

Procedura per l'Utilizzo in Sicurezza delle Attrezzature Munite di Videoterminale (VDT)

La presente procedura è redatta ai sensi del Decreto Legislativo 9 aprile 2008, n. 81 e s.m.i., in particolare del Titolo VII – Attrezzature munite di videoterminali (articoli 172–179), ed è finalizzata alla tutela della salute e della sicurezza dei lavoratori.

Campo di Applicazione

(art. 173 D.Lgs. 81/2008)

Le disposizioni si applicano ai lavoratori che utilizzano attrezzature munite di videoterminale in modo sistematico o abituale, per almeno 20 ore settimanali, escluse le pause previste per legge.

Sorveglianza Sanitaria

(articoli 176 e 41 D.Lgs. 81/2008)

I lavoratori rientranti nel campo di applicazione sono sottoposti a sorveglianza sanitaria effettuata dal Medico Competente.

- Periodicità delle visite mediche:
 - ogni 5 anni;
 - ogni 2 anni per i lavoratori di età superiore ai 50 anni;
 - con periodicità diversa qualora stabilito dal Medico Competente in base alla valutazione dei rischi.
- La sorveglianza è finalizzata in particolare alla tutela:
 - dell'apparato visivo,
 - dell'apparato muscolo-scheletrico.

Ergonomia e Requisiti della Postazione di Lavoro

(art. 174 e Allegato XXXIV D.Lgs. 81/2008)

La postazione di lavoro deve essere conforme ai requisiti minimi ergonomici previsti dalla normativa.

Seduta

- Regolabile in altezza.
- Con possibilità di appoggio stabile dei piedi a terra.
- Utilizzo di poggipiedi ove necessario.

Schienale

- Con adeguato supporto lombare.
- Inclinalabile, preferibilmente intorno ai 90° o poco superiore.

Tastiera e Piano di Lavoro

- Tastiera separata dal monitor.
- Spazio minimo di 15 cm dal bordo del tavolo per l'appoggio degli avambracci.

Monitor

- Distanza dagli occhi: 50–70 cm.
- Posizionato leggermente al di sotto del livello degli occhi.
- Caratteri stabili e ben definibili.

- Regolazione di luminosità, contrasto e risoluzione.

Illuminazione

- Adeguata illuminazione naturale e artificiale.
- Assenza di riflessi e abbagliamenti sullo schermo.
- Monitor orientato lateralmente rispetto alle finestre.
- Documenti cartacei adeguatamente illuminati.

Organizzazione del Lavoro e Pause

(art. 175 D.Lgs. 81/2008)

- I materiali e gli strumenti devono essere collocati entro il campo visivo e di prensione del lavoratore.
- È obbligatoria una pausa di 15 minuti ogni 120 minuti di lavoro continuativo al videoterminale, salvo diversa organizzazione equivalente prevista dalla contrattazione collettiva.

Durante le pause è raccomandato:

- cambiare postura;
- eseguire movimenti di distensione di braccia, spalle e schiena;
- distogliere lo sguardo dallo schermo e focalizzarlo su oggetti lontani;
- evitare attività che comportino un ulteriore impegno visivo.

Sicurezza Elettrica

(articoli 80–86 D.Lgs. 81/2008)

Al fine di prevenire il rischio elettrico:

- È vietato manomettere impianti elettrici o apparecchiature informatiche.
- Le spine non devono essere scollegate tirando i cavi.
- Le spine danneggiate devono essere sostituite esclusivamente con dispositivi certificati.
- È vietato effettuare riparazioni improvvisate (es. con nastro isolante).
- È vietato il sovraccarico delle prese elettriche.
- L'uso di prolunghe e adattatori è consentito solo se idonei, conformi e autorizzati.
- È vietato forzare spine Schuko nelle prese italiane; devono essere utilizzati adattatori conformi.

Divieti e Comportamenti Non Consentiti

- È vietata qualsiasi manomissione di impianti elettrici o attrezzature.
- È vietato superare 120 minuti consecutivi di lavoro al videoterminale senza effettuare la pausa prevista.
- È vietato utilizzare attrezzature non conformi o in cattivo stato di conservazione.

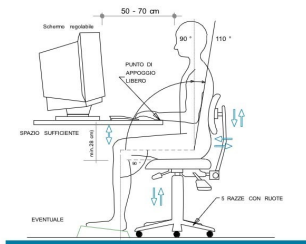
Obblighi dei Lavoratori

(art. 20 D.Lgs. 81/2008)

I lavoratori sono tenuti a:

- utilizzare correttamente attrezzature e dispositivi;
- rispettare le indicazioni ricevute in materia di salute e sicurezza;
- segnalare tempestivamente eventuali anomalie, guasti o condizioni di rischio.

Postazione di lavoro



Tavolo di lavoro Corretta posizione del tavolo di lavoro

