



Azienda Unità
Sanitaria
Locale

RIETI



**SERVIZIO PREVENZIONE E PROTEZIONE
MEDICI COMPETENTI**

NORME DI COMPORTAMENTO

PER L'ESECUZIONE IN SICUREZZA DI MANOVRE DI TRAINO E SPINTA

revisione	data
emissione	25.10.2008

**RSPP
Ing. Alessandro Selbmann**

**Il Medico Competente
Dott.ssa Paola Del Bufalo**

SPINTA DI UN CARICO: BARELLA/LETTO/CARRELLO AD ALTEZZA VARIABILE O FISSA

Si presume di operare con letti/barelle di nuova generazione

- Se devi spostarti nella stanza utilizza sempre lo sblocco di tutte e quattro le ruote;
- Se devi spostarti nei corridoi utilizza sempre le ruote direzionali; (blocca le ruote anteriori e mantieni libere quelle posteriori);

- Se ad **altezza variabile**, posiziona il piano rete in prossimità della tua zona addominale (zona di massima sicurezza);



- Se ad **altezza fissa** adegua la tua zona addominale all'altezza del piano rete flettendo le ginocchia al momento della partenza;
- Posizionati sempre dal lato dei comandi;

- Esegui una buona presa della barra su cui eserciterai la spinta, posiziona il pollice in opposizione alle dita e mantieni i polsi in asse ;

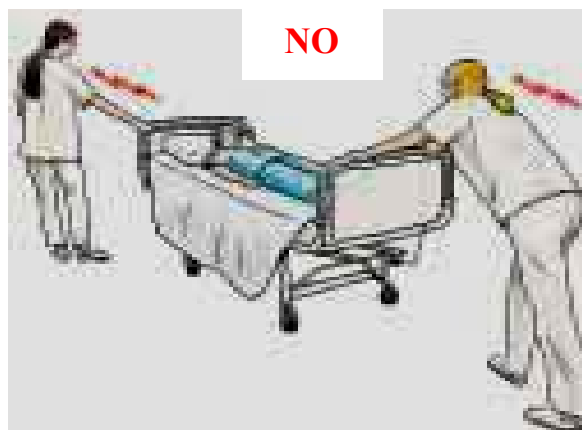


- Mantieni i gomiti aderenti al corpo;
- Posiziona gli arti inferiori, uno avanti all'altro;
- Contrai gli addominali prima di partire;
- Mantieni la schiena in asse;

- Inizia la spinta trasferendo il peso del corpo sulla gamba anteriore leggermente flessa



**NB - Non eseguire movimenti bruschi .
Evita la cifotizzazione del tronco.**



**TRAZIONE DI UN CARICO:
LETTO AD ALTEZZA VARIABILE O FISSA**

- Posizionati a fianco del letto;
- Effettua la presa della parte tubolare della testiera con il pollice in opposizione alle dita;



- Mantieni sempre il gomito vicino al tronco, evitando di estenderlo;
- Contrai gli addominali;
- Determina lo spostamento del letto con gli arti inferiori.

ESECUZIONE DI UNA CURVA O SUPERAMENTO DI UN OSTACOLO

- In prossimità di una curva allarga la base di appoggio;
- Direzione il letto trasferendo il tuo peso sull'arto inferiore esterno alla curva;
- Mantieni la presa della mano con il gomito sempre vicino al tronco;
- Per superare un ostacolo l'operatore che esegue il traino si dispone frontalmente al collega fino al superamento dell'ostacolo.



**NB - Non eseguire movimenti bruschi.
Evita l'inclinazione e la torsione del tronco.**



SUPERAMENTO DI UN GRADINO DI ALTEZZA INFERIORE AD 1 CM (INGRESSO ASCENSORE) O ATTRAVERSAMENTO DI PORTE STRETTE CON LETTI O CARRELLI CHE OFFRONO RESISTENZA ALL'AVVIO

- Allinea le ruote anteriori corrispondenti alla direzione di spinta del mezzo e/o inserisci il blocco direzionale delle stesse;

- Esegui una buona presa delle mani, posiziona il pollice in opposizione alle dita e mantieni i polsi in asse;



- Mantieni i gomiti aderenti al corpo;
- Posiziona gli arti inferiori, uno avanti all'altro;
- Contrai gli addominali prima di partire;
- Mantieni la schiena in asse;
- Se devi spingere inizia la spinta trasferendo il peso del corpo sulla gamba anteriore leggermente flessa;
- Se devi tirare inizia il traino trasferendo il peso del corpo sulla gamba posteriore leggermente flessa.

NB - Esegui preferibilmente il trasporto in coppia.

Se sei da solo utilizza il traino piuttosto che la spinta.

Non eseguire movimenti bruschi, evita la cifotizzazione del tronco.



MOVIMENTAZIONE DI LETTI IN CONDIZIONI ERGONOMICHE O STRUTTURALI INADEGUATE, SOPRATTUTTO CON LETTI IN DOTAZIONE DA MOLTO TEMPO

Per condizioni ergonomiche o strutturali inadeguate si intende:

- Pavimenti o pavimentazioni non perfettamente livellate o leggermente sconnesse,
- Spazi di manovra stretti, percorsi stretti o tortuosi, attraversamento di porte,
- Percorsi affollati o possibilità di presenza di barelle, carrelli o ostacoli lungo il percorso,

Esegui il trasporto in coppia.

Riferimenti

1 Lavoro e salute degli operatori sanitari

La prevenzione dei disturbi della colonna vertebrale nella movimentazione dei carichi

Istruzioni operative corrette per lavorare bene

Servizio di Prevenzione e Protezione Interaziendale Associato

Azienda per i Servizi Sanitari n.1 Triestina

Istituto di Ricerca e Cura a carattere Scientifico "Burlo Garofolo"

Azienda Ospedali Riuniti di Trieste