

Definizione Dispositivo Di Protezione Individuale E Collettivo

Art. 74 del D.Lgs 81/08

DPI = Dispositivo di protezione individuale.

Esso è qualsiasi attrezzatura, complemento o accessorio destinati ad essere indossati e tenuti dal lavoratore allo scopo di proteggerlo contro uno o più rischi suscettibili di minacciarne la sicurezza e la salute durante il lavoro.



Definizione Dispositivo Di Protezione Individuale E Collettivo (Segue)

Art. 74 del D.Lgs 81/08

DPC = Dispositivo di protezione collettivo.

Esempi

1. Ventilazione e aerazione

- Tecniche di ventilazione ed aspirazione forzata per bonificare gli ambienti di lavoro dagli inquinanti aerodispersi

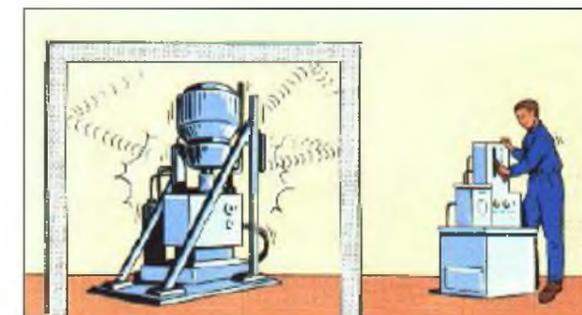
2. Aspirazione localizzata

- Captazione degli inquinanti in prossimità del punto di emissione
- Cappe aspiranti mobili (saldatura)
- Cappe aspiranti a flusso verticale o laminare fisse (laboratori)



3. Isolamento acustico

- Del rumore emesso dalle sorgenti sonore presenti negli ambienti di lavoro per mezzo di protezioni fonoassorbenti



Uso Elettricità



Uso Elettricità- Rischi

Il rischio legato all'uso dell'elettricità è la cosiddetta elettrocuzione e cioè il passaggio della corrente elettrica attraverso il corpo umano. Le conseguenze sono:

- ustioni;
- danni al sistema nervoso con parestesie permanenti;
- danni irreversibili al cuore;
- perdita di coscienza;
- fulminazione e morte.

Uso Elettricità- Comportamenti per ridurre/eliminare i rischi

Svariate sono le possibilità di rischio di elettrocuzione connesse all'utilizzo dell'energia elettrica nelle sue varie forme:

- **arco elettrico;**
- **esplosioni e/o incendi;**
- **altri tipi di rischio** (mancanza improvvisa dell'energia elettrica, avviamenti intempestivi del macchinario).



La condizione di elevato pericolo è direttamente proporzionale:

- **all'intensità di corrente attraverso il corpo umano;**
- **durata del passaggio di corrente (espressa in millesimi di secondo).**

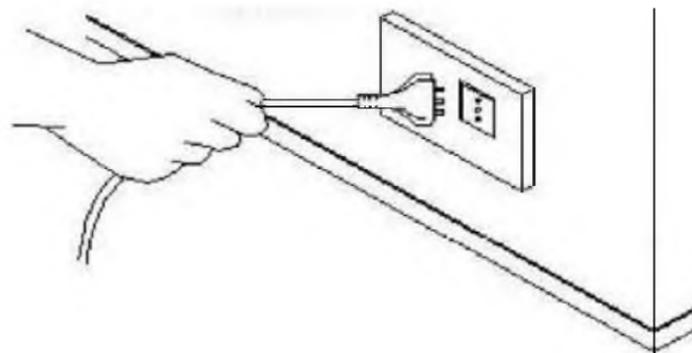
Bastano pochi millesimi di intensità di corrente che attraversi il corpo per alcuni millisecondi (msec) per produrre nell'uomo effetti fisiologici dannosi, ecc.

Uso Elettricità– Comportamenti per ridurre/eliminare i rischi (segue)

- ✚ E' assolutamente vietata qualsiasi manomissione dell'impianto elettrico e qualsiasi intervento non autorizzato.

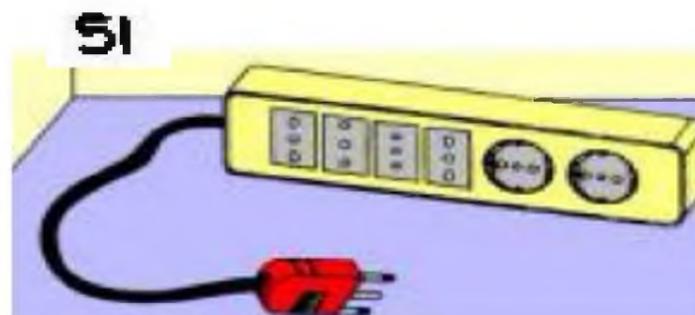
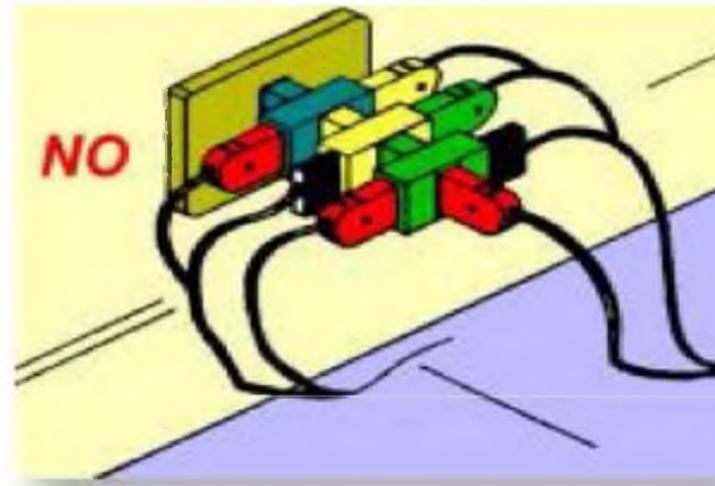


- ✚ Non togliere la spina dalla presa tirando il filo.
- ✚ Quando una spina si rompe occorre farla sostituire con una nuova. Non tentare di ripararla con nastro isolante.



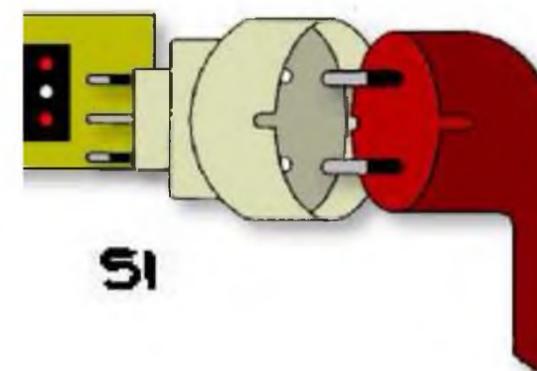
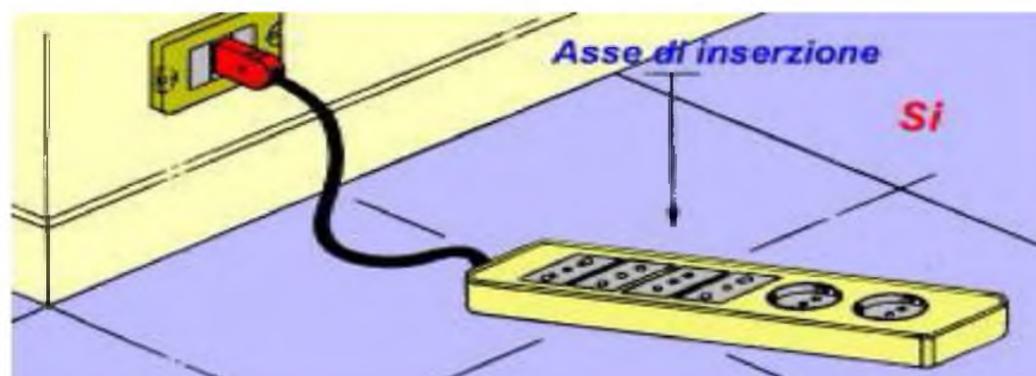
Uso Elettricità– Comportamenti per ridurre/eliminare i rischi (segue)

- + Gli “alberi di Natale” sono pericolosi per le sollecitazioni a flessione che introducono sugli alveoli delle prese, fino a provocare l’uscita del frutto;
- + L’albero di Natale” può provocare sovraccarichi e surriscaldamenti localizzati, con pericolo di incendio;
- + Può essere utilizzata in suo luogo una “ciabatta”, anche se l’uso delle ciabatte deve essere limitato allo stretto necessario.



Uso Elettricità– Comportamenti per ridurre/eliminare i rischi (segue)

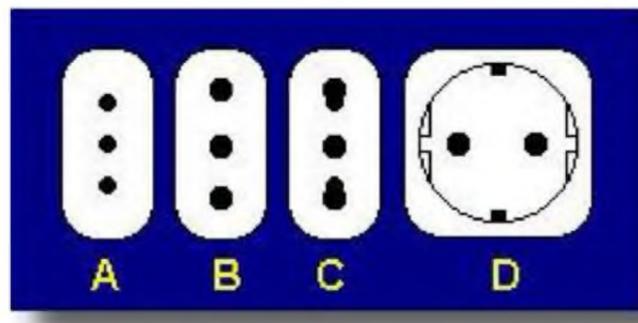
- ✚ La “ciabatta” può essere utilizzata quando è richiesto l’uso simultaneo di più apparecchi elettrici **che non consumano molto**;
- ✚ **L’uso indiscriminato delle ciabatte può comportare sovraccarichi di corrente e conseguenti pericoli d’incendio**;
- ✚ **Le spine tedesche (Schuko) non devono essere inserite nelle prese ad alveoli allineati, se non tramite appositi adattatori che trasformano la spina rotonda in spina di tipo domestico**.
- ✚ **Senza l’uso degli adattatori l’apparecchio elettrico funzionerebbe ugualmente ma sarebbe privo del collegamento a terra con grave pericolo per le persone**.



Uso Elettricità – Comportamenti per ridurre/eliminare i rischi (segue)

- + In caso di sostituzione della spina deve essere utilizzato un tipo di spina indicato dal produttore, con una capacità di protezione pari a quella della spina originale;
- + Non sovraccaricare le prese a muro o le prese incorporate nell'impianto per limitare il rischio di incendi o di scosse;
- + I cavi di alimentazione devono essere disposti in modo da non essere calpestati o piegati. Occorre prestare particolare attenzione alle spine, alle prese e valutare quale spina è adatta alla presa;

Le prese sono di vario tipo vedi figura:



Movimentazione Manuale Dei Carichi



Movimentazione Manuale Dei Carichi- Rischi

Lo sforzo muscolare richiesto dalla movimentazione manuale provoca un aumento del ritmo cardiaco e del ritmo respiratorio e produce calore;

I rischi si possono riassumere come segue:

- Sotto l'influenza dello sforzo muscolare e del peso dei carichi sostenuti, le articolazioni possono, a lungo andare, essere gravemente danneggiate, in particolare quelle della colonna vertebrale;
- Usura dei dischi intervertebrali, lombaggine, ernia del disco con compressione, talvolta, del midollo spinale e dei nervi delle cosce e delle gambe;



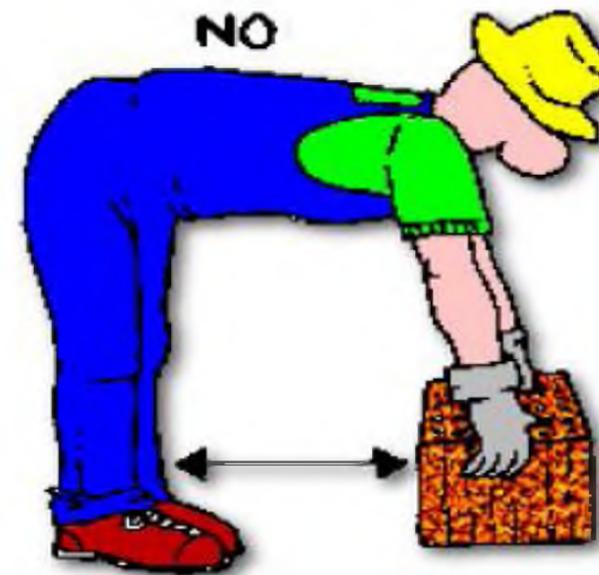
Movimentazione Dei Carichi- Comportamenti per ridurre/eliminare i rischi

- Tenere il carico durante il trasporto il più possibile vicino al corpo;
- Organizzarsi il proprio posto di lavoro ad evitare qualsiasi forma di movimentazione anormale;
- Non correre o fare movimenti affrettati durante le operazioni;
- Fare attenzione se il carico ha spigoli vivi, ha un contenuto caldo o freddo o Ha un contenuti instabile.
- Non spingere o prendere un carico oltre i 30 cm dall'asse del corpo;
- Piegarsi per prendere il carico e sollevarlo forzando con le gambe lasciando la schiena eretta;
- Evitare di portare i carichi oltre le spalle;
- Non fare rotazioni del corpo.



Movimentazione Dei Carichi- Comportamenti per ridurre/eliminare i rischi (segue)

- Sollevando con la schiena dritta il tronco s'incurva all'altezza delle anche, i dischi non si deformano e vengono sottoposti ad uno sforzo minimo. Se il tronco è eretto si possono sollevare pesi (entro i limiti consentiti).



Quanto **più** è **l'inclinazione** del tronco tanto **maggiore** risulta il **carico** sui muscoli dorsali e sui dischi intervertebrali.

Pesi anche **leggeri** possono risultare **pericolosi** se sollevati con la schiena inclinata in avanti.



Lavori Di Pulizia Ambienti



Lavori Di Pulizia Ambienti - Rischi

- Inalazione di polveri durante le operazioni di spolvero, spazzaggio pavimenti e scale con possibili crisi di asma, riniti e congiuntiviti;
- Cadute per scivolamento su superfici bagnate con conseguenti strappi, contratture muscolari, contusioni e fratture;
- Cadute da scale durante la pulizia su ripiani di scaffali o mobili nella parte alta;
- Irritazione agli occhi e alle vie respiratorie usando detersivi, detergenti, disinfettanti o prodotti sgrassanti a base di cloro e ammoniaca;
- Infezioni e dermatiti alle mani;
- Contrarre virus e funghi.

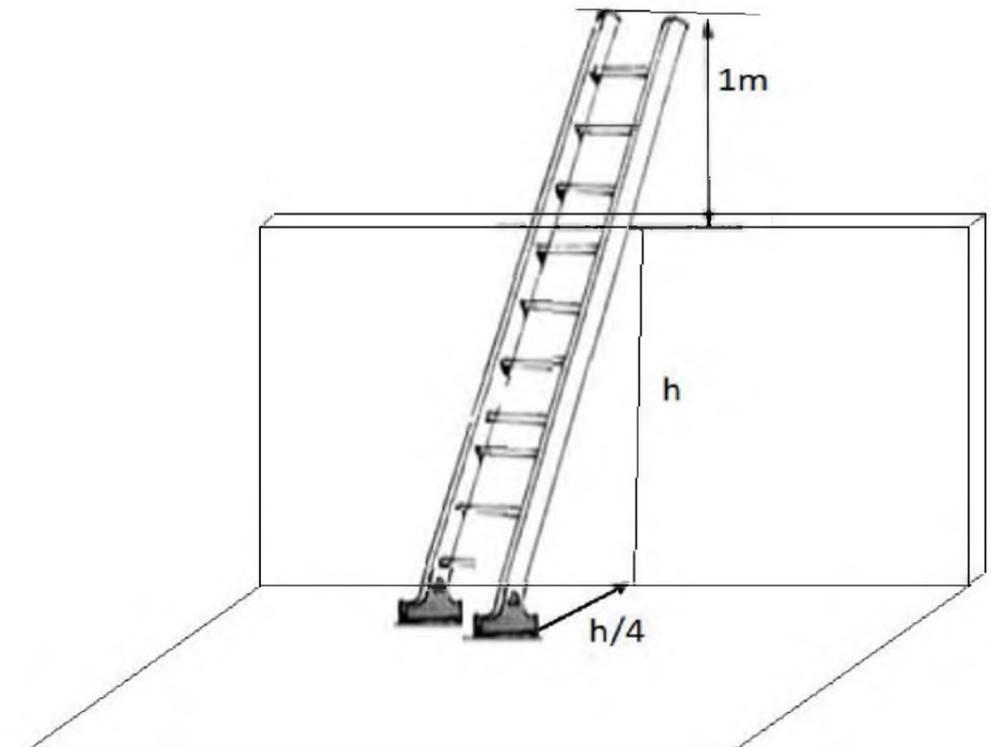
Lavori Di Pulizia Ambienti - Comportamenti per ridurre/eliminare i rischi

- La lavatura dei pavimenti e scale va eseguita a gambe divaricate in modo da avere una larga base d'appoggio; ciò evita mal di schiena;
- Quando per lavare i pavimenti si usano macchinari elettrici a spazzole rotanti, ci si deve attenere scrupolosamente alle istruzioni dei manuali d'uso e alle indicazioni ricevute all'atto della presentazione della macchina al lavoratore;
- Mai intervenire su organi in movimento delle macchine e attrezzature per svolgere le operazioni di pulizia;
- Le spine elettriche vanno inserite e disinserite sempre con le mani asciutte;
- Durante il lavaggio dei pavimenti e scale, calzare scarpe chiuse con suola non scivolosa e posizionare appositi segnali a cavalletto per evitare che altri possano scivolare sulle superfici bagnate;
- Durante le operazioni di spolvero utilizzare i DPI e cioè grembiuli, mascherine, guanti e eventualmente occhiali a tenuta;



Lavori Di Pulizia Ambienti - Comportamenti per ridurre/eliminare i rischi (segue)

- Durante la raccolta dei rifiuti non mettere mai le mani nei contenitori pieni di rifiuti senza aver indossato guanti anti taglio; tenere recipienti e sacchi per rifiuti lontano dal corpo durante la loro movimentazione;
- Quando si devono raggiungere punti alti, è più sicuro l'uso di scale anziché l'uso di trabattelli;
- La pulizia nei luoghi alti (ripiani scaffali o mobili) va effettuata usando scale ben posizionate a terra e con piedi provvisti di dispositivi anti sdrucciolo;
- Le scale semplici (non a libro) non vanno mai appoggiate lungo lo spigolo verticale dei muri o su una superficie troppo stretta;
- Se la scala semplice viene appoggiata su uno spigolo orizzontale di un muro, la parte alta della scala deve sporgere almeno di 1 m dallo spigolo di appoggio ed essere vincolata all'appoggio stesso;
- I piedi di un scala semplice, rispetto alla parete verticale di appoggio, devono avere una distanza pari a circa un quarto dell'altezza del piano servito;
- Le scale a libro vanno completamente aperte e non parzialmente;



Lavori Di Pulizia Ambienti - Comportamenti per ridurre/eliminare i rischi (segue)

- Se si utilizzano detersivi, detergenti, disinfettati o prodotti sgrassanti a base di cloro o ammoniaca, proteggere le vie respiratorie da possibili irritazioni (asma, riniti) con mascherine;
- Non mescolare detersivi, detergenti, disinfettati o prodotti sgrassanti prima di leggere attentamente le istruzioni d'uso, in quanto possono provocare esalazioni irritanti per gli occhi e le vie respiratorie;
- Usare sempre i guanti in neoprene quando si effettua la pulizia dei servizi igienici per ridurre il rischio di contrarre virus e funghi.

Lavori Di Pulizia Ambienti - DPI

Tipologia di D.P.I.	Quando	Segnale
Guanti in neoprene	Sempre e se si puliscono i servizi igienici devono coprire anche gli avambracci	
Scarpe chiuse e antisdrucchiolo	Sempre	
Protezione delle vie respiratorie	Sempre, specie se si sta spolverando o usando sostanze irritanti le vie respiratorie	



Stress Da Lavoro

Stress Da Lavoro - Rischi

Diversi sono i fattori che sono all'origine dello stress da lavoro:

Sociali e personali:

personalità, resistenza individuale agli stimoli, condiscendenza, background culturale, mitezza, status socio-economico;

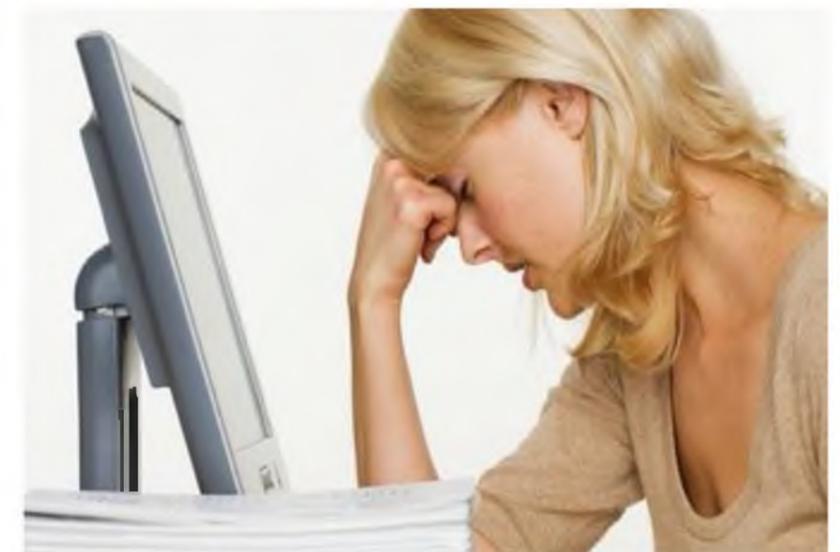
relazionali: necessità di gestire differenti relazioni

interpersonali con studenti e famiglie (docenti), competitività tra colleghi, affollamento delle classi;

organizzative: collocazione geografica della scuola, comunicazione interna, equità, risorse a disposizione, programmi didattici da trattare (docenti), programmi di manutenzione attrezzature e macchinari e assistenza docenti (personale ATA), presenza di feedback (controllo sul proprio operato), chiarezza dei regolamenti, carico di lavoro;

confort ambientale: qualità dell'aria, confort termoigrometrico, illuminazione e acustica ambienti;

socio-culturali: evoluzione scientifica (necessità di tenere il passo con le nuove tecnologie), globalizzazione, classi multiculturali e multiethniche, scuole in zone a forte presenza di criminalità organizzata, prevalenza di studenti con famiglie disagiate, deleghe sull'educazione dei



Stress Da Lavoro – Rischi (segue)

figli da parte di famiglie assenti o monoparentali, inserimento nelle classi di portatori di handicap (docenti), valutazione della docenza da parte degli utenti (docenti), precariato, mobilità, susseguirsi di riforme, prolungamento dell'età pensionabile.

I rischi si possono riassumere come segue:

- **Disagio mentale dovuto alla professione (DMP) o “sindrome di burnout” che comporta i seguenti sintomi a vari livelli (cognitivo, emotivo, comportamentale, somatico e patologico):**
 - Ansia (docenti e personale ATA);
 - Esaurimento Fisico e Stanchezza cronica (docenti e personale ATA);
 - Indifferenza (docenti e personale ATA);
 - Irritabilità (docenti e personale ATA);
 - Sfiducia e cioè perdita di entusiasmo (docenti e personale ATA);
 - Depressione (docenti e personale ATA);
 - Somatizzazioni di Nevralgie, Disturbi Gastrointestinali, ecc. (docenti e personale ATA);
 - Apatia E Stato Di Frustrazione(docenti e personale ATA);
 - Difficolta Relazionali E Sessuali (docenti e personale ATA);
 - Disadattamento e cioè isolamento (docenti e personale ATA).
- **Patologie varie (per esposizioni ai fattori di stress nel lungo periodo):**
 - Malattie Della Pelle (docenti e personale ATA);
 - Diminuzione Delle Difese Immunitarie (docenti e personale ATA);
 - Insonnia (docenti e personale ATA);
 - Patologie Alle Corde Vocali (docenti);
 - Patologie Psichiatriche (docenti e personale ATA);
 - Patologie a carico del sistema muscolo scheletrico (personale ATA)

Stress Da Lavoro – Comportamenti per ridurre/eliminare i rischi (segue)

Per fronteggiare lo stress si possono assumere vari comportamenti, detti anche strategie di coping:

Strategie di coping DELETERIE:

- Fumare
- bere
- prendere psicofarmaci (questa forma di autocura porta all'assuefazione cronicizzando il disagio)

Strategie di coping BENEFICHE:

- assumere un approccio meno idealista in favore di una più realistica revisione delle proprie aspettative professionali (docenti e personale ATA);
- focalizzarsi sulle caratteristiche positive della propria professione (docenti e personale ATA);
- concedersi momenti di evasione dedicandosi ad attività al di fuori del proprio lavoro (docenti e personale ATA);
- lavorare con altri per condividere esperienze stressanti stress (docenti e personale ATA);
- partecipare a seminari in cui proporre nuove tecniche d'insegnamento (docenti) avvalendosi della condivisione tra i partecipanti dei propri vissuti;
- partecipare a workshop incentrati su tecniche di gestione dello stress (docenti e personale ATA);
- partecipare a corsi di tecniche di comunicazione, decision-making e gestione d'aula (docenti);
- partecipare a corsi periodici di aggiornamento professionale specifici sullo stress lavoro-correlato (docenti e personale ATA);
- partecipare a corsi di informatica per colmare eventuali gap tra allievi e docente/assistente tecnico permettendo a quest'ultimo di avvicinarsi loro "parlando la stessa lingua;(docenti e personale ATA);

Stress da lavoro – Comportamenti per ridurre/eliminare i rischi (segue)

- la scuola deve istituire di un'equipe di psicologici a supporto delle scuole;
- la scuola deve fare un servizio di counselling per accrescere la propria autoefficacia in modo da acquisire maggiore fiducia in se stessi consentendo di:
 - porsi in maniera positiva di fronte alle nuove sfide senza considerarle delle minacce (docenti e personale ATA);
 - aumentare la percezione circa la capacità di adottare con successo un certo comportamento (docenti e personale ATA);
 - esibire un più elevato livello di determinazione (docenti e personale ATA);
 - risultare più autorevoli agli occhi degli altri (docenti e personale ATA).
- partecipare a corsi specifici sull'uso di attrezzature da laboratorio (assistenti tecnici).