

# ISTRUZIONI PRELIMINARI PER UNA BUONA SALUTE E ZERO INFORTUNI LAVORANDO IN ALBERGO, IN UN RISTORANTE O IN UNA PIZZERIA



*MonteNobilità Bell. 2014*

**Vademecum per lavoratori stranieri  
A cura di EBT Provincia di Venezia**

## **INDICE**

LA LEGGE .....	5
I PROTAGONISTI DELLA SICUREZZA NELLE AZIENDE DEL SETTORE TURISTICO .....	6
IN ALBERGO.....	8
NEL RISTORANTE, IN PIZZERIA.....	10
PRINCIPI GENERALI .....	13
GLI ACCERTAMENTI SANITARI .....	23
PROTEGGIAMO I LAVORATORI PIÙ VULNERABILI .....	24
E TU COSA NE PENSI ? .....	26

## PRESENTAZIONE EDIZIONE 2014

Molto volentieri presento questo lavoro frutto di un gruppo di qualificati operatori della prevenzione occupazionale, ma se mi consentiranno gli altri amici, soprattutto dell'impegno e dell'entusiasmo di Roberto Montagnani, con il quale condivido da anni stima, amicizia ed anche lavori ed esperienze comuni.

Non è certo casuale che il tema su cui sono stati dedicati gli sforzi del gruppo di lavoro coordinato da R Montagnani, sia anche uno dei tre temi caratterizzanti il 77° Congresso Nazionale della nostra Società Scientifica.

Vi è in altre parole la consapevolezza anche di una Società Scientifica che le problematiche che riguardano questo multiforme ed articolato mondo del lavoro non possano più essere neglette. Esse meritano al contrario una messa a punto metodologica riguardante i vari aspetti della prevenzione e poi della promozione di salute e sicurezza. E ciò va fatto dalla valutazione dei rischi, dalla individuazione delle misure preventive collettive ed individuali, alla sorveglianza sanitaria ed epidemiologica.

L'opera si dipana ,non senza una certa originalità, dagli obblighi di legge in generale, alla individuazione delle figure di riferimento che in un ambito così frammentato diventa decisiva, alla suddivisione nei settori lavorativi più rappresentativi, ai principi preventivi ed infine alla sorveglianza sanitaria .

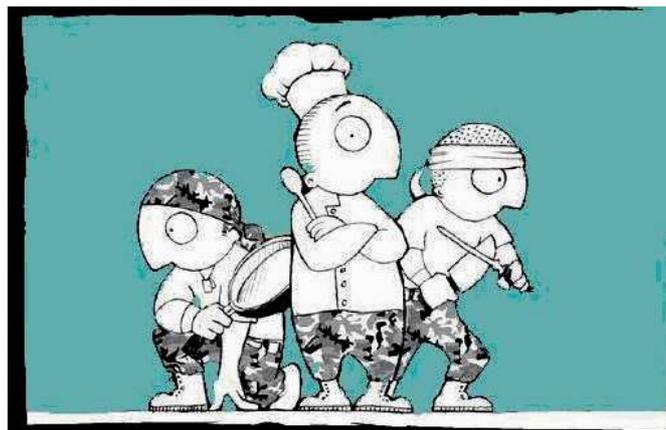
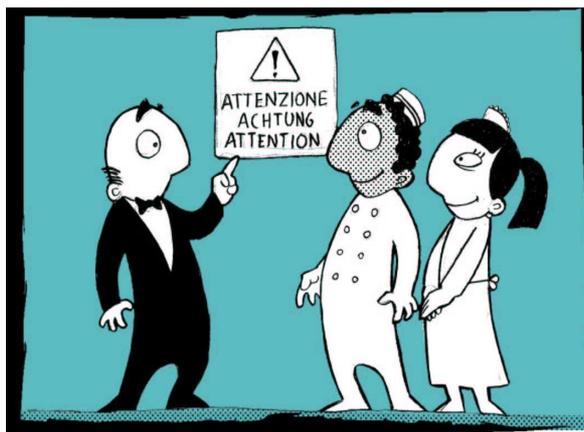
Di particolare valore è parso a me lo sforzo che attraversa tutta la pubblicazione di renderla di facile ed immediata comprensione ,di evidenziare le cose più importanti da integrare in azioni e comportamenti, di presentare il tutto in forma graficamente simpatica.

La previsione poi di uno sforzo per tradurre in varie lingue l'opera mi sembra un valore aggiunto straordinario considerata la ben nota composizione multietnica dei destinatari.

Complimenti ancora ,cari amici e caro Roberto per quanto avete fatto e mi sento facilitato profeta nel prevedere la fortuna di questa pubblicazione che ho avuto l'onore di presentare.

Prof Pietro Apostoli

Presidente della Società Italiana di Medicina del Lavoro e Igiene Industriale (SIMLII)



Questo documento è stato scritto in piu' lingue in modo che il testo possa essere letto con facilità anche da lavoratori stranieri; la versione in italiano è predisposta per poter essere anche ascoltata con la sintesi vocale sugli smartphone ed i tablets (con una buona qualità, utilizzando appositi software).

Questo vademecum è il risultato di un lavoro collettivo; oltre a professionisti dell'Ente Bilaterale del Turismo della Provincia di Venezia (EBT VENEZIA): Roberto Montagnani, medico del lavoro, Domenico Simone, Direttore EBT VENEZIA, Marco Ghezzi, architetto, esperto in sicurezza del lavoro, hanno contribuito in molti;

per i testi:

Alessandro Vaglio, cardiologo dell'ospedale S. Giovanni e Paolo di Venezia  
 Franklin Esoka Esemè, infettivologo dell'ospedale dell'Angelo di Mestre  
 Fabio Strambi, medico del lavoro, esperto di ergonomia, dell'Asl n. 12 di Siena  
 Paolo Giglioni, tecnico della prevenzione della Asl n. 12 di Siena  
 Pietro Apostoli, Presidente della Società Italiana di medicina del lavoro  
 Emma Sala, esperta in ergonomia dell'istituto di medicina del lavoro dell'Università di Brescia  
 Camillo Conigliaro, ingegnere, esperto di sicurezza del lavoro, Venezia  
 Danilo Bontadi, medico del lavoro, dirigente dell'Anma - Associazione Nazionale dei Medici d'Azienda e competenti

le vignette sono opera di Studio 15, Marcon (Venezia) e Silvana Andreacchio, Venezia;

alla messa a punto di molte vignette ha contribuito Giuseppe Ceretti, biologo ed esperto in primo soccorso, Venezia

la traduzione in inglese è stata rivista da Carlo Condoluci receptionist del Park Hotel Villa Vicini di Preganziol (Treviso)

la traduzione in francese è stata rivista da Alice Chamila Marianni, laureata in lingue, Venezia

La Cooperativa Olivotti di Mira ha curato la traduzione in lingua bangla; Uddin Mohi, pizzaiolo al Gino's Pizza di Venezia, ha contribuito alla traduzione in lingua bangla

L'associazione Sunugal dei senegalesi di Marghera (con Mbaye N.Thiam, Babacar Diop e Abdoul Ndoye, tutti lavoratori del settore) ha dato utili spunti e suggerimenti su diversi argomenti

L'immagine di copertina è di Nicoletta Ballarin, medico del lavoro, Dirigente dello SPISAL dell'Asl 12 di Venezia.

# LA LEGGE

Questa che stai leggendo o sentendo è una piccola guida che illustra i principali punti di prevenzione nel lavoro nel settore alberghi - ristoranti.



Questo materiale informativo non ha l'obiettivo di sostituirsi alla formazione specifica per la salute e la sicurezza del lavoro che ogni azienda deve disporre per i propri dipendenti, ai sensi della vigente normativa. Si propone di integrarla e dare ad essa spunti per approfondimenti.

Noi presentiamo e discutiamo qui problemi che crediamo importanti, ma saranno poi le persone che curano la formazione per i rischi lavorativi nella tua azienda ad aggiungere quanto serve perché la tua salute e la tua sicurezza nel luogo di lavoro siano sempre garantite.

Un punto fondamentale è che la Costituzione italiana tutela al 100% la salute e la sicurezza nel lavoro; quindi, se tu vedi qualcosa che può mettere a rischio la salute o la sicurezza tua o di un tuo collega, anche se è solo un dubbio (essere attenti alla sicurezza è un merito, non certo una colpa) puoi rivolgerti a chi in azienda ha l'incarico di vigilare sulla sicurezza, oppure al Rappresentante dei Lavoratori per la Sicurezza (RLS - nel nostro paese deve esserne eletto o nominato almeno uno in ogni azienda, ente o società), affinché siano fatte le verifiche del caso ed eventualmente vengano poi realizzate le modifiche necessarie.

Se non riesci a contattare il preposto alla sicurezza, né il RLS, allora è il caso di parlare con il datore di lavoro: è lui la persona cui compete per legge di garantire un ambiente di lavoro sicuro e sano.

# I PROTAGONISTI DELLA SICUREZZA NELLE AZIENDE DEL SETTORE TURISTICO

Il più importante, come abbiamo detto, è sicuramente il datore di lavoro, perché è lui il primo responsabile della prevenzione in tutte le aziende /enti/società.

Il numero ed il ruolo degli altri "protagonisti" cambia secondo le dimensioni dell'azienda e la tipologia delle attività lavorative che vengono svolte.

Il Servizio di Prevenzione e Protezione collabora con il datore di lavoro nella effettuazione della valutazione dei rischi e nell'elaborazione del relativo documento; predispone le misure di sicurezza da adottare per eliminarli o ridurli; programma l'informazione e la formazione generale e specifica dei lavoratori; quando è presente, questo servizio viene coinvolto su ogni questione concernente la sicurezza del lavoro in azienda.

A volte il Servizio di Prevenzione e Protezione non viene attivato, perché la legge dà la possibilità ai datori di lavoro delle piccole imprese di svolgere direttamente i compiti propri di questo Servizio.

I casi in cui è consentito lo svolgimento diretto da parte del datore di lavoro dei compiti di prevenzione e protezione dai rischi sono questi:

- |                                    |                    |
|------------------------------------|--------------------|
| 1. Aziende artigiane e industriali | fino a 30 addetti  |
| 2. Aziende agricole e zootecniche  | fino a 10 addetti  |
| 3. Aziende della pesca             | fino a 20 addetti  |
| 4. Altre aziende                   | fino a 200 addetti |

Il Rappresentante dei Lavoratori per la Sicurezza (RLS) svolge l'importante ruolo di portavoce dei lavoratori per la prevenzione; egli viene eletto o designato dai lavoratori (nel numero di 1 sino a 200 dipendenti e di 3 se i dipendenti sono da 201 ai 1000).

Con il contributo dei colleghi, egli è operativo per la tutela della salute e della sicurezza nel lavoro.

Nelle aziende in cui i lavoratori non hanno eletto un RLS, viene nominato dalle parti sociali su base territoriale o di comparto produttivo il Rappresentante Territoriale dei Lavoratori per la sicurezza (RLST), che svolge la funzione di RLS per tutte le aziende di un determinato territorio o di un comparto.

In ogni azienda devono essere nominati gli addetti al primo soccorso; essi ricevono a spese del Datore di Lavoro la formazione prevista con appositi corsi teorico/pratici a cura di personale medico. I lavoratori designati per svolgere il compito di addetti di primo soccorso non possono rifiutare la nomina se non per giustificati motivi.

Anche gli addetti all'emergenza e alla prevenzione incendi devono essere nominati in tutti i luoghi di lavoro; il percorso formativo di questi addetti è dimensionato in base al rischio incendio (basso - medio - elevato) prevede corsi effettuati a cura del Comando Provinciale dei Vigili del Fuoco o di personale specializzato; anche in questo caso gli addetti non possono rifiutare la designazione se non per giustificati motivi.

Gli addetti all'emergenza- antincendio e gli addetti al primo soccorso sono in contatto costante con il datore di lavoro, che ha la responsabilità della squadra di emergenza e con il Servizio di Prevenzione e Protezione.

Gli addetti al primo soccorso sono coordinati dal medico competente; se il medico competente non è stato nominato, essi si possono avvalere della consulenza di personale sanitario qualificato delle strutture pubbliche di Emergenza sanitaria (118).

Il medico competente viene nominato dal Datore di Lavoro quando vi è l'obbligo della "sorveglianza sanitaria"<sup>1</sup> (nel settore turistico, per esempio, in presenza di lavoratori addetti continuativamente al lavoro al videoterminale, se c'è lavoro notturno, nel caso di un'attività continuativa di sollevamento manuale di pesi, ecc.).

Il medico competente, oltre ad effettuare la sorveglianza sanitaria, dà a tutti i lavoratori interessati informazioni sugli accertamenti sanitari e sui relativi esiti, rilasciando loro copia dei referti.

Il Testo Unico stabilisce che il medico competente debba collaborare con il datore di lavoro anche per la valutazione dei rischi (per i rischi relativi alla prevenzione delle malattie da lavoro, lo stress, l'ergonomia, il rischio biologico ecc.).

I preposti hanno essenzialmente un ruolo di vigilanza; debbono verificare che i lavoratori che da loro dipendono svolgano il lavoro nel pieno rispetto delle regole di sicurezza imposte dalla legge e dagli organi dirigenti dell'azienda.

Anche i preposti ricevono a cura del datore di lavoro una specifica formazione in materia di salute e sicurezza. Lo svolgimento del ruolo di preposto ha una sua specifica utilità nelle aziende maggiori, dove esistono più reparti e uffici. Quando non sono individuati preposti, saranno il servizio di prevenzione protezione o il datore di lavoro a garantire lo svolgimento di un'efficace azione di controllo del rispetto delle regole per la salute e la sicurezza del lavoro.

Il coinvolgimento delle lavoratrici e dei lavoratori è fondamentale per ottenere un progresso reale nella prevenzione. I lavoratori hanno il diritto di comprendere quali siano i loro doveri riguardo alla sicurezza e debbono essere messi in grado di rispettarli; quindi è necessario che essi abbiano una chiara consapevolezza dei rischi lavorativi e delle misure necessarie per eliminarli o almeno contenerli. La formazione è un punto cruciale, ma è altrettanto importante che, una volta completato il percorso formativo, essi siano addestrati "sul campo" a seguire le regole di sicurezza che la loro azienda ha adottato.

---

<sup>1</sup> Per sorveglianza sanitaria nei luoghi di lavoro si intende il controllo periodico dello stato di salute dei lavoratori a cura di un medico specialista in medicina del lavoro (cfr. seguito).

## IN ALBERGO

### GLI INFORTUNI PER SCIVOLAMENTO, INCIAMPO, CADUTE

Questo tipo di infortuni è il più frequente nel settore; spesso, per fortuna, si tratta di infortuni con conseguenze lievi (distorsioni, piccole contusioni), talora, però possono esserci conseguenze più gravi, sia per lavoratori che per ospiti, come fratture o traumi cranici. Dobbiamo impegnarci per evitarli.



Nel lavoro si devono sempre indossare scarpe appropriate: le calzature di sicurezza con la suola antidrucciolo che la tua ditta ti ha fornito.

Quando si salgono o scendono le scale è giusto tenere sempre almeno una mano libera, pronta per tenersi al corrimano.

Bisogna mantenere sempre asciutti e puliti i pavimenti durante l'attività lavorativa. Dobbiamo tutti fare attenzione a questo

aspetto e, anche, a mantenere liberi i percorsi, non lasciando carrelli o altri oggetti ingombranti nelle aree di passaggio.

Quando si fanno lavori al di sopra delle nostre spalle, dobbiamo utilizzare una scala a base larga o un trabattello dichiarato sicuro da chi è preposto alla sicurezza, per non rischiare di cadere. Non devono essere presenti nelle vie di passaggio cavi elettrici o prolunghe, anche se collocati temporaneamente (aspirapolvere, computer, ecc.).

### CONTATTO DELLA PELLE O DEGLI OCCHI O INALAZIONE DI PRODOTTI CHIMICI PERICOLOSI

Nelle aziende dell'ospitalità e della ristorazione possono esserci sostanze chimiche



pericolose tra i liquidi di pulizia, i disincrostanti, i detersivi concentrati per piatti, pentole e bicchieri, i prodotti di sanificazione, i disinfettanti, i prodotti per la pulizia dei forni, nelle manutenzioni ecc.

Per i lavoratori che utilizzano questi prodotti i rischi sanitari che più frequentemente vengono a crearsi sono quelli che derivano dal contatto dei prodotti con la pelle o con gli occhi.

**PRODOTTI PERICOLOSI?** Le prime informazioni circa i rischi per la salute e le cautele da osservare nell'impiego si possono ricavare dalle etichette dei prodotti, che non debbono mai essere rimosse dalle confezioni.

Nell'etichetta si vedono i simboli di pericolo che indicano se il prodotto è: Infiammabile, Tossico, Corrosivo, Nocivo, Irritante, Pericoloso per l'ambiente ecc.

A causa della mancanza di spazio, l'informazione sulle etichette spesso è incompleta; tuttavia, per tutti i prodotti pericolosi per la salute, i produttori o i fornitori mettono a disposizione degli utilizzatori delle schede, chiamate schede dei dati di sicurezza, in cui i rischi per la salute e le misure di prevenzione da adottare sono illustrati per esteso.

I rischi specifici sono sempre indicati nella scheda di sicurezza con frasi sintetiche che spiegano il tipo di rischio.



Per legge, etichette e schede di sicurezza devono essere in lingua italiana, se hai dubbi fatti spiegare da chi è preposto alla sicurezza.

Ricordati di:

- utilizzare i guanti nelle operazioni che comportano l'utilizzo di prodotti chimici;
- conservare i prodotti nei contenitori originali muniti di etichetta originale;

-non miscelare prodotti chimici incompatibili tra di loro in quanto possono sviluppare miscele tossiche: ad es. disincrostante con varechina;

- attenzione al travaso di prodotti o sostanze da contenitori di grande capacità a quelli di minor capacità, per evitare possibili schizzi di liquidi sugli occhi e sulle parti di corpo non protette;

-aerare gli ambienti (es. aprire le finestre) nel corso dell'impiego di prodotti chimici pericolosi;

-immagazzinare i prodotti e le sostanze in aree a questo utilizzo dedicate o comunque ben separate dai luoghi di lavoro o di passaggio;

Inoltre, per lo svuotamento dei cestini dei rifiuti, ricordati di:

-utilizzare i guanti;

-usare strumenti per pressare i rifiuti nei sacchi (paletta, ecc).

## NEL RISTORANTE, IN PIZZERIA

### UTILIZZO DI MACCHINE ED UTENSILI



Gli infortuni nel lavoro con macchine e utensili (ad es. nel lavoro di cucina, nelle manutenzioni) costituiscono un altro punto importante della prevenzione: gli infortuni con utensili e macchine possono essere anche gravi.

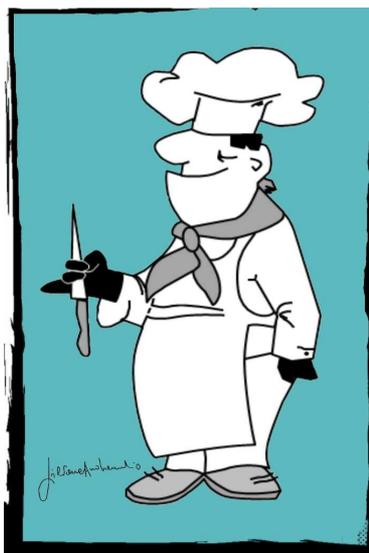
Non rimuovere per nessun motivo i dispositivi di protezione delle macchine e in caso di guasto avvisare tempestivamente il preposto alla sicurezza o il datore di lavoro.

Non si deve mai intervenire sulle macchine se non si è abilitati e si ha l'approvazione del titolare o del preposto alla sicurezza.

Ricordati che le attrezzature elettriche devono essere utilizzate sempre con mani o guanti ben asciutti, lontano da liquidi e devono essere collegate sempre direttamente alle prese (no multi prese).

### FERITE DA TAGLIO ABRASIONI

#### I NUOVI GUANTI IN DYNEEMA, LEGGERI E MOLTO RESISTENTI, PREVENGONO LE FERITE DA TAGLIO



Bisogna fare attenzione nella pulizia di coltelli e attrezzi taglienti; usare massima cautela nel passaggio di utensili e nell'afferrare i coltelli; bisogna richiedere e utilizzare i guanti fatti con i nuovi materiali di sicurezza (Dyneema - guanti speciali comodi e leggeri) nelle operazioni di taglio quando il lavoro mette a rischio le mani.

Nelle operazioni di disossamento dobbiamo richiedere e indossare anche adeguate protezioni per il corpo, per evitare ferite al torace o all'addome.

## SCOTTATURE USTIONI

Dobbiamo usare la massima cautela nel maneggio di pentole con acqua bollente evitando il contatto con le parti metalliche.

Bisogna effettuare gli spostamenti di pentolame pesante con l'ausilio dei colleghi.

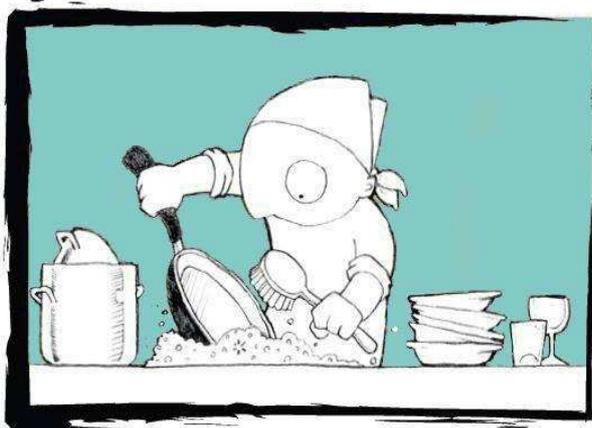
Durante le operazioni di friggitura bisogna prestare massima attenzione all'immissione e al recupero dei cibi per evitare schizzi e sgocciolamenti.

Si devono utilizzare guanti e protezioni specifiche per il corpo durante le operazioni che prevedono utilizzo e contatto con i forni e attrezzature o tipologie di cottura che utilizzino il vapore.

Bisogna porre la massima attenzione nel trasporto in sala dei piatti o delle bevande ustionanti e utilizzare, se necessario, vassoi adeguati.

## LAVORI "UMIDI"

Un altro aspetto critico del lavoro nelle cucine è quello della necessità di protezione delle mani dall'effetto macerante, possiamo così chiamarlo, del prolungato contatto delle mani



con l'acqua: nel lavare piatti, posate, stoviglie ecc..Questo contatto prolungato, provoca una dermatite, chiamata proprio "dermatite da lavori umidi". I segni/sintomi di questa dermatite sono: arrossamento della pelle, vescicole, papule, prurito, secchezza delle mani, fessurazioni, indurimento e ispessimento della pelle, talora anche infezioni cutanee; naturalmente è importante anche in questo caso la protezione personale: sono disponibili oggi guanti perfettamente

protettivi, molto leggeri e veramente comodi. Se ti è possibile, cerca di alternare, sia in cucina che durante le attività di pulizia, le attività a contatto con l'acqua alle altre di tua competenza, per ridurre il tempo di permanenza delle mani in acqua (ad esempio alternare il lavaggio manuale pentole con il riempimento/svuotamento della lavastoviglie, la pulizia dei bagni con lo spolvero degli arredi ecc.)

## MICROCLIMA



Mantenere la temperatura ambientale in limiti convenienti permette di evitare pregiudizio alla salute dei lavoratori (stress termico, colpi di calore) e a garantire, nel maggior grado possibile, le condizioni di comfort. Molte attività, anche nel turismo, possono richiedere notevole impegno fisico e mentale se effettuate in condizioni climatiche sfavorevoli.

Il vestiario di lavoro deve essere sempre adatto alle condizioni ambientali.

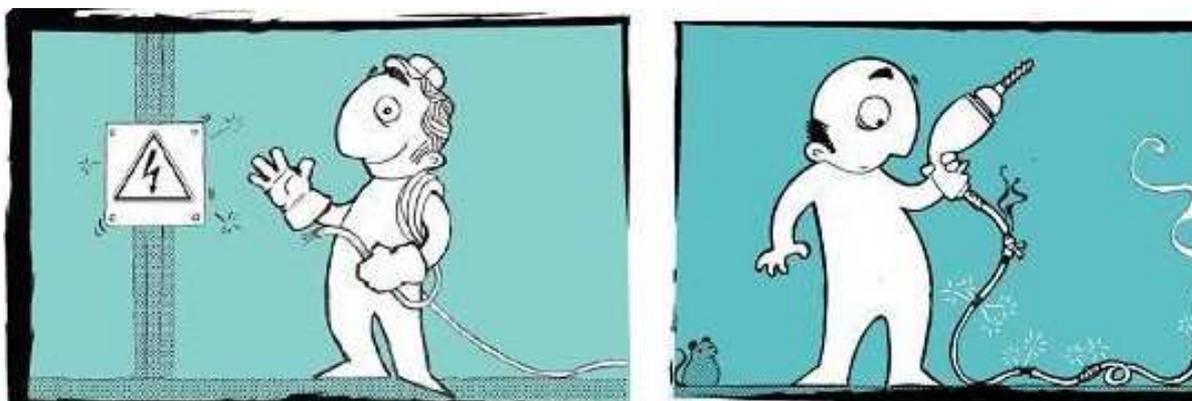
Per attività all'esterno, in inverno, s deve poter avere un buon giaccone e una buona protezione delle orecchie e delle mani; in estate, scarpe e vestiario leggero possibilmente in tinte chiare. Per l'ingresso in celle frigorifere deve sempre essere utilizzato un giaccone.

In cucina è opportuno adeguare l'abbigliamento alle condizioni microclimatiche e bere sempre molta acqua, anche nella stagione invernale.

## PRINCIPI GENERALI

### INFORTUNI ELETTRICI

Oltre ai contatti diretti con fili e apparecchiature in tensione, occorre considerare il pericolo di contatti indiretti con la corrente elettrica: sono quelli che avvengono con parti normalmente non in tensione (ad esempio l'involucro di una apparecchiatura, di uno strumento etc.), divenute in tensione a seguito un guasto interno o per la perdita di isolamento. In questi casi toccando l'involucro dell'apparecchio guasto, il corpo umano è sottoposto al passaggio della corrente.

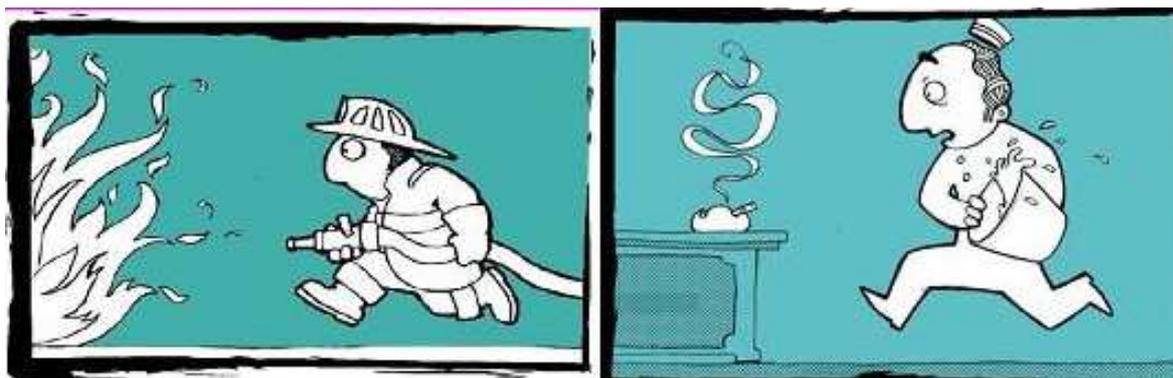


**BISOGNA SEMPRE ISPEZIONARE BENE LE APPARECCHIATURE ELETTRICHE PRIMA DI COLLEGARLE!**

Bisogna stare molto attenti a che l'acqua o spandimenti di sostanze chimiche non investano fili e attrezzature elettriche. Chiedi che siano subito sostituiti prese, interruttori o fili danneggiati. Bisogna sempre limitare il sovraccarico delle ciabatte.

### PREVENZIONE DEGLI INCENDI

L'incendio è il prodotto contemporaneo della presenza di tre elementi (materiale combustibile - ossigeno - innesco). Per evitare un incendio, quindi, si deve fare attenzione a che questi tre elementi non siano presenti contemporaneamente.



Pertanto negli ambienti di lavoro non vanno accatastati materiali combustibili in presenza di potenziali sorgenti di innesco (attrezzature elettriche, lavorazioni che utilizzino fiamme o altre sorgenti di innesco ecc.). Attenzione: bisogna che chi ne ha la responsabilità, controlli che gli impianti elettrici siano a norma; molti incendi sono infatti innescati da anomalie degli impianti elettrici. Alla fine del loro utilizzo, apparecchi ed attrezzature elettriche non vanno mai lasciati in tensione.

Ricordati:

- che nel caso si sviluppi un incendio, il fuoco produce gas tossici che tendono ad andare verso l'alto della stanza, per cui l'aria più respirabile è vicino al pavimento.
- nell'allontanarsi dal luogo dell'incendio, quindi, devi respirare nella zona bassa del locale interessato e seguire le procedure previste dal piano di emergenza (obbligatorio in tutte le attività ricettive), per la sicura evacuazione dei locali.

## RISCHIO BIOLOGICO

Con questo termine ci si riferisce al rischio di contrarre malattie a seguito dell'esposizione a virus, batteri, funghi microscopici, parassiti; talora è la puntura di insetti a trasmettere alle persone questi microorganismi. Parliamo di malattie infettive, principalmente, ma non solo queste. Microorganismi ed insetti possono essere infatti anche all'origine di malattie allergiche. Bisogna fare attenzione nel riassetto delle stanze a possibili contatti con sangue e liquidi biologici, se si hanno piccole ferite si possono



assorbire germi. Così anche quando si raccoglie e smista la biancheria sporca.

Si raccomanda di usare sempre guanti monouso, che, per prevenire allergie provocate dal lattice, saranno preferibilmente in vinile o in nitrile.

Attenzione a possibili oggetti taglienti dimenticati dai clienti. Attenzione anche nella raccolta dei rifiuti: potrebbero esserci aghi, siringhe, lamette.

La polvere di farina può provocare manifestazioni allergiche, dovute a un parassita: l'acaro della farina. I sintomi sono: rinite, asma, congiuntivite, dermatite, dovute alla sensibilizzazione alla polvere di macinati di frumento. Sono molte le persone che si sensibilizzano alla farina e bisogna stare attenti ad evitarlo, sollevando la polvere il meno possibile, utilizzando una superficie di lavoro leggermente inumidita (meglio se di acciaio), utilizzando coperchi a tenuta nelle impastatrici e negli agitatori. Se lavorando (o



dopo aver lavorato) con la farina, senti bruciore agli occhi, hai il naso chiuso o ti viene la tosse parlane con il medico competente.

Anche le punture di insetti possono dare problemi di salute. La puntura di insetti, alle nostre latitudini, nella maggior parte dei casi, è un evento non grave (causa solo prurito e un dolore locale), non richiede interventi medici, solo un impacco freddo, un po' ammoniacca (o un po' di aceto.)

Alcune persone però sono particolarmente sensibili alle punture di imenotteri (api, vespe e calabroni) e possono avere una reazione allergica generalizzata (orticaria diffusa, arrossamenti della pelle in più parti del corpo, difficoltà di respiro, vomito).

Fa' attenzione anche a questo e, nel caso di dubbi, parla con il medico competente.

## ERGONOMIA

L'Ergonomia ha come oggetto l'attività umana in relazione alle condizioni ambientali, strumentali e organizzative in cui si svolge. Il fine è l'adattamento di tali condizioni alle esigenze dell'uomo, in rapporto alle sue caratteristiche e alle sue attività. Nata per studiare e far rispettare nella progettazione una serie di norme che tutelano la vita del lavoratore e accrescono l'efficienza e l'affidabilità dei sistemi uomo-macchina, l'ergonomia ha allargato il proprio campo di applicazione in funzione dei cambiamenti che sono sopravvenuti nella domanda di salute e di benessere.

L'obiettivo attuale è quello di contribuire alla progettazione di oggetti, servizi, ambienti di vita e di lavoro, perché rispettino i limiti dell'uomo e ne potenzino le capacità operative.

Un esempio importante è rappresentato dal contributo che può fornire l'ergonomia a definire il giusto livello di movimento e di attività fisica delle lavoratrici e dei lavoratori. Condizioni opposte di immobilità o di eccessivo lavoro sono considerate fonte di usura e quindi sfavorevoli al nostro organismo. Eventuali disturbi non derivano solo dal sollevare un carico di pesi eccessivo o da movimenti forzati e ripetitivi, ma sono anche connessi alle attività sedentarie. Il lavoro nel settore alberghiero si caratterizza anche per il ruolo importante assunto della movimentazione di carichi nell'organizzazione del lavoro, particolarmente nelle cucine e nel lavoro ai piani e nei magazzini, insieme con la "pressione " che sul nostro apparato locomotore esercitano le attività di lavoro in posizioni difficili.

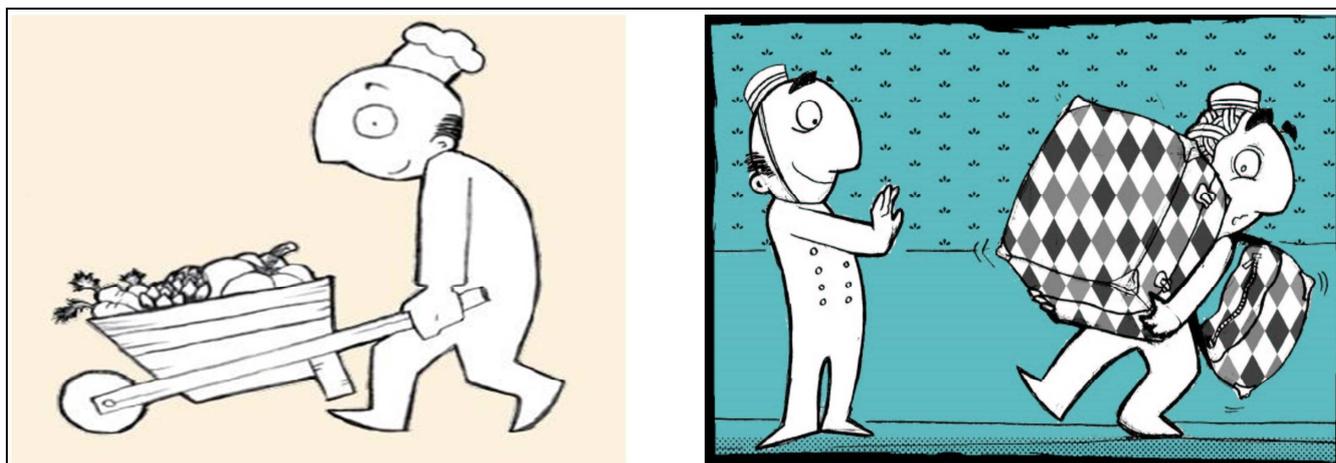
Inoltre, i lavoratori di questo settore, si trovano talvolta a svolgere le loro attività in postazioni di lavoro particolari che li costringono ad assumere posizioni sfavorevoli, come nella pulizia dei bagni, nel cambio delle lenzuola nei letti bassi, nella pulizia di arredi ecc.

Durante le pulizie è necessario:

- evitare di svolgere movimenti bruschi e rapidi
- non assumere posizioni scomode, non lavorare in punta di piedi ma utilizzare scalette, non piegare la schiena, ma flettere le ginocchia per pulire le parti inferiori degli arredi o il pavimento sotto i letti,
- mantenere una postura a schiena dritta durante l'uso dello spazzettone, scopa o aspirapolvere, impugnando in apice i manici
- porre attenzione ad alternare le attività più pesanti (es. rifacimento letti/pulizia vetri) a quelle più leggere (spolvero/uso aspirapolvere)
- porre attenzione ad alternare attività svolte con le braccia alzate ad attività svolte senza sollevare le spalle (per esempio pulire i vetri e poi i pavimenti);

Bisogna agire preventivamente per quanto è possibile:

- tenere custoditi i materiali più pesanti d'impiego ordinario ad altezza fianchi (la zona operativa giusta per alzare e trasportare pesi);
- usare aspira polvere leggeri e ben inclinabili; impiegare carrelli di servizio facili da trasportare e con ruote adatte ai tipi di pavimenti presenti, anche a quelli con moquette.



Nelle varie operazioni dove è presente la movimentazione manuale dei carichi è importante limitare il peso da spostare o sollevare, e per questo:

- non riempire i sacchi per la spazzatura in maniera eccessiva;
- utilizzare appositi carrelli per lo spostamento dei sacchi della spazzatura e della biancheria sia pulita che sporca;
- non riempire eccessivamente i carrelli (meglio effettuare più trasporti di carrelli meno pieni)
- accertarsi che non vi siano ostacoli lungo il tragitto nei quali sia possibile inciampare;
- quando possibile usare l'ascensore;
- chiedere l'aiuto di un'altra persona per girare i materassi e per sollevare i pentoloni;
- usare un carrello per il rifornimento della dispensa;
- evitare di trasportare troppi piatti per volta;
- adottare posizioni del corpo adeguate quando si solleva un peso:
  - piegare le ginocchia mantenendo la schiena dritta;
  - tenere un piede più avanti dell'altro;
  - fare leva sulla muscolatura delle gambe, flettendole, anziché caricare i muscoli della schiena;
  - mantenere la schiena in posizione eretta
  - tenere il carico al più possibile vicino al corpo, mantenendo le braccia piegate;
  - evitare le torsioni del busto e le inclinazioni del tronco;

- 
- bisogna evitare, per quanto possibile, di prelevare o depositare carichi a terra o sopra l'altezza della propria testa .

Deve essere evitato di trasportare da soli a mano:

- le casse di acqua minerale,
- i fusti di olio o bevande o altri materiali pesanti.

In questi casi bisogna far ricorso sempre ad idonei mezzi meccanici o all'aiuto dei colleghi di lavoro.



I facchini devono sempre utilizzare idonei carrelli se le valigie sono sprovviste di ruote.

Se il lavoro richiede un prolungato stazionamento in piedi (reception, vigilanza, controllo, stiratura ecc.) - bisogna sempre variare periodicamente la propria posizione, per quanto possibile.

Rimanere fermi immobili è negativo per la salute del nostro apparato locomotore e per la

circolazione, non è giusto lavorare sempre in piedi.

Devono essere a disposizione sedie o sgabelli per potersi mettere seduti quando vi sono pause dell'attività.

Anche stare a lungo in piedi in movimento richiede calzature speciali, che non abbiano soles troppo morbide e siano fornite di un buon sostegno al piede. L'applicazione dei principi ergonomici può migliorare molto anche le attività di barman e camerieri.

## IL TUO RUOLO NELL' ORGANIZZAZIONE DEL LAVORO

Cerca di essere coinvolto per quanto possibile nella programmazione dei turni, nell'organizzazione delle ferie, nella scelta delle macchine e attrezzature e dei prodotti da utilizzare e del vestiario: cogli sempre le occasioni di partecipazione che ti sono offerte; partecipare all'organizzazione del lavoro è un tuo diritto.

Fa in modo che ti siano garantite pause giuste per il tuo lavoro (informati per questo anche con il rappresentante dei lavoratori per la sicurezza.)

Richiedi la formazione professionale e l'aggiornamento necessari allo svolgimento delle tue attività, lo stabilisce il Testo Unico sulla Sicurezza del Lavoro.

Non dimenticare mai che la solidarietà umana e professionale tra colleghi aiuta a lavorare meglio e fa bene alla salute.

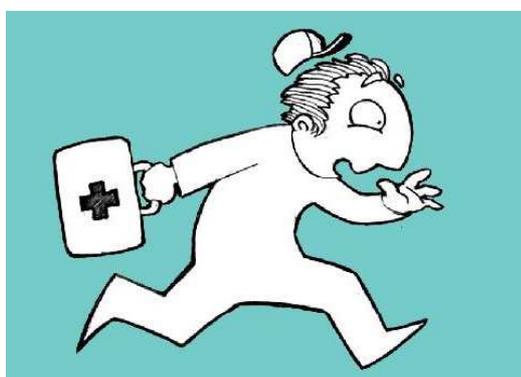
## LOGISTICA



Per i lavori prolungati in esterno dobbiamo sempre avere a disposizione servizi igienici adeguati, la legge lo richiede.

Se ci troviamo a lavorare da soli dobbiamo avere a disposizione un efficace sistema di comunicazione e una modalità ben definita e valida per segnalare eventuali situazioni di pericolo.

## PRIMO SOCCORSO ED EMERGENZE



È importante sapere dove è la cassetta di primo soccorso e chi la gestisce, come ci si organizza, che cosa è necessario fare per "casi semplici", che non richiedono l'intervento degli addetti di primo soccorso: per esempio le medicazioni per piccole ferite o piccole ustioni.

Qual è il numero di contatto con il medico competente?

Chi sono gli addetti al primo soccorso?

Numerosi alberghi e alcuni ristoranti si sono dotati del defibrillatore semiautomatico (DAE), un dispositivo utilizzabile anche da personale non sanitario dopo breve addestramento; questo dispositivo rende molto maggiori le possibilità di successo della rianimazione precoce nei casi di arresto cardiaco. È importante sapere se questo dispositivo è presente nel luogo di lavoro e chi è addestrato ad utilizzarlo.



Questo simbolo, collocato in posti visibili a tutti, indica le vie di fuga, che portano in caso di emergenza all'aperto o in un altro luogo sicuro. Le vie di fuga garantiscono, in presenza di pericolo, l'abbandono rapido dei luoghi di lavoro. Vale per tutte le emergenze: fuoco, esplosioni, fughe di gas, calamità naturali ecc. Non soltanto in queste occasioni eccezionali dovresti cercare questo

simbolo nel luogo di lavoro. È importante imparare bene il percorso delle vie di fuga.

In caso di emergenza infatti si può essere impauriti e confusi e può darsi che il fumo impedisca di vedere, per cui non è possibile individuare i simboli. Se memorizzi le vie di fuga indicate da questo simbolo non dovrai cercarle in caso di bisogno.

## NIENTE ALCOL NÉ DROGHE NEI LUOGHI DI LAVORO

Anche nel settore turistico ci sono attività di lavoro per le quali la legge vieta in modo assoluto l'assunzione di alcol e sostanze stupefacenti (per es. se si guidano auto, camion, motoscafi o mezzi di trasporto merci). Bisogna, in queste situazioni, non assumere alcol o sostanze stupefacenti nemmeno nel periodo che precede l'entrata in servizio in modo da essere completamente esenti dagli effetti negativi di queste sostanze durante il lavoro.



Anche l'assunzione di piccole quantità è sufficiente per ridurre i riflessi, annebbiare la vista, provocare colpi di sonno. Per questo le recenti normative hanno rafforzato gli interventi di prevenzione e i controlli degli addetti alla vigilanza delle ASL, per far sì che in tutti gli ambienti di lavoro dove più elevato è il rischio di infortuni non ci siano né alcol, né sostanze stupefacenti.

La prevenzione si fonda prima di tutto sull'autocontrollo da parte dei lavoratori, sul loro senso di responsabilità.

## STILI DI VITA PER UNA BUONA SALUTE

### Cosa sono le malattie cardiovascolari?

Sono la conseguenza dell'arteriosclerosi, una malattia che colpisce le arterie provocando restringimenti e anche chiusura delle arterie. Ne deriva una riduzione della quantità di sangue che arriva ai diversi organi fino all'assenza completa del flusso. La riduzione o l'assenza di flusso di sangue si chiama ischemia. Tutti gli organi possono essere colpiti da arteriosclerosi.

Nei paesi occidentali, le principali cause di morte sono la malattia ischemica del cuore (angina e infarto del miocardio) e la malattia ischemica del cervello (paralisi passeggera o permanente): ad esempio in Italia queste costituiscono il 41% delle cause di morte. Nei paesi in via di sviluppo le cause di morte più frequenti sono altre: malnutrizione, malattie infettive, complicanze della gravidanza; ad esempio in Senegal solo il 12% della mortalità è attribuibile a malattie cardiovascolari; tuttavia l'Organizzazione Mondiale della Sanità prevede che nei prossimi anni le malattie cardiovascolari diventeranno la principale causa di morte anche nei paesi in via di sviluppo.

## Quali sono le cause?

Non esiste una causa unica, ma una serie di cosiddetti fattori di rischio che aumentano il rischio di malattia cardiovascolare. Si stima che i fattori di rischio<sup>2</sup> siano responsabili del 75% delle malattie cardiovascolari.

I principali fattori di rischio cardiovascolare sono identici in tutto il mondo: ipertensione, elevati livelli di grassi nel sangue, diabete mellito, sovrappeso, dieta povera di frutta, poca attività fisica, tabacco, alcool.



Cosa si può fare?

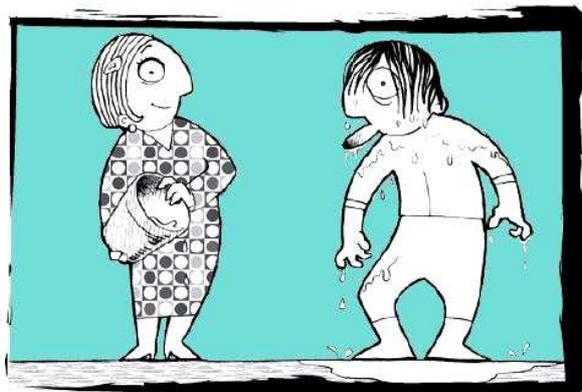
L'insieme dei provvedimenti che servono a ridurre il rischio si chiama prevenzione cardiovascolare. Quando compaiono segni di malattia è spesso necessario utilizzare dei farmaci o sottoporsi a procedure

terapeutiche di diverso tipo. La riduzione della mortalità da malattie cardiovascolari è attribuibile per il 50% a interventi sui fattori di rischio e per il 40% al miglioramento delle terapie. Perciò vale la pena di impegnarsi per ridurre il proprio rischio cardiovascolare.

### Cosa posso fare io?

1) Valuto le mie abitudini alimentari: una dieta salubre è la base della prevenzione cardiovascolare.

a- Gli acidi grassi saturi, di origine animale, devono costituire meno del 10% dell'apporto energetico totale e devono essere sostituiti da acidi grassi polinsaturi di origine vegetale.



b- Il sale deve essere ridotto a meno di 5 g/dì.

c- Si raccomanda di assumere 35-40 grammi di fibre vegetali assunte con farine integrali o frutta e verdura.

d- 200 g di frutta (2-3 porzioni).

e- 200 g di verdure (2-3 porzioni).

f- Pesce almeno 2 volte alla settimana, una volta con pesce ricco di olio di pesce (pesce azzurro).

g- Il consumo di alcool deve essere limitato a 20 g /dì per gli uomini e 10 g /dì per le donne (es. 2 bicchieri di vino al giorno per gli uomini e 1 per le donne).

2) Aumento l'attività fisica: gli adulti sani devono impiegare almeno 2,5-5 ore alla settimana in attività fisica di intensità moderata o 1-2,5 ore in attività fisica intensa. Le persone sedentarie devono essere fortemente incoraggiate a svolgere una attività fisica almeno leggera.

3) Smetto di fumare

<sup>2</sup> Fattori di rischio: tutti quei fattori (sostanze chimiche di impiego lavorativo, fumo di sigaretta, stress, rumore, macchine pericolose, inquinanti ambientali ecc.) che possono contribuire a determinare infortuni e/o malattie

4) controllo il peso: la riduzione del peso in persone sovrappeso o obese ha effetti favorevoli sulla pressione arteriosa e l'eccesso di grassi nel sangue.

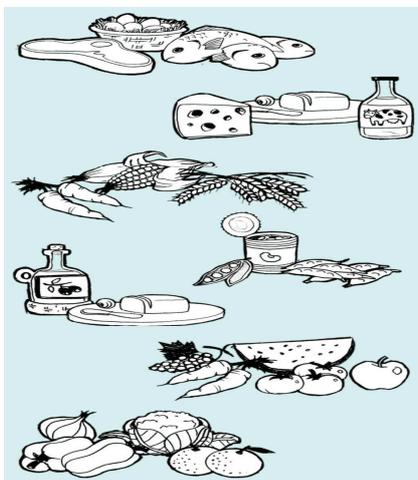
5) controllo la pressione arteriosa: se risulta ripetutamente elevata, possono essere necessari interventi medici e l'assunzione di farmaci.

6) richiedo un controllo degli esami del sangue per diabete, alterazioni dei grassi del sangue, funzione renale: questi controlli sono fortemente consigliati se uomo con più di 40 anni e donna con più di 50 anni. E' possibile che il riscontro di alterazioni di questi esami richieda provvedimenti medici quali diete specifiche o l'assunzione di farmaci.

7) Infine faccio attenzione ai segnali di allarme:

a) sensazione di oppressione al torace dolore al petto o affanno che compaiono durante sforzo fisico: ne parlo al mio medico; se gli stessi sintomi compaiono a riposo e durano a lungo richiedo trasporto in ospedale (118).

b) Incapacità di svolgere attività per mancanza di respiro: ne parlo al mio medico; se il disturbo è intenso, a riposo e peggiora rapidamente richiedo trasporto in Ospedale (118).

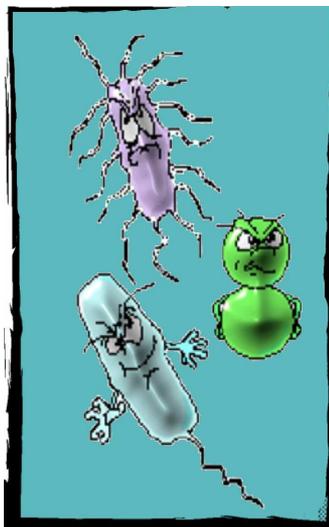


E' facile trovare in internet siti che pur avendo spesso finalità commerciali tornano comunque utili e contengono strumenti per calcolare il peso forma, la composizione degli alimenti, il consumo energetico di diverse attività.

In pratica calcolo il mio peso ideale, calcolo il mio fabbisogno di calorie, valuto il contenuto e la qualità dei grassi che assumo con la dieta, eventualmente modificando in particolare i condimenti e gli oli, scegliendo quelli più ricchi di acidi grassi polinsaturi e più poveri di colesterolo.

In tutti i casi i principi della prevenzione cardiovascolare non devono essere visti come una specie di farmaco amaro da assumere malvolentieri: si tratta di rivalutare ed eventualmente di modificare il proprio stile di vita e di alimentazione in una direzione che comunque può essere fonte di grandi soddisfazioni.

E' ben noto ad esempio l'effetto positivo sul tono dell'umore derivante da una regolare attività fisica e i cibi sani non sono meno buoni e saporiti.



## LA PREVENZIONE DELLE MALATTIE INFETTIVE

Come lavoratore straniero sei a rischio di molte malattie non trasmissibili che possono essere sottovalutate o trascurate, ma che hanno un alto impatto. L'impatto di queste malattie sulla salute e sull'attività lavorativa richiede attenzione non solo quando c'è bisogno di terapie, ma anche nell'attuazione di misure per prevenire la comparsa di queste malattie. Il cambiamento dello stile di vita in generale e l'alimentazione sono i fattori che influiscono maggiormente sulla manifestazione, a volte precoce, di alcune di queste malattie non trasmissibili.

Per esempio, l'ipertensione arteriosa, il diabete, le patologie cardiovascolari, l'insufficienza renale, patologie d'abuso di alcolici e stupefacenti si possono prevenire o diagnosticare precocemente avendo a disposizione sufficienti informazioni per quanto riguarda lo screening di queste malattie e i fattori di rischio.

Per i lavoratori stranieri è particolarmente importante anche la prevenzione delle malattie trasmissibili, le malattie infettive.

Il lavoratore straniero può essere la fonte di questo tipo di malattie, ma anche può contrarre per la prima volta una malattia trasmissibile nel paese ospitante.

I fattori principali (ma non i soli) che possono favorire la manifestazione e la conseguente diffusione delle malattie trasmissibili sono le condizioni abitative dei lavoratori, l'alimentazione, lo stile di vita generale e le patologie pregresse.

Questi fattori sono spesso presenti in maniera molto significativa nella comunità dei lavoratori stranieri particolarmente nei primi anni dopo il loro arrivo in Italia e favoriscono la manifestazione e la diffusione di malattie trasmissibili che avviene in varie maniere; per contatto diretto per alcune malattie dermatologiche es. la scabbia, per via aerea per alcune malattie polmonari come la tubercolosi, per via oro-fecale per alcune infezioni gastro-intestinali.

Quindi sia il lavoratore straniero che il datore di lavoro devono essere informati e coinvolti nella prevenzione della manifestazione e diffusione delle malattie trasmissibili in questa popolazione.

In pratica il lavoratore straniero, per quanto riguarda la prevenzione deve poter essere al corrente dell'esistenza di strutture predisposte per eseguire degli screening e profilassi (chemio-profilassi e non), anche per eventuali viaggi nel suo paese d'origine . (es. importante la profilassi anti-malarica) ed i datori di lavoro, in collaborazione con le varie strutture, devono cercare di assicurare condizioni abitative meno disagiate per i lavoratori, per ridurre il rischi e conseguenze di sovraffollamenti e condizioni igienico-sanitarie precarie.

## GLI ACCERTAMENTI SANITARI

Anche nel settore turistico ci sono attività lavorative che comportano rischi per la salute, che sono cioè caratterizzate dall'esposizione a quelli nel linguaggio medico vengono chiamati " fattori di rischio" (il lavoro notturno, il sollevamento manuale di pesi, l'esposizione a sostanze chimiche ecc., vedi anche pag. 19).

Questi fattori di rischio possono avere effetti negativi sulla salute. E' quindi necessario, e la legge lo impone, verificare lo stato di salute di chi svolge queste mansioni al momento dell'assunzione e periodicamente.



Le lavoratrici/i lavoratori debbono essere ben informati su questi rischi e sul modo di prevenirli.

Questi accertamenti sanitari sono effettuati da un medico specialista (medico competente).

Questo professionista, sulla base dei rischi delle attività lavorative, predispone un protocollo sanitario (lista di esami che vengono effettuati insieme con la visita medica, mirati agli specifici rischi del lavoro).

La visita medica serve ad individuare un eventuale uno stato di salute precario, malattie (cardiopatie, malattie respiratorie, malattie metaboliche, come il diabete, ecc.) o manifestazioni allergiche che possano controindicare il lavoro da svolgere .

Il controllo periodico da parte del medico del lavoro ha inoltre lo scopo di individuare precocemente possibili danni alla salute a causa dei rischi lavorativi come ad esempio

1) le manifestazioni allergiche dovute ad inalanti respiratori, come farine o altri allergeni alimentari o acari presenti nella polvere, nel rifacimento delle camere o da contatto per l'utilizzo di guanti in lattice o la manipolazione di detersivi o disinfettanti (operatori ai piani o in cucina);

2) i disturbi muscolo scheletrici a carico della colonna vertebrale o degli arti superiori a causa del sovraccarico meccanico per la movimentazione di carichi o le posture incongrue (facchini, camerieri ai piani ecc);

3) i disturbi legati al ritmo sonno-veglia per chi effettua lavoro con turni notturni (portieri facchini di notte, turnisti).

In occasione della visita, vengono spesso compilati anche questionari mirati al rischio lavorativo (per disturbi respiratori, disturbi muscolo scheletrici, lo stress causato dal lavoro ecc.) ,ma anche per quanto riguarda le condizioni di salute come percepite dai lavoratori stessi (WAI, Work Ability Index, Indice di capacità lavorativa).

In caso di disturbi che possano essere riferibili al lavoro svolto, il medico competente potrà disporre anche ulteriori approfondimenti con delle visite specialistiche integrative (oculista, otorinolaringoiatra, cardiologo, allergologo ecc.) e richiedere l'adozione di misure di prevenzione più rigorose, se questo risulta necessario.

# PROTEGGIAMO I LAVORATORI PIÙ VULNERABILI

Le persone non hanno tutte la stessa capacità di sostenere le situazioni con rischi lavorativi rilevanti; ci sono delle categorie di lavoratori che debbono essere considerate con una attenzione speciale, perché sono più vulnerabili.

La nostra normativa dà indicazioni precise su questo e ha stabilito in modo molto chiaro cosa sia necessario fare per la prevenzione quando al lavoro vi sono donne in età fertile, minori e persone con disabilità.

Vediamo quindi di considerare i punti principali, ricordando che questo è comunque un punto importante della prevenzione e vale quindi sempre la pena di parlare con le persone esperte che ci sono nella vostra realtà di lavoro per saperne di più e risolvere i vostri eventuali dubbi.



Cominciamo con la gravidanza: la gravidanza rende la donna più sensibile nei confronti dei rischi presenti negli ambienti di lavoro, con possibili conseguenze negative sulla salute della madre e del bimbo o della bimba che devono nascere.

La nostra legge stabilisce che quando al lavoro c'è una donna in età fertile deve essere fatta una specifica valutazione dei rischi lavorativi, bisogna vedere bene quali attività le mamme in attesa possono effettivamente svolgere e quali siano, invece, da evitare; dei risultati di questa valutazione devono essere informate tutte le donne in età fertile in servizio e anche, così stabilisce la legge, il RLS.

Quando poi una mamma in attesa effettivamente ci sarà, allora bisognerà mettere in pratica quanto si è stabilito con la valutazione dei rischi, adottare se necessario particolari cautele, per es. le lavoratrici in maternità devono essere escluse dal lavoro notturno, dalle attività di sollevamento manuale di pesi, non devono stare in piedi per più del 50% dell'orario di lavoro, non devono entrare in contatto con sostanze chimiche nocive ecc.

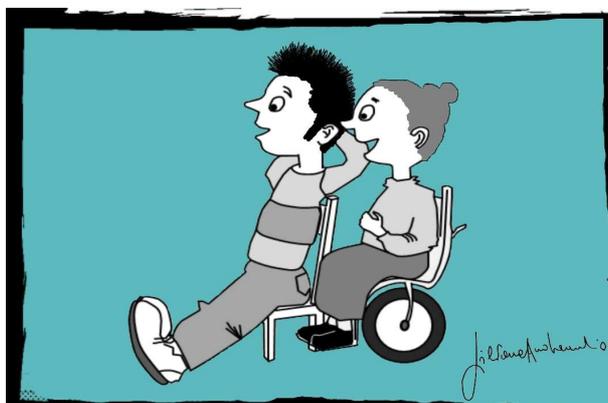
Quando il lavoro svolto non comporta rischi particolari, la mamma in attesa ha comunque diritto ad un periodo di astensione dal lavoro che inizia due mesi prima e termina tre mesi dopo il parto (congedo di maternità).

Se necessario, per garantire che il lavoro della mamma in attesa possa continuare senza problemi per la salute della mamma o quella del bimbo potrà essere stabilito anche il cambiamento di reparto/mansione. Se questo spostamento non è possibile, allora il datore di lavoro invia una comunicazione scritta alla Direzione Territoriale del Lavoro per avviare la procedura di astensione anticipata dal lavoro.

L'astensione anticipata può essere richiesta (dal ginecologo) anche se con il lavoro non ci sono problemi, ma è la salute della mamma a non essere buona.

Per quanto riguarda il lavoro, nelle attività del turismo è comunque spesso possibile alle donne in gravidanza, con idonee misure di prevenzione, continuare il lavoro nelle mansioni assegnate fino al termine stabilito dalle norme (quindi fino alla fine del settimo mese).

## IL MOMENTO MIGLIORE PER INFORMARE LE LAVORATRICI SU TUTTI QUESTI ASPETTI E' QUELLO DELL'ASSUNZIONE



Anche per il lavoro dei minori ci vogliono specifiche cautele. Come sappiamo le guerre, la povertà estrema e le tante tragedie del mondo portano in Europa anche molti minori e anche qui da noi a Venezia il nostro Comune e alcune associazioni di volontariato hanno deciso di istituire un servizio di assistenza specifico per i minori stranieri non accompagnati.

La legge stabilisce che ai minori siano vietate le mansioni che espongono al rumore elevato, al caldo estremo, ad agenti infettivi come virus e batteri e a sostanze chimiche pericolose per la salute.

Come per le mamme in attesa, anche ai minori è vietato il lavoro notturno.

Per ogni minore il datore di lavoro deve effettuare una specifica valutazione dei rischi tenendo presenti le speciali necessità di formazione e informazione dovute alla mancanza di esperienza di questi giovani e alla loro inconsapevolezza dei rischi lavorativi a cui possono essere esposti.

La nostra normativa prevede anche speciali di misure di sostegno all'attività del lavoro dei disabili; il primo sostegno è proprio quello di favorire il loro inserimento nel lavoro visto che un buon lavoro è per tutti, oltre che una fonte di reddito, anche un'occasione per rendere più piena la nostra vita e accrescere le nostre competenze.

Oltre al sostegno all'inserimento, la normativa prevede anche per il lavoro dei disabili una specifica valutazione dei rischi, che deve prendere in considerazione le necessità di salute e di sicurezza che hanno i lavoratori disabili in servizio, considerando le loro menomazioni. Le tecnologie dell'informazione e nuovi ausili contribuiscono oggi in modo notevole a sostenere l'integrazione lavorativa dei lavoratori disabili e fa sì che essi possano in molti casi avere una performance lavorativa del tutto valida.

## IL VALORE AGGIUNTO E L'APPORTO CHE UNA PERSONA PUÒ PORTARE AD UN'AZIENDA DIPENDE DALLE SUE CAPACITÀ E NON DAL FATTO CHE SIA DISABILE O NORMODOTATO

Se sono adottate idonee misure di prevenzione, nel settore turistico le condizioni di lavoro possono consentire, in un buon numero di casi, l'inserimento e l'integrazione nel lavoro delle persone affette da minorazioni fisiche, psichiche o sensoriali ed anche ai portatori di handicap intellettivo.

## E TU COSA NE PENSI ? <sup>3</sup>



Queste che leggi o senti con smartphone/tablet sono solo informazioni di carattere generale; c'è sempre bisogno, la legge italiana lo prevede, che siano completate con un percorso formativo che sarà realizzato a cura del tuo datore di lavoro.

La formazione che hai ricevuto in azienda è sufficiente per proteggerti efficacemente dai rischi lavorativi oppure manca qualcosa e secondo te la tua formazione deve essere migliorata ?

Se ci sono problemi parlane con il tuo referente aziendale per la sicurezza o il rappresentante dei lavoratori per la sicurezza (RLS) oppure direttamente con il datore di lavoro.

Hai ricevuto tutti i dispositivi di protezione individuale che sono necessari ?

Sono efficaci? Riesci a utilizzarli senza difficoltà per tutto il tempo in cui il loro impiego è richiesto? Se ci sono problemi anche per questo devi parlare con il Responsabile della

sicurezza o direttamente con il datore di lavoro



Le pause lavorative di cui usufruisci sono sufficienti ?

Nel caso che non lo siano, devi parlare anche per questo con il Responsabile della sicurezza o L'RLS, perché il sovraccarico danneggia la salute e fa aumentare il rischio di subire infortuni.

Nel tuo ambiente di lavoro ti senti a tuo agio oppure soffri invece di un senso di isolamento, di non appartenenza al gruppo di lavoro? Per questi aspetti ti può aiutare a migliorare la situazione anche il coinvolgimento del medico del lavoro aziendale, al quale quindi potrai rivolgerti. Se il medico competente nella tua ditta non c'è, parlane con l'RLS.

<sup>3</sup>Abbiamo utilizzato anche noi l'immagine di Napo, il personaggio dell'omonima serie di cartoni animati dell'Agenzia europea per la salute e la sicurezza del lavoro. Napo rappresenta simbolicamente la figura del lavoratore, indipendentemente dal ramo industriale, dal settore professionale, dal suo background etnico e culturale <http://www.napofilm.net/it/who-is-napo>