>
<b><i>Articolo 20 – Obblighi dei Lavoratori</i></b>	<b><i>Lavoratore</i></b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- osservare le disposizioni e le istruzioni impartite dal Datore di Lavoro, dai dirigenti e dai preposti, ai fini della protezione collettiva ed individuale;</li><li>- sottoporsi agli eventuali controlli sanitari previsti nei loro confronti;</li><li>- non compiere di propria iniziativa operazioni o manovre che non sono di loro competenza ovvero che possono compromettere la sicurezza propria o di altri lavoratori;</li></ul>	<i>Arresto fino a un mese o ammenda da 200 €. a 600 €.</i>



Le lesioni dorso-lombari possono essere evitate semplicemente seguendo alcuni pratici consigli. A tal fine, il rispetto delle cautele riportate nella seguente tabella potrà essere di notevole aiuto.

<b>CAUTELE PER UNA CORRETTA MOVIMENTAZIONE DI CARICHI PESANTI</b>
---

<b><u>Prima dello spostamento...</u></b>
--

- |   |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>→ esaminare preventivamente il carico per verificarne il peso</li><li>→ controllare il carico in ogni sua parte per accertare se vi sono spigoli vivi, parti deboli, se è scivoloso, fragile, ingombrante, difficile da afferrare, in equilibrio instabile, ecc.</li><li>→ assicurarsi che il corpo sia in posizione stabile in modo da rendere più sicuro il sollevamento</li><li>→ utilizzare i dispositivi di protezione eventualmente forniti dal datore di lavoro, quali, ad esempio, guanti, scarpe di sicurezza, elmetto, ecc.</li><li>→ indossare indumenti e calzature adeguati ed evitare qualsiasi effetto personale (collane, bracciali, ecc..) inadeguato e poco compatibile con l'attività di movimentazione</li><li>→ prima del sollevamento, posizionarsi in modo tale che le gambe siano ben aperte, con un piede a fianco del carico e l'altro dietro il carico</li></ul> |
|---|

### **Durante il sollevamento...**

- fare leva sulla muscolatura delle gambe, flettendole, anziché caricare i muscoli della schiena
- la schiena deve essere mantenuta in posizione eretta
- fare presa sul carico in modo tale che dita e palmi delle mani siano a contatto con l'oggetto
- tenere il carico vicino al busto mantenendo le braccia piegate
- evitare le torsioni del busto e le inclinazioni del tronco
- evitare movimenti bruschi

### **Durante lo spostamento ...**

- accertare che la mole del carico permetta di avere la piena visibilità del tragitto da percorrere
- qualora il peso debba essere caricato/scaricato su/da un automezzo con sponda, assicurarsi che la sponda appoggi su una base stabile
- accertarsi che non vi siano ostacoli lungo il tragitto nei quali sia possibile inciampare

## **DISPOSITIVI DI PROTEZIONE INDIVIDUALE**

Per “DISPOSITIVO DI PROTEZIONE INDIVIDUALE” si intende *qualsiasi attrezzatura destinata ad essere indossata e tenuta dal lavoratore allo scopo di proteggerlo contro uno o più rischi suscettibili di minacciarne la sicurezza o la salute durante il lavoro, nonché ogni complemento o accessorio destinato a tale scopo.*

Non costituiscono DPI:

- gli indumenti di lavoro ordinari e le uniformi non specificamente destinati a proteggere la sicurezza e la salute del lavoratore;
- le attrezzature dei servizi di soccorso e di salvataggio;
- le attrezzature di protezione individuale delle forze armate, delle forze di polizia e del personale del servizio per il mantenimento dell'ordine pubblico;
- le attrezzature di protezione individuale proprie dei mezzi di trasporto stradali;
- i materiali sportivi quando utilizzati a fini specificamente sportivi e non per attività lavorative;
- i materiali per l'autodifesa o per la dissuasione;
- gli apparecchi portatili per individuare e segnalare rischi e fattori nocivi.

Nella tabella che segue sono elencati i principali obblighi da osservare:

<b>OBBLIGHI E SANZIONI PER I LAVORATORI</b>	
<b>OBBLIGO</b>	<b>SANZIONE</b>
<b><i>Articolo 20 – Obblighi dei Lavoratori</i></b>	<b><i>Lavoratore</i></b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- i lavoratori si sottopongono al programma di formazione e addestramento organizzato dal datore di lavoro nei casi ritenuti necessari ai sensi dell'art. 77 commi 4, lett. h e 5;</li> <li>- i lavoratori utilizzano i DPI messi a loro disposizione conformemente all'informazione e alla formazione ricevute e all'addestramento eventualmente organizzato ed espletato.</li> <li>- i lavoratori devono provvedere alla cura dei DPI messi a loro disposizione e non vi apportano modifiche di propria iniziativa</li> <li>- i lavoratori segnalano immediatamente al datore di lavoro o al dirigente o al preposto qualsiasi difetto o inconveniente da essi rilevato nei DPI messi a loro disposizione</li> </ul>	<p><i>Arresto fino a un mese o ammenda da 200 €. a 600 €.</i></p>

<b>ELENCO INDICATIVO DEI D.P.I.</b>
<p><b><i>Dispositivi di Protezione della TESTA</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caschi di protezione per l'industria (caschi per miniere, cantieri di lavori pubblici, industrie varie)</li> <li>• Copricapo leggero per proteggere il cuoio capelluto (berretti, cuffie, retine con o senza visiera)</li> <li>• Copricapo di protezione (cuffie, berretti, cappelli di tela cerata, ecc., in tessuto, in tessuto rivestito, ecc)</li> </ul> <p><b><i>Dispositivi di Protezione dell'UDITO</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Palline e tappi per le orecchie</li> <li>• Caschi (comprendenti l'apparato auricolare)</li> <li>• Cuscinetti adattabili ai caschi di protezione per l'industria</li> <li>• Cuffie con attacco per ricezione a bassa frequenza</li> <li>• Dispositivi di protezione contro il rumore con apparecchiature di intercomunicazione</li> </ul>

## ELENCO INDICATIVO DEI D.P.I.

### ***Dispositivi di Protezione degli OCCHI e del VISO***

- Occhiali a stanghette
- Occhiali a maschera
- Occhiali di protezione, contro i raggi X, i raggi laser, le radiazioni ultraviolette, infrarosse, visibili
- Schermi facciali
- Maschere e caschi per la saldatura ad arco (maschere a mano, a cuffia o adattabili a caschi protettivi)

### ***Dispositivi di Protezione delle VIE RESPIRATORIE***

- Apparecchi antipolvere, antigas e contro le polveri radioattive
- Apparecchi isolanti a presa d'aria
- Apparecchi respiratori con maschera per saldatura amovibile
- Apparecchi e attrezzature per sommozzatori
- Scafandri per sommozzatori

### ***Dispositivi di Protezione delle MANI e delle BRACCIA***

- Guanti contro le aggressioni meccaniche (perforazioni, tagli, vibrazioni, ecc.); contro le aggressioni chimiche, per elettricisti e antitermici
- Guanti a secco
- Ditali
- Manicotti
- Fasce di protezione dei polsi
- Guanti a mezze dita
- Manopole

### ***Dispositivi di Protezione dei PIEDI e delle GAMBE***

- Scarpe basse, scarponi, tronchetti, stivali di sicurezza
- Scarpe a slacciamento o sganciamento rapido
- Scarpe con protezione supplementare della punta del piede
- Scarpe e soprascarpe con suola anticalore
- Scarpe, stivali e soprastivali di protezione contro il calore
- Scarpe, stivali e soprastivali di protezione contro il freddo
- Scarpe, stivali e soprastivali di protezione contro le vibrazioni
- Scarpe, stivali e soprastivali di protezione antistatici

- Scarpe, stivali e soprastivali di protezione isolanti
- Scarpe, stivali e soprastivali di protezione contro le catene delle trincee meccaniche
- Zoccoli
- Ginocchiere

#### ***Dispositivi di Protezione amovibili del COLLO del PIEDE***

- Ghette
- Suole amovibili (anticalore, antiperforazione o antitraspirazione)
- Ramponi amovibili per ghiaccio, neve, terreno sdruciolevole

#### ***Dispositivi di Protezione della PELLE***

- Creme protettive/pomate

#### ***Dispositivi di Protezione del TRONCO e dell'ADDOME***

- Giubbotti, giacche e grembiuli di protezione contro le aggressioni meccaniche (perforazioni, tagli, spruzzi di metallo fuso, ecc)
- Giubbotti, giacche e grembiuli di protezione contro le aggressioni chimiche
- Giubbotti termici
- Giubbotti di salvataggio
- Grembiuli di protezione contro i raggi X
- Cintura di sicurezza del tronco

#### ***Dispositivi di sostegno del corpo (imbracatura di sicurezza)***

- Indumenti di protezione
- Indumenti di lavoro cosiddetti “di sicurezza” (due pezzi e tute)
- Indumenti di protezione contro le aggressioni meccaniche (perforazioni, tagli, ecc.)
- Indumenti di protezione contro le aggressioni chimiche
- Indumenti di protezione contro gli spruzzi di metallo fuso e di raggi infrarossi
- Indumenti di protezione contro il calore
- Indumenti di protezione contro il freddo
- Indumenti di protezione contro la contaminazione radioattiva
- Indumenti antipolvere
- Indumenti antigas
- Indumenti ed accessori (bracciali e guanti, ecc.) fluorescenza di segnalazione, catarifrangenti

## **IL LAVORO AL VIDEOTERMINALE**

Il nuovo Testo Unico prevede le definizioni di

- **VIDEOTERMINALE (VDT):** uno schermo alfanumerico o grafico a prescindere dal tipo di procedimento di visualizzazione utilizzato;

- **POSTO DI LAVORO:** l'insieme che comprende le attrezzature munite di videoterminale, eventualmente con tastiera ovvero altro sistema di immissione dati, incluso il mouse, il software per l'interfaccia uomo-macchina, gli accessori opzionali, le apparecchiature connesse;

- **LAVORATORE:** *il lavoratore che utilizza un'attrezzatura munita di VDT, in modo sistematico o abituale, per venti ore settimanali, dedotte le interruzioni.*

Le nuove disposizioni non si applicano ai lavoratori addetti ai posti di guida di veicoli o macchine, ai sistemi informatici montati a bordo di un mezzo di trasporto, alle macchine calcolatrici, ai registratori di cassa, ecc.

I lavoratori che utilizzano un'attrezzatura munita di videoterminale sono legittimati a fruire delle agevolazioni che la legge concede loro, e cioè:

- interruzioni di lavoro
- controlli sanitari

## **INTERRUZIONI DI LAVORO**

- \* le modalità delle interruzioni dell'attività sono stabilite dalla contrattazione collettiva anche aziendale
- \* in assenza di una disposizione contrattuale riguardante l'interruzione, il lavoratore comunque ha diritto ad una pausa di quindici minuti ogni centoventi minuti di applicazione continuativa al videoterminale
- \* le modalità e la durata delle interruzioni possono essere stabilite temporaneamente a livello individuale ove il medico competente ne evidenzi la necessità
- \* è esclusa la cumulabilità delle interruzioni all'inizio ed al termine dell'orario di lavoro
- \* nel computo dei tempi di interruzione non sono compresi i tempi di attesa della risposta da parte del sistema elettronico, che sono considerati, a tutti gli effetti, tempo di lavoro, ove il lavoratore non possa abbandonare il posto di lavoro
- \* la pausa è considerata a tutti gli effetti parte integrante dell'orario di lavoro e, come tale, non è riassorbibile all'interno di accordi che prevedono la riduzione dell'orario complessivo di lavoro.



## **CONTROLLI SANITARI**

I lavoratori addetti ai videoterminali sono sottoposti alla sorveglianza sanitaria con particolare riferimento

- ❖ Ai rischi per la vista e per gli occhi
- ❖ Ai rischi per l'apparato muscolo-scheletrico

Salvi i casi particolari che richiedono una frequenza diversa stabilita dal medico competente, la periodicità delle visite di controllo è biennale per i lavoratori classificati come idonei con prescrizioni o limitazioni e per i lavoratori che abbiano compiuto il cinquantesimo anno di età; quinquennale negli altri casi.

Il datore di lavoro fornisce a sue spese ai lavoratori i dispositivi speciali di correzione visiva, in funzione dell'attività svolta, quando l'esito delle visite ne evidenzia la necessità e non sia possibile utilizzare i dispositivi normali di correzione.




## **NORME UTILI DI PRONTO SOCCORSO**

In questo capitolo si danno informazioni e consigli pratici su come riconoscere e trattare le **emergenze sanitarie pericolose per la sopravvivenza tralasciando i problemi minori del primo soccorso**.

Una emergenza sanitaria viene vissuta di solito come un evento incontrollabile e drammatico perché non esistono, nel nostro Paese, una educazione di massa e un addestramento permanente della popolazione a organizzare e prestare il primo soccorso.

Il risultato di questa situazione si riflette talvolta pesantemente sull'esito di emergenze sanitarie che implicino la sospensione delle funzioni vitali (arresto cardiaco, arresto respiratorio).

In questo tipo di emergenze è molto importante attivare immediatamente la **catena della sopravvivenza**:

-  **1. accesso precoce al sistema di emergenza medica territoriale** (telefonare al 118)
-  **2. inizio precoce delle procedure di rianimazione** (con particolare riferimento alle misure messe in atto dalle persone presenti)
-  **3. precoce defibrillazione**, cioè arrivo precoce sul posto di un'equipe in grado di praticare la defibrillazione

**✚ 4. inizio precoce degli ulteriori trattamenti intensivi da parte di personale medico** (defibrillazione, intubazione tracheale, somministrazione di farmaci)

Il supporto di base delle funzioni vitali attraverso le procedure di rianimazione cardiopolmonare è di fondamentale importanza perché permette di mantenere ossigenato il cervello – limitando i danni neurologici – il cuore e altri organi **in attesa dell'arrivo del medico** opportunamente attrezzato per il ripristino definitivo delle funzioni vitali sospese.

*Quando è necessario il supporto delle funzioni vitali?*

### **ARRESTO RESPIRATORIO**

In caso di arresto respiratorio primario il cuore continua a battere e il sangue trasporta l'ossigeno al cervello e agli altri organi vitali per alcuni minuti. Il polso carotideo è presente.

L'arresto respiratorio può essere provocato da:

- ✚ ostruzione delle vie aeree da corpi estranei;
- ✚ perdita di coscienza duratura;
- ✚ inalazione di fumo durante incendio;
- ✚ overdose da farmaci,
- ✚ folgorazione;
- ✚ infarto miocardico

L'intervento del soccorritore nei casi di insufficienza o arresto del respiro permette, attraverso la respirazione bocca a bocca, di migliorare l'ossigenazione in persone che hanno ancora un cuore battente e di prevenire l'imminente arresto cardiaco.

### **ARRESTO CARDIACO**

In caso di arresto cardiaco primario, la circolazione del sangue si ferma completamente, l'ossigeno non arriva più agli organi vitali, come il cervello, nel quale il danno neurologico irreversibile inizia circa 4 minuti dopo l'arresto.

L'arresto cardiaco può essere provocato da infarto cardiaco, emorragia grave, folgorazione, trauma con emorragia importante.

L'intervento del soccorritore in caso di arresto cardiaco, che si accerta con la palpazione del polso carotideo, permette di ripristinare, attraverso il **massaggio cardiaco esterno**, una circolazione sanguigna adeguata a proteggere il cervello e gli altri organi vitali dall'anossia (mancanza di ossigeno).

Nel caso dello stato di coma primario, cioè non dovuto ad arresto cardiaco, potrà essere presente attività respiratoria e cardiaca normale.

### **STATO DI COMA**

Per stato di coma si intende la condizione in cui l'infortunato non risponde ai comandi elementari come la richiesta di mostrare la

lingua o di aprire gli occhi. Lo stato di coma potrà essere provocato da:

- ✚ ictus
- ✚ intossicazione da farmaci
- ✚ sincope
- ✚ ipoglicemia
- ✚ folgorazione
- ✚ epilessia

Il soccorritore dovrà provvedere a mantenere libere le vie aeree, contrastando l'abbassamento della base della lingua con la **manovra di iperestensione del capo** e a porre il paziente **in posizione di sicurezza laterale**, in quanto durante il coma possono non funzionare i riflessi della tosse e della deglutizione. Tale deficit espone il paziente al rischio di inalazione di materiale gastrico eventualmente rigurgitato con conseguente soffocamento.

### **SEQUENZA DI INTERVENTO**

Per un corretto ed efficace approccio ad una persona con arresto delle funzioni vitali è necessario seguire una **sequenza di operazioni predefinita** che permette al soccorritore di **non omettere manovre importanti** e di mantenere la necessaria calma anche in circostanze drammatiche.

La sequenza consta delle seguenti fasi:






1. verifica dello stato di coscienza;
2. attivazione del 118;

3. apertura della bocca e verifica della pervietà delle vie aeree (*guardo, ascolto, sento*),
4. ventilazione di soccorso (2 insufflazioni);
5. palpazione del polso carotideo;
6. inizio del massaggio cardiaco (15 compressioni);
7. prosecuzione dei cicli di massaggio cardiaco e ventilazione bocca a bocca con rapporto 15:2.


Arrivando presso una persona vittima di un malore, ci si deve accertare della presenza o meno della coscienza, chiedendo:

“*come stai?*” e scuotendo leggermente la spalla.

Se non si ottiene risposta (stato di coma), si deve attivare immediatamente il sistema di emergenza medica 118, fornendo i seguenti dati:

-  **località dell'evento;**
-  **numero telefonico chiamante;**
-  **descrizione dell'episodio;**
-  **numero di persone coinvolte;**
-  **condizioni della vittima** (coscienza, respiro, attività cardiaca).

Il passo successivo consiste nella valutazione dell'attività respiratoria. Tale analisi richiede alcune manovre preliminari:

-  sistemazione della vittima in **posizione supina** su superficie dura (pavimento);

✚ **apertura della bocca** con le dita incrociate per accertare la presenza di materiale solido o liquido da rimuovere con fazzoletto e dita ad uncino;

✚ **posizione della testa in iperestensione**, che si ottiene con una mano sulla fronte e una sotto la mandibola, la manovra serve a sollevare la base della lingua che potrebbe ostruire le vie aeree.

A questo punto è possibile valutare l'assenza della respirazione spontanea, avvicinando l'orecchio alla bocca della vittima per non più di 5 secondi.

Da questa posizione **si guardano** con la coda dell'occhio i movimenti della gabbia toracica, **si ascoltano** i rumori respiratori e **si sente** il passaggio di aria calda.

Accertata l'assenza di respiro spontaneo, il soccorritore deve eseguire due respirazioni di soccorso soffiando lentamente circa 800 cc (equivalente ad un'espiazione forzata) di aria nei polmoni dell'infortunato con il metodo bocca a bocca, cioè circondando con la propria bocca quella dell'infortunato, avendo cura di tappare con le dita le narici e di mantenere la posizione iperestesa del capo con l'altra mano.

In questa fase può succedere di non riuscire a far entrare aria nei polmoni dell'infortunato; tale evenienza deve far pensare ad un corpo estraneo collocato in una zona irraggiungibile dalle dita del soccorritore e si rende necessaria la manovra di Heimlich che

consiste nel **comprimere il torace per espellere il corpo estraneo** che ostruisce le vie aeree.

Dopo le prime due respirazioni di soccorso il soccorritore deve accertarsi della presenza o meno di attività cardiaca **palpando per non più di 10 secondi il polso carotideo.**

Questa manovra si esegue mantenendo l'iperestensione della testa con una mano sulla fronte e cercando, con tre dita dell'altra mano posizionate nello spazio tra laringe e i muscoli del collo, la presenza del polso.

La rilevazione del battito cardiaco al polso non è attendibile in quanto in alcune situazioni può essere assente pur essendo mantenuta l'attività cardiaca.

Accertata l'assenza di polso carotideo e, quindi, la condizione di arresto cardiaco, il soccorritore deve iniziare immediatamente la manovra di **massaggio cardiaco** che consiste nel **comprimere il cuore fra lo sterno e la colonna vertebrale.**

Il soccorritore si pone in ginocchio a lato della vittima, appoggiando le mani sovrapposte sulla metà inferiore dello sterno; poi, con le braccia tese comprimere lo sterno, con forza sufficiente ad abbassarlo di 3-5 cm nell'adulto.

Si eseguono in questo modo 15 compressioni alle quali si fa seguire nuovamente una doppia respirazione di soccorso.

La sequenza di 2 respirazioni alternate a 15 compressioni va proseguita fino all'arrivo del medico e ha lo scopo di pompare



sangue sufficientemente ossigenato negli organi vitali, come il cervello che viene in questo modo protetto dall'anossia (mancanza di ossigeno).

Dopo quattro cicli di compressioni e ventilazioni (15:2), il soccorritore deve ricontrollare il polso carotideo per accertarsi del perdurare o meno dell'arresto cardiaco.

\* \* \* \* \*

La lettura e lo studio delle manovre illustrate in questo capitolo, necessariamente ridotto all'essenziale, dovrebbero essere affiancate da un ulteriore approfondimento praticato della materia, indispensabile per affrontare con sicurezza ed efficacia le situazioni presentate.

## **PREVENZIONE INCENDI, EVACUAZIONE**

### ***PREVENZIONE INCENDI***

Nei luoghi di lavoro soggetti al D.Lgs 81/08 devono essere adottate idonee misure per prevenire gli incendi e per tutelare l'incolumità dei lavoratori. L'organizzazione e la gestione della sicurezza antincendio sono attuabili mediante la predisposizione di un piano di emergenza, i cui contenuti sono a discrezione del datore di lavoro.

Nel piano sono specificati:

- ❖ i nomi dei soggetti incaricati dell'attuazione delle misure di prevenzione incendi e lotta antincendio;
- ❖ i compiti, le funzioni e le azioni dei diversi soggetti coinvolti;
- ❖ le modalità di evacuazione del personale;
- ❖ le modalità di formazione e di addestramento

Ne consegue che non è possibile individuare a priori gli obblighi generali che coinvolgono indistintamente tutti i lavoratori; gli obblighi specifici di ciascun lavoratore risulteranno, infatti, dagli eventuali singoli piani di emergenza adottati nelle diverse realtà aziendali.

I lavoratori non possono, se non per giustificato motivo, rifiutare la designazione. Essi devono essere formati, essere in numero sufficiente e disporre di attrezzature adeguate, tenendo conto delle dimensioni e dei rischi specifici dell'azienda o dell'unità produttiva.

### ***IN CASO DI INCENDIO E' BENE SAPERE CHE...***

Per fronteggiare una situazione di emergenza causata dal verificarsi di un incendio in azienda è necessario:

- valutare immediatamente la portata dell'incendio, al fine di decidere se intervenire direttamente o se rivolgersi ai Vigili del Fuoco;
- segnalare la presenza dell'incendio in azienda;
- conoscere l'ubicazione di estintori, eventuali idranti, eventuali impianti di segnalazione e allarme incendio, uscite e vie di emergenza;
- conoscere le modalità di utilizzo di estintori, idranti e quanto altro sia a disposizione nell'azienda;
- in caso di pericolo grave e immediato, abbandonare immediatamente il posto di lavoro.

### **ATTENZIONE!...**

Prime precauzioni da adottare per prevenire un incendio:



Non fumare nei luoghi in cui è espressamente vietato da apposita segnaletica



Prima di lasciare un luogo in cui è consentito fumare, accertarsi che non siano rimaste sigarette accese e che siano riposte negli appositi posacenere.



Accertarsi che i videoterminali, eventualmente utilizzati, siano spenti prima di allontanarsi dal posto di lavoro e durante le pause.

## SEGNALETICA AZIENDALE PIU' UTILIZZATA

Lo scopo della Segnaletica di Sicurezza è quello di attirare l'attenzione in modo rapido e facilmente comprensibile su oggetti e situazioni che possono provocare determinati pericoli.

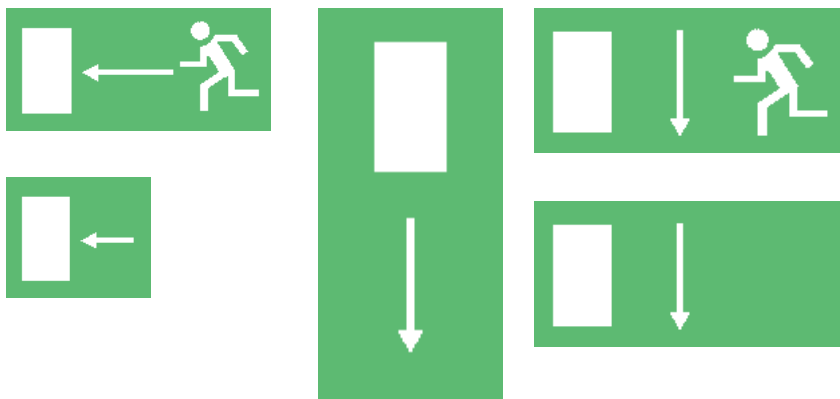
Colori di sicurezza e colori di contrasto

<b>Colore di Sicurezza</b>	<b>Significato e Scopo</b>	<b>Indicazioni e Precisazioni</b>
<i>Rosso</i>	Segnali di Divieto	Atteggiamenti Pericolosi
	Pericolo - Allarme	Alt, Arresto, dispositivi di interruzione d'emergenza, Sgombero
	Materiali e Attrezzature Antincendio	Identificazione e Ubicazione
<i>Giallo o Giallo-arancio</i>	Segnali di Avvertimento	Attenzione, Cautela, Verifica
<i>Azzurro</i>	Segnali di Prescrizione	Comportamento o Azione specifica, obbligo di portare un mezzo di sicurezza personale
<i>Verde</i>	Segnali di Salvataggio o di Soccorso	Porte, Uscite, percorsi, Materiali, Postazioni, Locali

## ***La SEGNALETICA***

- 1. Cartelli di Salvataggio**
- 2. Cartelli per le Attrezzature Antincendio**
- 3. Cartelli di Avvertimento**
- 4. Cartelli di Divieto**
- 5. Cartelli di Prescrizione**

## 1. CARTELLI DI SALVATAGGIO



Percorso/Uscita di emergenza



Direzione da seguire  
(Segnali di informazione aggiuntivi ai pannelli che seguono)



Pronto  
Soccorso



Barella



Doccia  
di Sicurezza



Lavaggio  
degli occhi



Telefono per  
salvataggio  
e Pronto  
Soccorso

## 2. CARTELLI per le ATTREZZATURE ANTINCENDIO



Lancia  
antincendio



Scala



Estintore



Telefono per  
gli interventi  
antincendio



Direzione da seguire  
(Cartello da aggiungere a quelli che precedono)

### 3. CARTELLI di AVVERTIMENTO



Materiale  
infiammabile o  
alta temperatura



Materiale  
esplosivo



Sostanze  
velenose



Sostanze  
corrosive



Materiali  
radioattivi



Carichi  
sospesi



Carrelli in  
movimentazione



Tensione elettrica  
pericolosa



Pericolo  
generico



Raggi  
Laser



Materiale  
comburente



Radiazioni  
non ionizzanti



Campo magnetico  
intenso



Pericolo di  
inciampo



Caduta con  
dislivello



Rischio biologico



Bassa temperatura



Sostanze nocive  
o irritanti



#### 4. CARTELLI DI DIVIETO



Vietato  
Fumare



Vietato Fumare o  
usare fiamme libere



Vietato ai pedoni



Divieto di spegnere  
con acqua



Acqua  
non potabile



Divieto di accesso  
alle persone  
non autorizzate



Vietato ai carrelli di  
movimentazione



Non toccare

## 5. CARTELLI DI PRESCRIZIONE



**Protezione obbligatoria  
degli occhi**



**Casco di protezione  
obbligatorio**



**Protezione obbligatoria  
dell'udito**



**Protezione obbligatoria  
delle vie respiratorie**



**Calzature di sicurezza  
obbligatoria**



**Guanti di protezione  
obbligatoria**



**Protezione obbligatoria  
del corpo**



**Protezione obbligatoria  
del viso**



**Protezione individuale  
obbligatoria contro  
le cadute**



**Passaggio obbligatorio  
per i pedoni**



**Obbligo generico  
(con eventuale cartello  
supplementare)**