



Movimentazione intelligente: organizzazione del lavoro e aspetti architettonici

Informazioni e suggerimenti per il personale di
cura e assistenza

Nei servizi di cura e assistenza la movimentazione di persone a mobilità ridotta può rappresentare un sovraccarico biomeccanico.

Il nostro consiglio? Passate alla movimentazione intelligente, che consiste nell'associare l'uso sistematico di ausili a una modalità di lavoro orientata alla prevenzione e alle risorse.

Questa pubblicazione mostra quali condizioni quadro organizzative e architettoniche rappresentano il presupposto per una movimentazione intelligente.

1 Una buona organizzazione del lavoro è imprescindibile

Guadagnare tempo malgrado la scarsità di risorse

Nell'ambito della movimentazione intelligente, un aspetto centrale è rappresentato dall'organizzazione del lavoro. Una migliore organizzazione del lavoro, processi ottimizzati e una pianificazione ideale delle cure possono far guadagnare tempo per garantire trattamenti dignitosi e ridurre lo stress dei lavoratori. Con queste premesse, globalmente, le aziende possono lavorare in modo più redditizio.

Organizzarsi per disporre di personale e ausili a sufficienza

L'organizzazione del lavoro definisce quando, come e in che modo si può lavorare. In tale contesto giocano un ruolo fondamentale la pianificazione delle cure e del personale nonché la documentazione dei trattamenti: in questo modo è possibile garantire che sia presente un numero sufficiente di addetti e che gli ausili necessari siano disponibili in tempi rapidi.

Un altro aspetto organizzativo: la situazione degli spazi

Un altro importante aspetto organizzativo, soprattutto in ambito stazionario, è la situazione degli spazi. Un'accessibilità ottimale e una libertà di movimento adeguata sono requisiti indispensabili per chi si occupa di movimentare i pazienti più volte nell'arco della giornata. Se la situazione non è accettabile, occorre introdurre misure immediate. In ambito stazionario, ad esempio, è possibile trasferire le persone a mobilità ridotta in una stanza più grande oppure pianificare tempi più lunghi per le cure. In ambito ambulatoriale, invece, si possono spostare letti dalla camera da letto al soggiorno.

Nelle pagine seguenti troverete diversi approcci risolutivi per implementare una migliore organizzazione del lavoro nella vostra azienda, nonché informazioni sui requisiti che la movimentazione intelligente pone dal punto di vista architettonico.

Tutte le informazioni essenziali e gli approfondimenti relativi alla movimentazione intelligente sono disponibili sul nostro sito web:
www.suva.ch/movimentazione-intelligente

2 Approcci risolutivi per una migliore organizzazione del lavoro

2.1 Capo servizio cure

Molte piccole cose potrebbero contribuire a semplificare i processi di lavoro quotidiani nell'ambito delle cure e dell'assistenza. Spesso, però, queste soluzioni non vengono applicate per svariati motivi, ad esempio per abitudine, per ignoranza o perché le soluzioni di emergenza improvvisate in qualche modo funzionano. E quindi si torna a utilizzare la solita procedura.

Ecco alcuni consigli efficaci in quest'ottica:

Individuare le attività che comportano perdite di tempo

- Verificate se determinate attività possono essere delegate ad altri reparti come gli impiegati di economia domestica, il personale di pulizia, gli addetti all'impiantistica o il personale ausiliario, al fine di sgravare il personale di cura e assistenza da compiti che non hanno a che fare con i trattamenti.

Distribuire le attività fisicamente impegnative nell'arco della giornata

- Modificate gli orari dedicati all'igiene del corpo e alla mobilitazione.
- Prolungate o posticipate le fasce orarie dei pasti.
- Se possibile, prolungate le fasce orarie per coricarsi.
- Analizzate le attività di movimentazione e adeguate le relative procedure in base alle esigenze.

Chiarire qual è la situazione degli spazi, garantire condizioni di lavoro accettabili

Vedi «Aspetti architettonici» da pag. 6.

Riorganizzare la pianificazione del personale

- Consentite un'organizzazione del lavoro flessibile in azienda in modo da potere, ad esempio, coinvolgere una persona in più nelle operazioni di movimentazione.
- Adottate modelli di orario di lavoro innovativi che vi consentano di conciliare meglio la vita professionale con quella privata e di pianificare le vostre attività su basi più sicure.
- Chiedete ai lavoratori altri consigli e suggerimenti in base alle loro esperienze quotidiane (best practice).
- Verificate che le varie attività siano state attribuite alle persone più indicate (formazione, qualifica, funzione ecc.).

Utilizzare gli ausili

- Valutate quali ausili sono necessari e procurateveli in quantità sufficiente.
- Mettete a disposizione gli ausili necessari in quantità sufficiente e nei luoghi dove possono servire.
- Pianificate l'utilizzo degli ausili.
- Annotate l'impiego degli ausili nella documentazione relativa alle cure.
- Discutete su eventuali modifiche durante le riunioni.
- Affiggete un promemoria su tutti i letti, in modo che la procedura corretta da applicare sia subito visibile e tutti la rispettino.
- Assicuratevi che gli ausili siano sempre pronti all'uso e funzionanti. Anche le batterie di ricambio devono essere a disposizione in ogni momento. Per garantire tutto ciò è necessario che gli ausili vengano sottoposti a regolare controllo, manutenzione e igienizzazione. Ad esempio, stabilite per iscritto che le persone del turno serale hanno l'incarico di collegare il sollevatore.
- Assicuratevi che i lavoratori vengano regolarmente istruiti in merito agli ausili e alle modalità di lavoro.
- Definite una task force/un gruppo di specialisti/una persona di riferimento che fornisca consulenza in caso di situazioni di movimentazione complesse.

2.2 Requisiti a livello manageriale

Il management appoggia appieno l'attività di prevenzione dei disturbi muscoloscheletrici (DMS) in azienda e questo impegno si riflette anche nella comunicazione. Occorre mettere a disposizione le risorse necessarie a livello finanziario, temporale e di personale, di conseguenza il principio della «movimentazione intelligente» viene integrato nell'organizzazione aziendale (già esistente)/nel sistema di sicurezza.

Di seguito sono riportati ulteriori punti da prendere in considerazione nell'ambito dell'organizzazione aziendale/ del sistema di sicurezza:

- [Principi guida e obiettivi in materia di sicurezza](#)
- [Regole di sicurezza](#)
- [Formazione, istruzione, informazione](#)
- [Individuazione dei pericoli, valutazione dei rischi](#)
- [Partecipazione](#) (incl. dire STOP)
- [Protezione della salute](#)
- [Protezione dei giovani lavoratori](#)¹
- [Protezione della maternità](#)
- [Descrizione dei requisiti del coach di movimentazione](#)
- Gruppo di lavoro attivo sul tema della movimentazione

¹ Per i ragazzi in pubertà, a uno o al massimo due giorni lavorativi di forte sollecitazione fisica devono seguire uno o due giorni di minore sollecitazione (cfr. Indicazioni relative all'Ordinanza 3 concernente la Legge sul lavoro, art. 25 cpv. 2).

3 Aspetti architettonici della movimentazione intelligente

Gli spazi di lavoro influiscono in misura determinante sul sovraccarico biomeccanico a cui sono esposti gli operatori.

Per la movimentazione di persone a mobilità ridotta e l'impiego di ausili tecnici sono necessari spazi sufficientemente ampi nei corridoi, nelle camere, nelle zone bagnate e in corrispondenza delle porte. L'ideale sono pavimenti con superficie piana (senza dislivelli) e antiscivolo e una resistenza minima al rotolamento. Gli spazi dovrebbero essere organizzati in modo ottimale, così da abbreviare il più possibile i tratti da percorrere.

I seguenti requisiti si applicano principalmente agli istituti di cura e agli ospedali, ma si dovrebbero considerare come valori di riferimento anche per le cure ambulatoriali.

3.1 Organizzazione degli spazi nei reparti di degenza

- Abbreviare il più possibile i tratti da percorrere. Evitare deviazioni inutili, raggruppare gli spazi: ad es. stanze dei pazienti, magazzini e locali per il materiale, locali per le pause riservati al personale infermieristico o studi medici, locali adibiti a visite e trattamenti.
- Deposito degli ausili: a livello centralizzato negli spazi di lavoro, facilmente accessibili per tutto il personale; ad es. vani profondi nella parete del corridoio.

3.2 Pavimenti

- Realizzare pavimenti con superficie piana (assenza di dislivelli come gradini lungo le vie di circolazione o all'ingresso delle camere e degli ascensori)
- Realizzare pavimenti antiscivolo (coefficiente antiscivolo minimo R10 in generale e R11 nelle zone bagnate, secondo la norma DIN 51130)
- Pavimenti rivestiti con materiali che agevolano gli spostamenti (la moquette crea una maggiore resistenza al rotolamento rispetto ai rivestimenti in pietra, legno o plastica). Nel caso dei rivestimenti in tessuto, è importante garantire una resistenza minima al rotolamento e una durevolezza adeguata.
- Evitare il più possibile le vie di trasporto con pendenze. Se fossero assolutamente necessarie, la pendenza andrebbe limitata a max. 1:50.
- Evitare il più possibile le rampe, la cui pendenza, in ogni caso, non deve superare il 6 per cento. Le rampe lunghe più di 6 m devono essere dotate di pianerottoli intermedi di almeno 1,5 m.

3.3 Soffitti e pareti

- Nella progettazione di nuovi edifici, è bene garantire la possibilità di installare su soffitti e pareti dispositivi di sollevamento e sostegno, come ad es. binari per sistemi di sollevamento a soffitto (possibilità di montaggio, capacità di carico).

3.4 Spazi di movimento

Diametro di sterzata minimo

Criterio	Diametro di sterzata
Sedia a rotelle senza assistente	150 cm
Sedia a rotelle con assistente	190 cm

Corridoi, passaggi

I corridoi devono essere liberi e privi di ostacoli.

Criterio	Larghezza minima
Possibilità di passaggio contemporaneo di 2 sedie a rotelle oppure 1 sedia a rotelle e 1 ausilio per la deambulazione	180 cm
Possibilità di passaggio contemporaneo di 1 sedia a rotelle oppure 1 ausilio per la deambulazione e 1 letto	220 cm
Possibilità di passaggio contemporaneo di 2 letti	240 cm

Porte

- Le porte delle camere destinate a persone a mobilità ridotta devono essere progettate in base alle dimensioni del letto. Va tenuto conto anche dello spazio necessario per sterzare (spazio davanti e dietro il passaggio).
- Nel caso delle porte, va tenuto conto dello spazio necessario per sterzare o svoltare di lato (spazio davanti e dietro il passaggio).

Criterio	Passaggio libero minimo
Porte delle camere destinate a persone a mobilità ridotta	130 – 150 cm
Porta del bagno centrale	110 cm
Porta del bagno personale	90 cm

Camere destinate a persone a mobilità ridotta

- I letti devono essere accessibili da entrambi i lati.
- Lo spazio libero necessario accanto al letto e ai piedi del letto dipende dalle movimentazioni effettuate e dal tipo di ausili utilizzati.
- È opportuno che sotto il letto ci sia uno spazio libero di 15 cm di altezza per consentire l'impiego di sollevatori mobili.

Criterio	Passaggio libero minimo
Spazio libero ai piedi del letto	In genere 120 cm
Cure funzionali, persona in piedi	80 cm
Deambulatore, sedia a rotelle, verticalizzatore, sollevatore mobile	100 cm
Sollevatore per igiene personale, barella doccia	120 cm
Distanza tra i letti	100 cm
Spazio libero accanto al letto	
Cure funzionali, persona in piedi	80 cm
Persona in sedia a rotelle che sale sul letto e scende dal letto autonomamente	120 cm
Attività con persone a mobilità ridotta che richiedono particolare forza	120 cm
Movimentazione dal letto al deambulatore o al sollevatore per igiene personale	130 cm
Movimentazione dal letto alla sedia a rotelle con sistema di sollevamento a soffitto	140 cm
Movimentazione dal letto alla sedia a rotelle o al sollevatore per igiene personale	150 cm
Movimentazione dal letto alla sedia a rotelle con verticalizzatore o sollevatore mobile	170 cm
Movimentazione dal letto alla barella doccia	170 cm

Toilette

- L'ideale è che il WC risulti accessibile da entrambi i lati.
- La soluzione migliore è un WC ad altezza regolabile, altrimenti si consiglia un WC di altezza compresa tra 45 e 50 cm.

Criterio	Passaggio libero minimo
Larghezza del locale	
Utilizzo di ausilio per la postura eretta, verticalizzatore, sollevatore mobile, sistema di sollevamento a soffitto	200 cm
Utilizzo di deambulatore, sedia a rotelle, verticalizzatore, sollevatore mobile	220 cm
Profondità del locale	120 cm
Utilizzo di un sistema di sollevamento a soffitto	150 cm
Utilizzo di sedia a rotelle, sollevatore per igiene personale, sollevatore mobile, verticalizzatore, ausilio per la postura eretta	220 cm
Spazio libero davanti al WC (diametro di sterzata per la sedia a rotelle)	150 × 150 cm

Doccia

Criterio	Passaggio libero minimo
Spazio doccia	120 × 120 cm
Utilizzo di un sollevatore per igiene personale	220 × 220 cm
Barella doccia (a seconda del modello)	236 × 270 cm

Bagno

La vasca dovrebbe risultare accessibile da tre lati.

Criterio	Passaggio libero minimo
Spazio libero laterale	
Cure funzionali	80 cm
Impiego di ausili (a seconda del tipo)	110–170 cm

3.5 Fonte/contributo

Tutte le informazioni contenute nel presente documento sono tratte dal cap. 10 del manuale GRIP/SDDS (disponibile in tedesco e francese). Il materiale è utilizzato su gentile concessione dell'associazione H+.

Il modello Suva I quattro pilastri



La Suva è più che un'assicurazione perché coniuga prevenzione, assicurazione e riabilitazione.



Gli utili della Suva ritornano agli assicurati sotto forma di riduzioni di premio.



La Suva è gestita dalle parti sociali: i rappresentanti dei datori di lavoro, dei lavoratori e della Confederazione siedono nel Consiglio della Suva. Questa composizione paritetica permette di trovare soluzioni condivise ed efficaci.



La Suva si autofinanzia e non gode di sussidi.

Suva

Casella postale, 6002 Lucerna

Informazioni

Settore chimica, fisica ed ergonomia

Tel. 058 411 12 12

servizio.clienti@suva.ch

Download

www.suva.ch/88323.i

Titolo

Movimentazione intelligente: organizzazione del lavoro e aspetti architettonici

Riproduzione autorizzata, salvo a fini commerciali, con citazione della fonte.

Prima edizione: aprile 2022

Codice

88323.i (disponibile solo in formato PDF)