



REGIONE SICILIANA
ASSESSORATO DELLA SALUTE



**CONSTRUIRE
SALUTE**
Le persone prima di tutto

CONOSCERE E PREVENIRE

Prevenzione e gestione dei disturbi muscolo-scheletrici (DMS) lavoro correlati



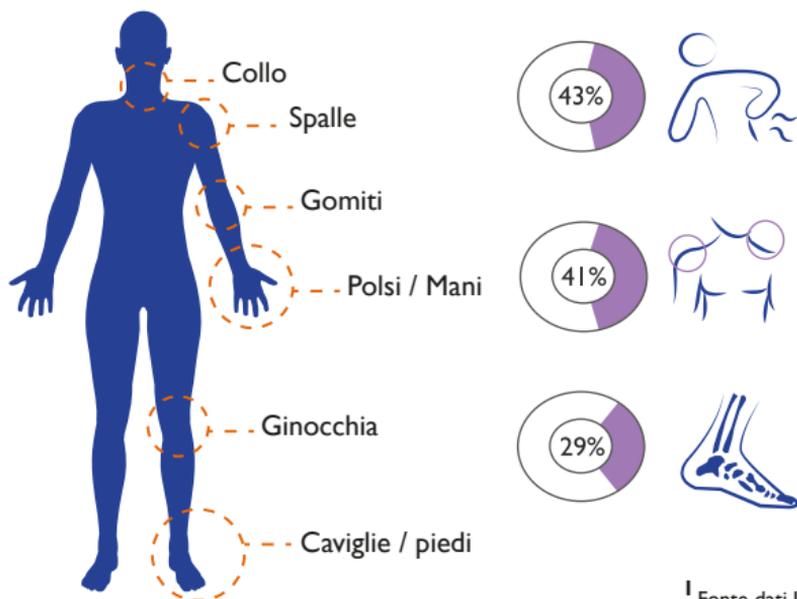
Collana editoriale a cura di
Ufficio Speciale Comunicazione per la Salute
Dirigente responsabile
dott.ssa Daniela Segreto

Che cosa sono i DMS?

I DMS sono disturbi muscoloscheletrici correlati al lavoro e comprendono compromissioni delle strutture corporee, quali muscoli, articolazioni, nervi, ossa, che sono causati o aggravati principalmente dal lavoro.

Nonostante i notevoli sforzi per prevenirli, i DMS lavoro-correlati rimangono il problema di salute legato al lavoro più comune in Italia.

Quali parti del corpo sono maggiormente interessate da DMS¹?



¹ Fonte dati INAIL

I numeri sui DMS in Italia

Le tecnopatie del sistema osteomuscolare e del tessuto connettivo rappresentano i **2/3 del totale delle malattie professionali**.

I settori più a rischio risultano essere artigianato (28,5%), agricoltura (26,7%), industria (23,5%), servizi (18,7%) e PA (2,9%).

Differenze di Genere

Sul totale delle malattie riferite al 2019, su oltre 15 mila casi il 75 % circa riguarda i maschi.



La maggior parte dei DMS lavoro correlati si sviluppa nel tempo. Di solito la causa dei DMS non è una sola, spesso vi concorrono vari fattori di rischio, tra cui:

1. Fattori di rischio fisici e biomeccanici:

- movimentazione dei carichi, specialmente durante le fasi di flessione e torsione;
- movimenti ripetitivi o che richiedono uno sforzo;
- posture scomode e statiche;
- vibrazioni, scarsa illuminazione o ambienti di lavoro freddi;
- ritmi intensi di lavoro;
- rimanere seduti o in piedi a lungo nella stessa posizione.

2. I fattori di rischio organizzativi e psicosociali:

- elevata intensità lavorativa e bassa autonomia;
- assenza di pause o di possibilità di cambiare le posture lavorative;
- lavorare molto velocemente, anche conseguentemente all'introduzione di nuove tecnologie;
- lavorare per lunghe ore o a turni;
- bullismo, molestie e discriminazione sul luogo di lavoro;
- bassa soddisfazione sul lavoro.

3. I fattori di rischio individuali:

- capacità fisica;
- stili di vita e abitudini (ad es. fumo, mancanza di esercizio fisico).



Come prevenire e gestire i DMS

La valutazione e la gestione dei rischi presenti negli ambienti di lavoro è un presupposto indispensabile per una prevenzione efficace.



Per ogni ulteriore informazione contatta il **medico di famiglia** o la tua **ASP di riferimento**.

Ha partecipato alla redazione della presente brochure
l'Ing. Elisa Gerbino