

benefit

Protezione degli occhi

Un infortunio agli occhi ogni cinque minuti. Ecco come proteggersi.

In prima linea

Marco Lehmann spiega come un AdSic può creare fiducia.

L'amianto non si vede, ma è ovunque

L'esperta Evelyne Kieser rileva la presenza di amianto negli edifici prima che diventi un pericolo mortale.

suva

*«Da solo non ce l'avrei
fatta. Senza gli altri
non si va lontano.
E io sono grato di aver
conosciuto persone
così generose.»*

João Paulo Casimiro, 51 anni



L'episodio

«Senza gli altri non si va lontano»

«Parlo bene il tedesco ma faccio fatica a leggerlo e scriverlo. Dopo l'infortunio ho ricevuto tante lettere ufficiali e mi sono sentito spesso impotente. Ero in Svizzera da solo. Tutta la mia famiglia vive in Portogallo. Sul cantiere ero abituato a risolvere i problemi con i miei attrezzi, non con carta e penna.

L'infortunio si è verificato in un'opera speciale di genio civile. Il pesante tubo di metallo era sprofondato nel suolo umido. Quando ho allentato la fune di sicurezza, mi sono ritrovato da solo a sostenere diverse centinaia di chili. Impossibile con la sola forza delle braccia. Ho sentito una fitta nel braccio sinistro e sono caduto all'indietro. Per fortuna il tubo non mi è finito sui piedi.

La diagnosi in ospedale è stata lapidaria: strappo di due tendini della spalla sinistra. Sono stato operato un mese e mezzo dopo. Nella clinica di riabilitazione hanno parlato di riformazione professionale. Non avevo dubbi: volevo continuare a lavorare all'aperto, restare in movimento. Ma prima dovevo affrontare la montagna di scartoffie. Gli specialisti mi hanno spiegato pazientemente ogni riga e mi hanno accompagnato passo per passo.

Alla Steffen Bus AG mi hanno dato la possibilità di riqualificarmi. La formazione di autista di bus è stata impegnativa, soprattutto l'esame teorico. Ma ce l'ho fatta. Oggi ho di nuovo un posto fisso e delle persone attorno a me che mi sostengono. Da solo non ce l'avrei fatta. Senza gli altri non si va lontano. E io sono grato di aver conosciuto persone così generose.»

João Paulo Casimiro, 51 anni

Reinserimento

Dopo un infortunio, la Suva assiste e accompagna le persone colpite lungo il loro percorso riabilitativo. Qui sono disponibili maggiori informazioni: suva.ch/reintegro



FOTO: HERBERT ZIMMERMANN







Il pericolo invisibile

Al bando dal 1990, invisibile, eppure onnipresente: stiamo parlando dell'amianto. Anche una professionista come Evelyne Kieser della Friedlipartner AG non può individuare la fibra killer con una semplice occhiata, ma sa bene come scovarla. Da pagina 6 la seguiremo nel suo lavoro.

Circa il 41 per cento degli infortuni alla Müller Martini Manufacturing SA riguardava gli occhi. L'addetto alla sicurezza Andreas Zurbuchen si è speso per cambiare le cose con varie iniziative, tra cui il modulo Suva «Proteggere gli occhi come un professionista». I dettagli da pagina 12.

«Parliamone insieme»: un dialogo aperto tra pari. È questa la strategia di Marco Lehmann della GLB Genossenschaft per contrastare gli infortuni. Da pagina 16 ci racconta perché è utile conoscere il lavoro in cantiere e farsi capire.

Sulla pagina ripiegabile trovate la toccante storia di João Paulo Casimiro, operaio edile che dopo un infortunio alla spalla ha dovuto reinventare la sua vita professionale e fronteggiare una valanga di lettere delle autorità. La sua tenacia lo ha ricompensato: oggi fa l'autista per la Steffen Bus e si sente realizzato.

Vi auguriamo che la primavera vi porti una sferzata di energia!
Stefan Joss, caporedattore

Impressum

Editore: Suva, casella postale, 6002 Lucerna
suva.ch; benefit@suva.ch

Ideazione, impaginazione e illustrazioni: tnt-graphics AG

Redazione: Amire Berisha, Alois Felber, Alexander Lanner, Yuna Schmidlin, Daniel Schriber

Traduzioni: Team servizi linguistici della Suva

Foto: Janosch Abel, Erwin Auf der Maur, Thomas Egli, Herbert Zimmermann

Ordinazioni: suva.ch/benefit-i

Cambio di indirizzo: Suva, servizio clienti, casella postale, 6002 Lucerna, 058 411 12 12, servizio.clienti@suva.ch
La rivista è prodotta in Svizzera a impatto zero sul clima: myclimate.org



Abbonatevi a
«benefit»:
suva.ch/benefit-i

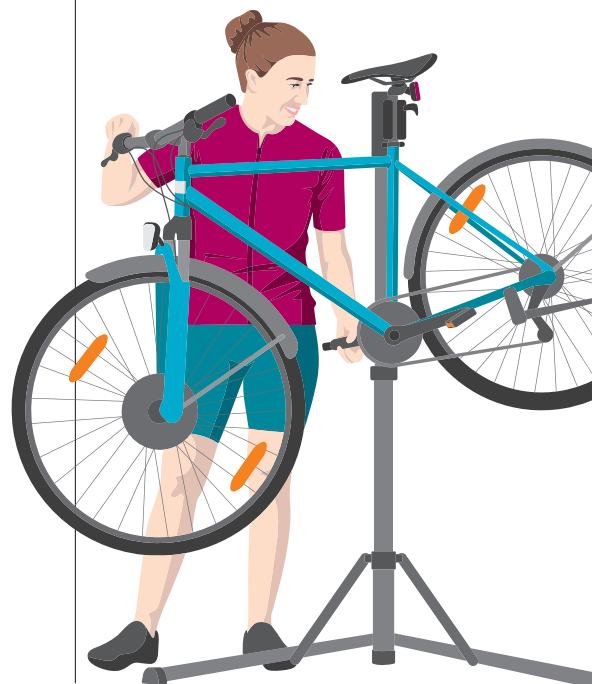
Consigli di stagione

In sella, pronti, via! Ma prima...

- 1 Controllate che i freni funzionino alla perfezione.
- 2 Date un'occhiata a luci e catarifrangenti: sono bianchi davanti e rossi dietro? Allora è tutto ok. Ad eccezione delle bici da corsa, sono obbligatori anche i catarifrangenti arancioni sui pedali.
- 3 Controllate che le gomme non abbiano crepe, sassolini o frammenti di vetro. La pressione è giusta?
- 4 Pulite e lubrificate la catena.
- 5 Il cambio è a posto? Riuscite a innestare tutte le marce?

Qualcosa non va o avete dei dubbi?
In tal caso è meglio portare la bici dal meccanico.

suva.ch/check-up-bici



Calcio

Mondiali 2026: il fair play vince sempre, anche in azienda

L'attesa per i Mondiali 2026 è una buona occasione per parlare di fair play anche in azienda. Il calcio amatoriale è l'attività sportiva più rischiosa: un'azione fallosa su tre provoca un infortunio. Chi gioca correttamente protegge se stesso e gli altri, e il giorno dopo torna al lavoro! Offriamo alla vostra azienda un set gratuito di tre elementi sul fair play, da svolgere in autonomia e in tutta semplicità: una porta con bersagli abbinata al quiz sul fair play per sensibilizzare divertendo, il gioco Tipp-Kick per accendere competizione e spirito di squadra e, infine, il test sul fair play per consolidarne i principi. Un modo simpatico ed efficace per far passare il messaggio. I costi sono contenuti, ma i benefici per l'azienda importanti: meno infortuni giocando a calcio e meno giorni di assenza.

Per ordinare il set gratuito:

suva.ch/iniziative-sul-fair-play



Cultura della prevenzione

La stanchezza fa aumentare il rischio di infortuni

In Svizzera, il 37 per cento della popolazione ha difficoltà ad addormentarsi e/o a dormire ininterrottamente. La stanchezza eccessiva fa quasi raddoppiare il rischio di infortuni sul lavoro. I nostri moduli di prevenzione illustrano semplici misure per contrastare sonno agitato, stanchezza e riposo insufficiente. Aiutare il personale a lavorare con la massima concentrazione significa vivere concretamente la cultura della prevenzione.

Dormire bene – Modulo 1: principi e consigli

Dormire bene – Modulo 2: tecniche per favorire il sonno

Entrambi i corsi con specialista

Cercate «dormire bene» su

suva.ch/moduliperlaprevenzione



Lavorare all'aperto

Protezione dai raggi UV anche in primavera



In primavera, con l'aumento delle temperature, cresce anche l'intensità delle radiazioni UV. Chi lavora all'aperto è quindi esposto a un rischio maggiore di tumori della pelle: in Svizzera, circa 1000 casi l'anno sono riconducibili all'esposizione solare sul lavoro. È importante proteggersi soprattutto fra le 11 e le 15: in questa fascia oraria sarebbe meglio lavorare all'interno o all'ombra. Inoltre, per ripararsi dai raggi UV servono una protezione solare e indumenti adeguati, che coprano anche testa e nuca.

Ordinate ora il modulo per proteggere il personale:

suva.ch/sole-sp

Prevenzione degli infortuni in bici

Occhi aperti in bici

Ogni anno gli assicuratori contro gli infortuni registrano circa 27 000 incidenti stradali con la bici, nell'85 per cento dei casi autoprovocati. La nuova campagna della Suva punta sull'attenzione: pedalare con prudenza, concentrazione e cercando il contatto visivo con gli altri utenti della strada riduce i rischi. L'app «Cycle Track» fornisce sostegno, riconosce i punti critici e mostra come accrescere la sicurezza.

suva.ch/cycletrack

slowUp 2026

Visitate i Velo-Corner della Suva agli eventi slowUp. Scoprite cosa è importante per pedalare in sicurezza: dall'equilibrio all'attenzione, fino alla giusta regolazione del casco. Venite a dare un'occhiata e partecipate alle varie attività!

suva.ch/slowup



mySuva

Consigli per utilizzare mySuva

- 1 Panoramica trasparente:** utilizzate l'estratto conto digitale per visualizzare in ogni momento premi, prestazioni, versamenti e pagamenti, con pratiche funzioni di filtro ed esportazione.
- 2 Focus sugli indicatori:** con la «Panoramica degli indicatori» tenete sott'occhio infortuni e giorni di assenza. Potete scaricare tutti i grafici in PDF con un semplice clic.
- 3 Prevenzione efficiente:** assegnate liste di controllo e misure direttamente ai collaboratori. Con l'apposita funzione nel servizio «Misure» incentivate il lavoro di squadra e la sicurezza. Il tutto senza effettuare il login.
- 4 Gestione dei casi in tutta semplicità:** recuperate tutti i dati su incapacità al lavoro e indennità direttamente dall'«Analisi dell'indennità giornaliera»: per una maggiore chiarezza ed efficienza.
- 5 Supporto efficace:** in «Aiuto e contatti» trovate le risposte a tutti i dubbi su prevenzione, gestione dei casi e molto altro, compresi i dati di contatto dei vostri interlocutori.
- 6 Sostituzioni garantite:** invitate altre persone nella «Gestione utenti» per garantire le sostituzioni in caso di assenza.

Maggiori informazioni su

suva.ch/mysuva

A woman with dark hair tied back, wearing a dark blue t-shirt and dark blue cargo pants, is kneeling on a light-colored tiled floor. She is wearing a white respirator mask with a blue filter and clear safety glasses. She is holding a black vacuum cleaner hose with a blue and yellow striped grip. The background is a red wall with a door handle. The text on the left side of the image reads: "Spesso l'amianto non si vede, ma c'è: Evelyn Kieser e Marco Fehr prestano la massima attenzione alla sicurezza in ogni fase del loro lavoro." The text on the right side of the image reads: "FRIEDLIPAN AG".

Spesso l'amianto non si vede, ma c'è: Evelyn Kieser e Marco Fehr prestano la massima attenzione alla sicurezza in ogni fase del loro lavoro.



Al lavoro con un'esperta
in diagnosi amianto

Alla ricerca del pericolo invisibile

L'amianto è vietato dal 1990, eppure lo si trova ovunque. Abbiamo seguito per un giorno l'esperta in diagnosi Evelyne Kieser e scoperto quanta precisione e maestria servono per scovarlo.

Testo: Daniel Schriber Foto: Thomas Egli

È una mattina come tante, in un immobile commerciale un po' vetusto nei pressi di Zurigo. Evelyne Kieser si ferma sulle scale e apre le piantine dell'edificio sul suo tablet. La quarantenne ingegnera ambientale lavora da 14 anni come esperta in diagnosi amianto per la ditta zurighese Friedlipartner AG. Oggi è di nuovo in azione, equipaggiata con maschera di protezione, scarpe di sicurezza e valigetta degli attrezzi, per scovare la sostanza killer. Il suo lavoro servirà ad architetti, direttori dei lavori, committenti, e artigiani che interverranno sull'edificio – perso-

ne la cui salute dipende dal riconoscimento tempestivo dei rischi. L'amianto, infatti, è un pericolo invisibile: se le sue fibre sottilissime si diffondono nell'aria e vengono inalate, possono depositarsi nei polmoni e provocare malattie gravi, spesso mortali, a distanza di decenni.

Ricerca minuziosa, documentazione precisa

La prima tappa è un bagno al quinto piano. Kieser si inginocchia accanto alla doccia, esamina il basamento e impugna il martello. Con attenzione, rimuove un pezzo di piastrella grande quanto una ➤



Su un'app appositamente sviluppata dalla Friedlipartner AG, Evelyne Kieser registra tutti i dati: piano, locale, materiale, colore e condizioni.



«Pittori, gessatori e piastrellisti sono esposti a polveri quasi ogni giorno. È quindi fondamentale una valutazione dei rischi prima dei lavori.»

Daniel Bürgi, direttore della Friedlipartner AG e presidente dell'Associazione svizzera dei consulenti in amianto

moneta da cinque franchi, insieme alla colla sottostante, mentre il suo collega Marco Fehr aziona un aspirapolvere per amianto. Ogni movimento è studiato, ogni passaggio segue una procedura chiara. «Registriamo tutto direttamente sul tablet» spiega l'esperta. Locale, piano, materiale, colore, condizione. L'app utilizzata è stata sviluppata dalla sua azienda. Prima di sera, la richiesta di analisi arriverà al laboratorio. Una volta prelevato il campione, la spaccatura viene richiusa provvisoriamente con nastro adesivo o malta. «Lasciamo sempre tutto pulito e in ordine» spiega Kieser.

Questione di esperienza, accuratezza e competenze sociali

Poco dopo, Kieser torna sulle scale ed estrae la fustella. Incide l'intonaco per cinque millimetri, fino a raggiungere il cemento. «Nel cemento non c'è di sicuro amianto» spiega, «ma nell'intonaco potremmo trovarlo». Il campione viene riposto in un sacchetto di plastica contrassegnato e il punto di prelievo viene pulito con un panno umido, in modo che eventuali fibre non si diffondano nell'aria. Spesso gli edifici vetusti sono stati «rat-toppati» varie volte negli anni, fra ristrutturazioni, risanamenti parziali o lavoretti svolti dai singoli proprietari. Per questo ci vuole esperienza: occorre comprendere la struttura e la storia dell'immobile. «Bisogna sapere come è stato costruito a suo

tempo». A seconda dell'epoca, infatti, oltre all'amianto potrebbero essere presenti altre sostanze nocive, come PCB o IPA – il che rende ancora più complesse le ispezioni nelle costruzioni.

Spesso si deve lavorare in due: uno preleva i campioni, l'altro documenta, aspira, mette in sicurezza. «È un lavoro mentalmente impegnativo» spiega Kieser. «Ogni locale presenta una situazione diversa». Non basta trovare qualcosa in un punto: bisogna scovare l'amianto ovunque sia stato utilizzato. E occorre anche saper interagire con le persone: «Appena si parla di amianto, tutti si inquietano» racconta >



Massima chiarezza: ogni campione viene posto in un sacchettino e contrassegnato.

Dove si nasconde l'amianto?

Diversi decenni fa, molti materiali da costruzione contenevano amianto. La Casamianto virtuale della Suva mostra dove è probabile trovarlo negli edifici costruiti prima del 1990: colla per piastrelle, intonaco, impianti e rivestimenti per pavimenti. Il tour interattivo aiuta a riconoscere i rischi e reagire correttamente, per ristrutturazioni, risanamenti e manutenzioni in sicurezza.

suva.ch/casamianto

Evelyne Kieser. «È importante saper fugare i dubbi e svolgere il lavoro con empatia». Soprattutto negli immobili abitati o utilizzati, è fondamentale comunicare in modo trasparente. Lo sottolinea anche Daniel Bürgi, direttore della Friedlipartner AG e presidente dell'Associazione svizzera dei consulenti in amianto. «Il know-how specialistico è importante, ma lo sono anche le competenze sociali».

Molti lavori passano sotto traccia

L'esperienza insegna che è importante non solo sapere dove si trova l'amianto, ma anche quando e come si lavora con i materiali. E questo è uno dei problemi maggiori. I locatari e i residenti, tutto sommato, non corrono rischi diretti, ma gli artigiani sì, secondo Bürgi. «Pittori, gessatori e piastrellisti sono esposti a polveri quasi ogni giorno». È quindi fondamentale che prima dei lavori si proceda a una valutazione dei rischi, requisito imprescindibile per ottenere la licenza edilizia laddove richiesta. «Molto più problematico è il fatto che tanti piccoli lavori, come la ristrutturazione di bagni o cucine, vengano effettuati senza tale licenza. Anche in questi casi esiste in realtà un obbligo di accertamento, ma la responsabilità compete unicamente al datore di lavoro, che spesso soprassiede. Eppure proprio per questi lavori serve particolare prudenza» spiega Bürgi.

Nel frattempo, Evelyne Kieser sta prelevando un campione da un tubo dell'acqua calda nel seminterrato. Al termine del sopralluogo, la sua sporta è piena di sacchetti. «Il fatto che chiamino noi e poi gli esperti in bonifiche è un buon segno» sottolinea. «Vuol dire che si fa qualcosa per risolvere il problema». Una cosa è infatti certa: l'amianto non se ne va da solo. Ma con la consapevolezza, l'esperienza e un lavoro accurato si può evitare che questo pericolo invisibile divenga un rischio reale per coloro che edificano, ristrutturano e inalano polveri ogni giorno. ●

Insieme contro l'amianto

In caso di risanamento di edifici, tutti devono contribuire al riconoscimento e alla gestione corretta dei pericoli legati all'amianto. I privati trovano tutte le informazioni importanti su forum-amianto.ch. Artigiane e artigiani possono consultare il sito suva.ch/amianto.



Rainer Gloor è esperto nell'ambito della sicurezza specializzata in amianto alla Suva.

«L'amianto è ancora la prima causa di malattie professionali mortali»

Pur essendo vietato da decenni, l'amianto rimane di gran lunga la causa più frequente di malattie professionali mortali in Svizzera. Rainer Gloor, esperto di amianto alla Suva, spiega in un'intervista dove è ancora presente questo materiale, perché gli accertamenti sono fondamentali e che ruolo svolgono gli addetti alla sicurezza.

Rainer Gloor, dove possiamo ancora trovare l'amianto?

Dobbiamo mettere in conto che sia presente in tutti gli edifici costruiti prima del 1990, ad esempio in intonaci, colle per piastrelle, rivestimenti per pavimenti, quadri elettrici e dietro gli impianti elettrici montati su legno. Dato che circa tre quarti degli edifici esistenti sono stati realizzati prima del 1990, l'amianto è ancora di attualità. Negli immobili nuovi, invece, si può dare per scontato che non ci sia.

Perché l'amianto è così pericoloso sebbene sia invisibile?

Perché non lo si vede, appunto. Le fibre di amianto sono estremamente sottili e, una volta inalate, rimangono a lungo nei polmoni. Spesso le malattie si manifestano

da 20 a 50 anni dopo. Ogni anno, in Svizzera, oltre 150 persone muoiono per le conseguenze di un'esposizione all'amianto, che rimane la prima causa di malattie professionali mortali.

In cosa si dovrebbe migliorare secondo la Suva?

Nella consapevolezza di committenti, progettisti, datori di lavoro e lavoratori, e nell'attuazione sistematica delle misure necessarie. Constatiamo regolarmente che si accettano lavori senza effettuare i necessari accertamenti riguardo all'amianto. Si continua a sottovalutare la sua pericolosità.

Che supporto concreto offre la Suva ad aziende e addetti alla sicurezza?

Consigliamo, informiamo e controlliamo. Mettiamo a disposizione ausili specifici per ogni settore, riconosciamo le ditte specializzate in bonifiche da amianto e svolgiamo controlli a campione sui cantieri. Il mio consiglio agli addetti alla sicurezza e a tutte le persone che potrebbero avere a che fare con l'amianto: meglio abbondare con le precauzioni che sottovalutare il pericolo!

A conti fatti

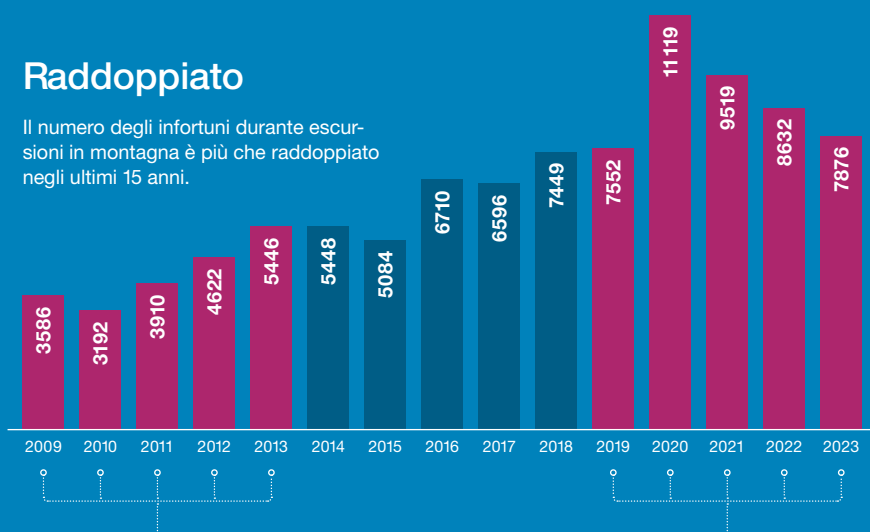
Trekking con prudenza

In Svizzera si registra un boom delle escursioni, ma anche il numero degli infortuni è lievitato, fino a raddoppiare rispetto a 15 anni fa. I principali consigli in tema di prevenzione: una pianificazione accurata, un buon equipaggiamento e tanta prudenza.

suva.ch/escursionismo

Raddoppiato

Il numero degli infortuni durante escursioni in montagna è più che raddoppiato negli ultimi 15 anni.



4151

Numero medio di infortuni 2009–2013

8940

Numero medio di infortuni 2019–2023

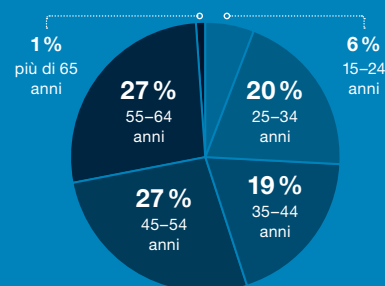
55

milioni di franchi spesi ogni anno a causa degli infortuni durante escursioni in montagna.

+++++

Ogni anno 19 infortuni durante escursioni in montagna hanno esito mortale.

Infortuni per età



Oltre otto infortuni su dieci durante escursioni in montagna sono dovuti a inciampi, scivolamenti, cadute o a un passo falso.

84%



Aree cieche sul lavoro

La protezione degli occhi spesso dimenticata

Ogni giorno si verificano infortuni agli occhi, molti dei quali sarebbero evitabili. È importante riconoscere il pericolo e proteggere gli occhi adeguatamente.

Testo: Alexander Lanner Illustrazioni: tnt-graphics

Percepiamo circa l'80 per cento degli stimoli grazie alla vista. Che si tratti di colori, forme o movimenti, i nostri occhi captano circa 10 milioni di informazioni al secondo. Un organo così performante necessita di una protezione adeguata. Eppure in pratica il quadro è molto diverso.

La classica situazione: è quasi ora di andare a casa. Dai, veloce, un ultimo sforzo e abbiamo finito. Il 90 per cento delle lesioni agli occhi si verifica mentre svolgiamo un lavoro di routine. Chi dimentica di prestare la necessaria attenzione o di indossare gli occhiali di protezione rischia di pagarne lo scotto: gli occhiali si possono sostituire, la vista no.

Un infortunio agli occhi ogni cinque minuti

Secondo gli ultimi dati della statistica degli infortuni, in Svizzera ogni cinque minuti di una giornata lavorativa si verifica un infortunio professionale agli occhi. Ogni anno gli assicuratori infortuni notificano quasi 40 000 casi che hanno come diagnosi principale una lesione oculare, pari a circa l'11 per cento di tutti i casi notificati, di cui 25 000 avvengono sul lavoro e i rimanenti 14 000 e più nel tempo libero. In realtà, negli ultimi anni il numero degli infortuni professionali agli occhi è diminuito: dieci anni fa se ne contavano

ancora 29 100. Ma non dobbiamo abbassare la guardia, perché in alcuni settori la percentuale di questi infortuni è tuttora allarmante.

Lo conferma anche Andreas Zurbuchen, addetto alla sicurezza della Müller Martini Manufacturing SA, un'azienda con sede a Hasle (LU) specializzata nella produzione di componenti metalliche e in lamiera. «La nostra azienda registrava



«La nostra azienda registrava un numero di lesioni oculari superiore alla media, circa il 41 per cento di tutti gli infortuni»

Andreas Zurbuchen, addetto alla sicurezza della Müller Martini Manufacturing SA

un numero di lesioni oculari superiore alla media, circa il 41 per cento di tutti gli infortuni» afferma. Per fortuna non ci sono mai stati casi gravi e nessuno ha perso la vista. «Si trattava soprattutto di trucioli di metallo che finivano nell'occhio durante lavori di smerigliatura» precisa Zurbuchen.

Le schegge entrano spesso indirettamente nell'occhio

La ricerca delle cause esatte degli infortuni è stata difficile. «Di solito la persona interessata sosteneva di aver indossato gli occhiali» spiega Zurbuchen. «Su esplicita domanda non era tuttavia in grado di garantire di averli indossati ogni singolo secondo. Si può quindi supporre che, ad esempio dopo la pausa caffè, gli occhiali venissero dimenticati con una certa frequenza». Zurbuchen racconta che a volte le persone infortunate si accorgono della scheggia solo dopo qualche ora. È infatti possibile che la scheggia finisca nell'occhio indirettamente, dai capelli o dalle mani, mentre ci si cambia o si fa la doccia.

Christoph Salzmann, esperto in sicurezza e tutela della salute alla Suva, spiega: «È importante avere una buona igiene delle mani e del volto. Prima di togliere gli occhiali di protezione, si dovrebbero ad esempio «scuotere» i capelli e poi lavarsi le mani».



Occhio agli occhi: proteggiamoci!

La misura più efficace per proteggere l'organo di senso più importante è indossare una protezione adeguata per ogni attività, sia sul lavoro sia nel tempo libero. Ecco alcuni consigli utili nel caso in cui un corpo estraneo o del liquido corrosivo dovesse comunque entrare nell'occhio o se si dovesse subire un colpo.



Corpo estraneo

Circa il 90 per cento delle lesioni agli occhi che si verificano a casa o sul posto di lavoro sono causate da un corpo estraneo, tra cui granelli di polvere, segatura o schegge di metallo prodotte da attività quali perforare, smerigliare, fresare o tagliare. Le parti più colpite sono l'occhio esterno con le palpebre, la congiuntiva e la cornea.

Misure:

- Asportate le particelle delicatamente con un panno pulito.
- Se invece il corpo estraneo è conficcato nell'occhio, non toccatelo e recatevi immediatamente dall'oculista.
- **Importante:** non strofinare per non danneggiare la cornea.

Liquidi corrosivi

Molti prodotti chimici, tra cui detersivi e solventi, possono causare pericolose causticazioni agli occhi. Se non si agisce immediatamente, il danno può essere irreversibile.

Misure:

- Sciacquare subito gli occhi per almeno 15 minuti.
- Fatelo con acqua abbondante o, in casi estremi, una bibita gassata.
- **Importante:** sciacquare l'occhio tenendolo aperto.

Contusioni

Le contusioni provocate da una caduta, un colpo o una pallonata sono molto dolorose e possono portare alla cecità.

Misure:

- Applicare un panno umido o un impacco freddo sulla parte interessata.
- **Importante:** non fate mai pressione direttamente sull'occhio.



Subito dal medico

È importante sapere che solo un oculista può valutare con precisione la gravità di una lesione agli occhi. Recatevi quindi immediatamente da uno specialista e fatevi curare.

La protezione giusta per ogni attività

La maggior parte degli infortuni avviene perché si indossano protezioni inadeguate o non lo si fa affatto. Chi riconosce il pericolo e sceglie i dispositivi adatti riduce sensibilmente il rischio di farsi male.

Quali dispositivi di protezione degli occhi esistono?

1. Gli occhiali a stanghette sono lo standard minimo e proteggono da particelle piccole. Esistono con o senza protezione laterale. I modelli chiusi sono più sicuri e versatili.

2. Gli occhiali a mascherina con elastico aderiscono al volto, coprono tutta la zona degli occhi e proteggono da polveri molto fini e da liquidi. Grazie all'elastico possono essere usati anche per i lavori sopra la testa.

3. Le protezioni del viso e le visiere non coprono solo gli occhi ma tutto il volto. Sono utili per attività particolarmente esposte a rischi come saldare o smerigliare.

Oltre a questi modelli ne esistono altri con filtri specifici per pericoli particolari come il calore o le radiazioni.



Check degli occhiali di protezione

Indossate gli occhiali di protezione giusti? Fate il check con questa tabella: suva.ch/77269.i

La scelta giusta

- I dispositivi di protezione degli occhi e del viso vanno scelti in base alla situazione di pericolo.
- La protezione è garantita solo se i dispositivi soddisfano le norme vigenti.
- Gli occhiali di protezione non devono ostacolare il lavoro. Il comfort è quindi importante quanto la qualità dei materiali.
- Proteggete i vostri occhi dalla luce solare anche nel tempo libero: indossate occhiali con protezione UV.
- Gli occhiali da vista comunemente reperibili in commercio non sono occhiali di protezione. Meglio usare occhiali protettivi con lenti di correzione o clip. Esistono anche sopraocchiali, ma si consiglia di non utilizzarli per più di due ore al giorno.

Sensibilizzare in un panorama alpino

L'alto numero di infortuni ha indotto Zurbuchen a prenotare nell'ottobre scorso il modulo di prevenzione della Suva «Proteggere gli occhi come un professionista». È buona prassi che il workshop venga introdotto da uno statement video-registrato del direttore aziendale. «Il no-

stro CEO Herbert Wicki ha pensato di registrare il suo messaggio sullo Schimbrig, a 1816 metri di quota». Un messaggio inequivocabile: «Che bel panorama! Ma puoi vederlo solo se hai occhi buoni e sani».

Le sue parole hanno prodotto l'effetto sperato. «Tutti hanno svolto il percorso con impegno» racconta Zurbuchen. An-

che la scelta di presentare tutto l'assortimento di occhiali di protezione si è rivelata utile. «Diverse persone hanno preso occhiali nuovi, più adatti al loro volto» prosegue. Per rafforzare la consapevolezza a lungo termine, in azienda sono stati esposti manifesti di sensibilizzazione.

Proteggersi anche a casa

Particolarmente soddisfacente è il fatto che la misura abbia un impatto anche fuori dal lavoro. «Alcuni affermano di indossare gli occhiali di protezione anche per svolgere lavori manuali a casa» si compiace Zurbuchen e stila un bilancio decisamente positivo: «Il corso è stato istruttivo. Speriamo che gli insegnamenti restino efficaci nel tempo. Quanto meno finora non si sono verificate altre lesioni oculari».

Come formare il personale

Il modulo di prevenzione «Proteggere gli occhi come un professionista» è ora disponibile in tre versioni e risponde alle esigenze specifiche della vostra azienda. Può essere prenotato per i clienti con la Suva come organo d'esecuzione.

- **Percorso lungo con specialista** – minimo 30 partecipanti (massimo 12 per gruppo)
- **Versione mini con specialista** – massimo 12 partecipanti per gruppo
- **Modulo fai da te senza specialista** – massimo 12 partecipanti per gruppo

Dopo aver elaborato il modulo con successo, è possibile approfondire il tema con una serie di iniziative digitali. Cinque iniziative di prevenzione a distanza di sei settimane aiutano il personale a sviluppare una profonda consapevolezza sul tema. Prima di ogni iniziativa ricevete un'e-mail con informazioni mirate sullo svolgimento e sulla documentazione necessaria.

Prenotate il modulo di prevenzione «Proteggere gli occhi come un professionista»:
suva.ch/moduliperlaprevenzione
» Cercate «protezione degli occhi»

suva.ch/protezione-degli-occhi

In primo piano: protezione di occhi e viso sul lavoro

L'oggetto

Transpallet

Schiena e articolazioni sono esposte a forti sollecitazioni sui cantieri. Una logistica ottimale segue un principio semplice: «Trasportare su ruote invece di portare a mano».

suva.ch/optibau-i

Sovraccarico sui cantieri

Movimenti ripetitivi, carichi troppo pesanti e posture scorrette possono causare disturbi muscoloscheletrici (DMS). I professionisti dell'edilizia sono particolarmente esposti a questo rischio, con costi elevati per le aziende. Secondo le stime, un terzo delle indennità giornaliere per malattia versate in Svizzera è imputabile a queste patologie.

Molti mezzi ausiliari

Il transpallet (dispositivo di sollevamento manuale) può trasportare su una superficie piana carichi fino a 2,5 tonnellate. Anche carrelli elevatori con forche a sbalzo, carrelli, gru e ascensori per facciate permettono di ridurre il carico fisico nella movimentazione di carichi.

Logistica ottimale nei cantieri

La logistica ottimale nei cantieri è determinante per evitare sforzi eccessivi. Una buona pianificazione agevola il lavoro e fa risparmiare tempo nonché denaro. Nei cantieri ben organizzati il rischio di infortunio è minore, a vantaggio della qualità. Il transpallet è solo uno dei tanti ausili disponibili.



Trovate altri ausili su

sapro.ch/
[ausili-di-trasporto](#)

Nel «Bauherren Podcast Schweiz» persone esperte discutono tra l'altro di logistica ottimale nei cantieri. Non perdetevi! (disp. solo in tedesco)

[suva.ch/](https://suva.ch/optibau-podcast)
[optibau-podcast](#)





«Parliamone insieme»: è in gioco la sicurezza

Marco Lehmann punta sul dialogo anziché sul rimprovero. L'addetto alla sicurezza della GLB Genossenschaft ci spiega perché questo approccio crea fiducia e riduce sensibilmente gli infortuni gravi.

Intervista: **Stefan Joss** Foto: **Janosch Abel**

Le sfide

«Nel 2023 un nostro collaboratore è caduto da un tetto ed è morto. È stato terribile, non solo per me: eravamo tutti sconvolti, tristi e disorientati. Questo episodio mi ha scosso.

«Come è potuto succedere?» mi chiedevo. C'era tutto quello che serviva per evitare infortuni: dispositivi di protezione individuale, un incarico chiaro, la necessaria formazione. Eppure quell'uomo stava lavorando senza essere in sicurezza, probabilmente per fare prima. Così ho capito che per un comportamento sicuro le regole non bastano. Da allora, per fortuna, non abbiamo più avuto episodi così gravi. Da anni, però, le nostre cifre sugli infortuni sono leggermente oltre la media del settore. Per questo ho voluto occuparmi di sicurezza sul lavoro facendone una questione di cultura.»

GLB Genossenschaft

La GLB, che ha sede a Langnau (BE), impiega circa 1200 persone in undici settori. È costituita da tre rami di attività: Edilizia, Fabbricazione e Uffici.

Le misure

«I nostri collaboratori mi conoscono perché sono presente il più possibile sui cantieri, nella produzione e negli uffici. Essendo muratore e addetto alla costruzione di strade qualificato, conosco il lavoro e so farmi capire.

Se durante le mie visite noto un'irregolarità, faccio una distinzione chiara: si

tratta di una violazione delle regole vitali? Allora non si riprende a lavorare finché non è tutto risolto. Se il pericolo non è così grave, cerco anzitutto il dialogo. Non chiedo: «Perché hai fatto così?», ma: «Cosa ti sarebbe servito per evitare questo problema?». Mancavano le istruzioni, un ausilio adeguato, un supporto o semplicemente la motivazione? Ogni risposta richiede una soluzione diversa.

La formazione è centrale. Ogni mese preparo un piccolo corso per i nostri tre rami Edilizia, Fabbricazione e Uffici, ad esempio su ponteggi, protezione dai raggi UV, ergonomia, sonno o vitamina D. Nella scelta dei temi si può anche essere creativi. Di norma le formazioni vengono tenute dai quadri direttivi. Così la sicurezza sul lavoro resta sempre all'ordine del giorno.

Ci serviamo anche di sussidi pratici: mi capiterà di distribuire l'opuscolo Suva sui ponteggi di facciata forse un centinaio di volte l'anno, perché è utile. Su Intranet abbiamo messo a disposizione vari formulari semplici. Uno serve a segnalare le irregolarità: chiunque, con pochi clic, può descrivere un problema, allega-

Ecco i tre documenti Suva più utilizzati da Marco Lehmann

- Opuscolo «Ponteggi di facciata. Pianificazione della sicurezza»
suva.ch/44077.i
- Scheda tematica «I pittogrammi di pericolo in sintesi. Informare. Riconoscere. Intervenire.»
suva.ch/88353.i
- Scheda tematica «Superfici del tetto resistenti alla rottura»
suva.ch/33027.i



Per Marco Lehmann confrontarsi tra pari è più importante che cercare colpevoli.

3

consigli di Marco Lehmann

1

Puntate sulla qualificazione del personale, attraverso formazioni e sussidi, per responsabilizzarlo.

2

Spiegate il perché della sicurezza sul lavoro anziché cercare colpevoli in caso di irregolarità.

3

Nel nostro mondo multiculturale, comunicare con le immagini è il modo migliore per farsi capire.

re fino a tre foto e inviare il formulario. Io ricevo un'e-mail automatica e aiuto a trovare una soluzione.

Attraverso tutte queste misure mi preme far riflettere sul perché della sicurezza sul lavoro. «Parliamone insieme!» dico sempre. Voglio sensibilizzare, anche descrivendo i risvolti legali e ponendo domande. Ad esempio: perché questi guanti

proteggono le dita? Oppure: perché è così importante dire prontamente STOP?»

I successi

«La sensibilizzazione del personale della GLB in materia di sicurezza sul lavoro e tutela della salute è migliorata molto. Capita che mi telefonino dicendo:

«Marco, abbiamo un problema. Puoi venire?». Per me è un chiaro segno di fiducia: mi vedono come un alleato. Anche le cifre vanno meglio: sia il numero degli infortuni che quello dei giorni indennizzati sono in lieve calo. Gli infortuni gravi sono addirittura diminuiti parecchio. So che c'è ancora molto da fare, ma alla GLB siamo sulla buona strada.» ●

Servizi e pubblicazioni



Consigli

Come indossare correttamente il casco

Non è ancora una cosa scontata per tutti; solo due terzi delle persone che usano la bici indossano regolarmente il casco. La pagina rielaborata del nostro sito dedicata a questo tema mostra come scegliere il casco giusto, come regolarlo e indossarlo affinché protegga efficacemente da gravi lesioni cerebrali.

Aderente, comodo, protettivo: ecco il casco ideale per te

Sito web: suva.ch/casco-bici

Opuscolo

Copertura assicurativa per il personale

L'opuscolo è stato completamente rielaborato. I contenuti sono stati redatti su misura per rispondere alle esigenze di lavoratori e lavoratrici, che vi troveranno tutte le informazioni sulla loro assicurazione Suva e indicazioni importanti sui loro diritti e doveri. Consigliamo vivamente di distribuire l'opuscolo al personale. In italiano, francese e tedesco è disponibile in versione cartacea; in altre lingue può essere scaricato come PDF.

La sua copertura assicurativa Suva. Cosa deve sapere

Per i lavoratori e le lavoratrici, opuscolo A5:

suva.ch/1807.i

Test

Siete in forma?

Una buona forma fisica aiuta a prevenire gli infortuni. Chi è ben allenato rischia meno di farsi male quando movimentata carichi, pratica sport sulla neve o inciampa. Con il nuovo test di fitness elaborato dalla Suva potete scoprire quanto siete in forma e con sette esercizi divertenti effettuare una valutazione obiettiva.

Test di fitness

Tool online:

suva.ch/fitness-test

Modulo di prevenzione

Workshop contro lo stress sul lavoro

Lo stress sul lavoro pregiudica il rendimento, accresce il rischio di infortuni e può far ammalare. Con il nuovo modulo di prevenzione fai da te «Stress al lavoro» scoprirete attraverso quattro semplici video didattici cos'è lo stress e come ridurlo.

Stress al lavoro

Modulo di prevenzione, fai da te:

suva.ch/moduliperlaprevenzione

> Inserire la parola chiave «Stress»



Pagine web

Utilizzo di prodotti chimici: cosa c'è da sapere

In molte aziende si fa uso di prodotti chimici nocivi, spesso senza che il personale ne conosca i rischi. Le pagine web riviste e aggiornate mostrano come utilizzarli in sicurezza. Sono state aggiunte indicazioni sui prodotti chimici particolarmente pericolosi per la salute, che spiegano come informarsi grazie al sistema GHS, riconoscere sostanze e preparati, sostituirli e usarli in sicurezza.

Prodotti chimici pericolosi: Informare. Riconoscere. Intervenire.

Altre pagine web:

suva.ch/prodotti-chimici



Schede tematiche per l'edilizia

Requisiti per piste di cantiere e cuscini di sicurezza

Sono disponibili due nuove schede tematiche per l'edilizia dedicate alle piste di cantiere e ai Soft Landing System (SLS). La scheda sulle piste di cantiere illustra gli aspetti fondamentali relativi a pianificazione, statica, protezione anticaduta e accessi. La scheda sugli SLS descrive i sistemi di sicurezza con cuscini o tappetini in caso di altezze di caduta ridotte quando non si possono adottare altre protezioni.

Realizzare piste di cantiere sicure

Scheda tematica A4: suva.ch/33115.i

Soft Landing System (SLS)

Scheda tematica A4: suva.ch/33113.i

Lista di controllo

Usare i laser manuali in sicurezza

Le macchine di lavorazione laser a mano sono strumenti pratici e moderni sempre più utilizzati, ad es. per la saldatura e la pulizia di superfici. Il loro uso, però, comporta anche grandi pericoli, in particolare per gli occhi e la pelle. La nuova lista di controllo spiega i rischi passo dopo passo e come proteggere voi stessi e il personale.

Macchine di lavorazione laser a mano

Scheda tematica A4:

suva.ch/67205.i

In breve

Novità o aggiornamenti su suva.ch

27 000 infortuni all'anno sono
27 000 di troppo.

Manifestino A4:

suva.ch/55411.i

In bici non distrarti: via lo smartphone e le cuffie.

Manifestino A4:

suva.ch/55412.i

Riconoscere i prodotti chimici non è un gioco da ragazzi

Manifestino A4:

suva.ch/55413.i

Anomalie psichiche sul posto di lavoro

Guida per i quadri direttivi

e i responsabili HR A4:

suva.ch/88329.i

Trasporto con elicottero nei lavori forestali

Lista di controllo A4:

suva.ch/67200.i

Lavori su materiali contenenti amianto: misure di protezione

Tabella riepilogativa A4:

suva.ch/88327.i

L'elettricità in tutta sicurezza

Opuscolo informativo A4:

suva.ch/44087.i

Valori limite sul posto di lavoro (disponibile in tedesco e francese)

Volume informativo A5:

suva.ch/1903.d

suva.ch/1903.f



Un contenitore come tanti, un pericolo come pochi

Manifestino A4:

suva.ch/55414.i

Prova di sicurezza per scarpe e misure di sicurezza degli scavi generali

Modulo e informazioni:

suva.ch/88317.i

Funzionamento in sicurezza dei sistemi di refrigerazione e delle pompe di calore

Opuscolo informativo A4:

suva.ch/66139.i

Sempre aggiornati

Su questa doppia pagina vi presentiamo una selezione di contenuti nuovi o rivisti di suva.ch e altre proposte per le vostre attività di prevenzione. Qui trovate un elenco delle pubblicazioni nuove o aggiornate:

suva.ch/pubblicazioni

Il vostro feedback

Cosa pensate di questo numero di «benefit»? Partecipate al nostro sondaggio entro il 15 giugno 2026 e vincete uno di questi bellissimi premi.

Sondaggio:

suva.ch/benefit-sondaggio



1° premio: friggitrice ad aria



2° premio:
misuratore di
pressione



3° premio:
tappetino
da yoga

Gli infortuni in bici ti complicano la vita.



Anticipa il traffico.
Considera gli altri.
Cerca il contatto
visivo.

suva.ch/bici

La vita è bella
finché va tutto bene.

suva