

## Percorso con gli ausili della valigia

### Guida al modulo di prevenzione

#### Di che cosa si tratta?

L'introduzione del principio della movimentazione intelligente richiede una formazione approfondita di tutto il personale. Il percorso con ausili fornisce una prima visione d'insieme di come lavorare con piccoli ausili senza sforzi eccessivi e in modo orientato alle risorse. Abbiamo selezionato le cinque situazioni di movimentazione più comuni e incluso nella valigia gli ausili necessari per far fronte a queste evenienze.

Ciascuna delle cinque postazioni è accompagnata da una descrizione della procedura e dei mezzi ausiliari necessari da adottare. Per ogni postazione è disponibile un codice QR che porta a un video esplicativo con la relativa situazione di movimentazione. Questa guida mostra come organizzare la formazione per affrontare questo tipo di situazioni. Naturalmente, è possibile scegliere in tutta libertà un metodo di implementazione diverso e personalizzato.

#### Obiettivi di apprendimento/vantaggi

- L'impiego di piccoli ausili durante la movimentazione riduce in modo significativo il sovraccarico biomeccanico del personale, migliorando al tempo stesso la qualità della cura e la sicurezza.
- Il 30 per cento dei giorni di assenza sul lavoro è dovuto a malattie muscoloscheletriche e disturbi fisici. Una soluzione per ovviare a questi inconvenienti è utilizzare gli ausili minori in combinazione con la modalità di lavoro ottimale.
- La persona da movimentare può collaborare alla movimentazione o addirittura eseguirla quasi in autonomia: attivandosi direttamente, utilizza le proprie risorse.
- Gli apprendisti e il personale del servizio di cura e assistenza apprendono e provano a bassa soglia i piccoli, preziosi ausili per una movimentazione intelligente grazie al modulo di prevenzione «Percorso con gli ausili della valigia».
- In gruppo, i partecipanti possono scambiarsi opinioni e divertirsi in un ambiente particolare (come se fosse un evento del team).
- Il personale apprende i vantaggi della movimentazione intelligente: evitare sovraccarichi, infortuni sul lavoro, malattie croniche e un abbandono della professione.

#### Tempo

Il tempo richiesto per la formazione è di circa due ore, di cui circa un'ora e 40 minuti sono effettivamente necessari per completarla.

I corsi vengono svolti a più riprese, in base alle dimensioni dell'azienda e alla pianificazione degli interventi. Oltre alla formazione di base di due ore occorre organizzare dei corsi di aggiornamento da svolgere in un secondo momento.

La durata massima del noleggio della valigia è di due settimane. Ma saremmo molto grati se potessimo riaverla prima, qualora non servisse più.

#### Numero di partecipanti/svolgimento

Il numero massimo di partecipanti per corso è di 15 persone per la variante «giro delle postazioni» e tre per la variante «step by step».

I partecipanti devono essere idealmente suddivisi in gruppi di tre persone: una dovrà stare sdraiata a letto, mentre un'altra effettuerà la movimentazione. La terza persona coinvolta osserverà la scena e fornirà poi un feedback, oppure darà il proprio contributo durante la movimentazione. Cambiando postazione si invertiranno anche i ruoli.

Il numero di persone per gruppo dipende dalle dimensioni del locale. Dovrà esserci spazio a sufficienza per svolgere un esercizio pratico.

#### Varianti «giro delle postazioni»

Questa variante è adatta a locali spaziosi (event. camera a più letti). Per ogni postazione sarà necessario fornire un letto e/o una sedia a rotelle/poltrona.

#### Varianti «step by step»

Questa variante è adatta a locali più piccoli (ad es. una sala pazienti vuota) con un letto e una sedia a rotelle. In questa variante, le postazioni vengono presentate successivamente nello stesso luogo.

## **Materiale (necessario in aggiunta al materiale fornito)**

- Materiale per accogliere i partecipanti (ad es. videomes-saggio del capo cure o della direzione aziendale).
- Un telefono cellulare (o laptop, tablet) con codice QR per gruppo e una buona connessione Wi-Fi per guardare i video esplicativi che mostrano le situazioni di movimentazione.
- Infrastruttura a seconda degli ausili e della situazione di movimentazione (letti e sedie a rotelle e/o poltrone). Le descrizioni fornite per ogni postazione indicano quali ausili aggiuntivi sono necessari per la propria azienda.

Tutte le informazioni sulla movimentazione intelligente e il materiale aggiuntivo sono disponibili qui:

[www.suva.ch/movimentazione-intelligente](http://www.suva.ch/movimentazione-intelligente).

## **Ulteriori informazioni**

I video didattici sulla movimentazione intelligente attualmente disponibili su [suva.ch](http://suva.ch) fanno parte del percorso.

Idealmente, il percorso viene tenuto dalle persone responsabili della movimentazione in azienda, come i coach di movimentazione, i capi servizio cure o i responsabili della formazione.

Se si decide di condurre il corso personalmente, raccomandiamo di familiarizzare con le varie situazioni di movimentazione. Si consiglia di studiare le singole situazioni delle cinque postazioni e di guardare i video. Leggere anche l'opuscolo «Movimentazione intelligente: formazione del personale», disponibile qui: [www.suva.ch/88324.i](http://www.suva.ch/88324.i), per poter organizzare ulteriori corsi di formazione.

Il percorso dovrà essere svolto durante l'orario di lavoro, nell'ambito di un corso di formazione/perfezionamento interno. Tuttavia, il percorso non sostituisce la formazione del personale sull'impiego degli ausili e la modalità di lavoro da seguire. Si tratta di un obbligo legale per l'azienda (OPI, art. 41; OLL 3, art. 25). Raccomandiamo di utilizzare il percorso come corso di aggiornamento o introduzione al tema «tutela della salute/movimentazione intelligente».

## Possibile svolgimento della formazione

Durata	Tema/contenuto
10 min.	<b>Saluti di benvenuto</b>  <b>1. Dichiarazione/videomessaggio del capo cure o della direzione aziendale:</b> Spiegare al personale che il management sottoscrive pienamente il principio della movimentazione intelligente. È importante che il personale percepisca l'impegno e il supporto dei vertici aziendali; in questo modo sarà più facile far capire che vi sono le condizioni necessarie per cambiare modalità di lavoro e che serve un impegno congiunto affinché tutti possano trarre dei benefici. Esempio di messaggio: «La tua salute e la sicurezza dei nostri pazienti sono molto importanti per noi. Per questo puntiamo sulla movimentazione intelligente: applica questo principio durante il lavoro quotidiano, per i pazienti, per te e per l'azienda. Se hai qualche domanda o richiesta, puoi contattarci in qualsiasi momento. Siamo qui per te.» Guardare insieme il video esplicativo «Movimentazione intelligente: tre elementi, un solo principio» per una comprensione comune del principio.  <b>2. Mostrare gli obiettivi di apprendimento e lo svolgimento del corso.</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Obiettivi di apprendimento: cfr. pagina 1</li><li>• Svolgimento: a seconda della variante «giro delle postazioni» o «step by step» oppure della variante personale</li></ul>
75 min.	<b>Parte pratica</b>  <b>3. Provare insieme le situazioni di movimentazione</b> Postazione 1 (15 min.) → Spostare una persona verso la testiera del letto Postazione 2 (15 min.) → Movimentazione dal bordo del letto alla sedia a rotelle con cintura di supporto Postazione 3 (15 min.) → Mettersi seduti a letto Postazione 4 (15 min.) → Movimentazione dal bordo del letto alla sedia a rotelle con asse di trasferimento Postazione 5 (15 min.) → Movimentazione dalla poltrona in posizione eretta
15 min.	<b>Conclusione</b>  <b>4. Sondaggio</b> Tutti i partecipanti compilano il foglio per il sondaggio di opinione.  <b>5. Raccogliere le impressioni</b> Raccogliere i feedback in aula, annotandoli ad esempio su una lavagna a fogli mobili. Registrare anche i feedback sull'esperienza vissuta dai partecipanti nel ruolo di paziente a mobilità ridotta e le osservazioni espresse all'interno del gruppo. Questi feedback possono essere utilizzati come argomento per introdurre il principio in azienda o per un'ulteriore formazione.