



# LAVORO AL VIDEOTERMINALE E SICUREZZA

FERRAIOLI ANNUNZIATA  
CORSO ADDETTO ALLE ATTIVITÀ AMMINISTRATIVO-SEGRETARIALI  
A.A. 2023/2024

## Sommario

INTRODUZIONE.....	2
1. IL LAVORO AL VIDEOTERMINALE.....	3
1.1 LA DEFINIZIONE DI VDT .....	3
1.2 COSA SI INTENDE PER LAVORO AL VDT .....	3
1.3 I LAVORATORI ADDETTI AL VDT .....	3
2. I RISCHI DERIVANTI L'USO DEL VDT.....	4
2.1 NORMATIVA .....	4
2.2 OBBLIGHI DEL DATORE DI LAVORO .....	5
2.3 POSTAZIONE DEL LAVORO AL VDT.....	5
2.4 LAVORO AL VDT E SORVEGLIANZA SANITARIA.....	6
2.5 LAVORO AL VDT E FORMAZIONE OBBLIGATORIA .....	6
CONCLUSIONE.....	7

## INTRODUZIONE

I personal computer al giorno d'oggi costituiscono un elemento di fondamentale utilità in molti ambienti lavorativi, durante la mia esperienza di stage presso il Comune di Grottammare, ho testato quanto sia importante la sicurezza riguardo il lavoro al Videoterminale. Anche se nell'immaginario comune si tende ad immaginare l'operatore che si serve del pc all'interno di un ufficio, è possibile che anche siti produttivi ne facciano uso per espletare al meglio le funzioni di controllo, per non parlare di chi lo utilizza nelle attività di progettazione. In questi casi, siamo in presenza di lavoro al videoterminale o VDT, un particolare tipo di attività da cui derivano rischi specifici e che, perciò, viene normata e disciplinata dal D.lgs. 81/08 e dall'INAIL.

## 1. IL LAVORO AL VIDEOTERMINALE

Per lavoro al videoterminale si intende lo svolgimento di un'attività lavorativa che comporta appunto l'utilizzo di attrezzature munite di videoterminali. Il *D.lgs. 81/08 all'articolo 173* fornisce tre **definizioni** importanti per contestualizzare al meglio questo tipo di attività.

### 1.1 LA DEFINIZIONE DI VDT

Un VDT è uno schermo alfanumerico o grafico a prescindere dal tipo di procedimento di visualizzazione utilizzato.

### 1.2 COSA SI INTENDE PER LAVORO AL VDT

L'insieme che comprende le attrezzature munite di videoterminale, eventualmente con tastiera ovvero altro sistema di immissione dati, incluso il mouse, il software per l'interfaccia uomo-macchina, gli accessori opzionali, le apparecchiature connesse, comprendenti l'unità a dischi, il telefono, il modem, la stampante, il supporto per i documenti, la sedia, il piano di lavoro, nonché l'ambiente di lavoro immediatamente circostante.

### 1.3 I LAVORATORI ADDETTI AL VDT

I lavoratori che utilizzano attrezzatura munita di videoterminali, in modo sistematico o abituale, per 20 ore settimanali.

## 2. I RISCHI DERIVANTI L'USO DEL VDT

Il lavoro al videoterminale comporta dei rischi specifici per la salute dei lavoratori come:

- rischi occhi e vista;
- rischi derivanti da problemi posturali;
- rischi derivanti dall'affaticamento fisico o mentale;
- rischi derivanti alle condizioni ergonomiche;
- rischi derivanti dalle condizioni di igiene ambientale.

Tali rischi non dipendono soltanto dal VDT ma sono generati da tutti gli elementi che costituiscono l'ambiente in cui il videoterminalista si trova, ovvero:

- componenti del VDT come schermo, tastiera ed eventuali altre periferiche;
- caratteristiche dei software utilizzati;
- caratteristiche della postazione, ovvero scrivania e seduta;
- caratteristiche dell'ambiente, come illuminazione, microclima, presenza di rumore, areazione.

### 2.1 NORMATIVA

La normativa di riferimento è il D.lgs. 9 aprile 2008 n°81, Titolo VII "ATTREZZATURE MUNITE DI VIDEOTERMINALI" che, nei suoi 3 capi, definisce il rischio specifico fornendo:

- Disposizioni generali;
- Obblighi per datori di lavoro, dirigenti e preposti;
- Sanzioni;
- Tuttavia, anche l'Inail definisce delle linee guida per il corretto utilizzo dei videoterminali e per la sicurezza degli operatori. Di seguito le disposizioni principali.

## 2.2 OBBLIGHI DEL DATORE DI LAVORO

All'atto della valutazione di tutti i rischi il datore di lavoro, ai sensi dell'articolo 174 del D.lgs. 81/08 deve:

- analizzare le postazioni di lavoro valutando la possibile presenza dei rischi derivati dal lavoro al Videoterminale elencati in precedenza;
- adottare misure per ovviare ai rischi riscontrati tenendo conto della combinazione dell'incidenza degli stessi;
- organizzare e predisporre posti di lavoro in conformità ai requisiti minimi di cui all'allegato XXXIV;

## 2.3 POSTAZIONE DEL LAVORO AL VDT

Ecco quali sono le direttive per allestire una postazione di lavoro VDT sicura:

- regolare il sedile ad un'altezza che consente il mantenimento delle gambe a 90° e i piedi ben appoggiati;
- regolare lo schienale in modo da sostenere l'intera zona lombare;
- posizionare la tastiera in modo da lasciare uno spazio per appoggiare gli avambracci di almeno 15 cm;
- Mantenere gli avambracci poggiati durante la digitazione;
- Mantenere una distanza di circa 50-70 cm tra il videoterminale e gli occhi;
- Regolare il monitor in modo che sia un po' più in basso dell'altezza occhi;
- Regolare luminosità, colore e contrasto dello schermo;
- Regolare le tende in modo da controllare la luce naturale;
- porre gli schermi a 90° rispetto alle finestre;

## 2.4 LAVORO AL VDT E SORVEGLIANZA SANITARIA

La sorveglianza sanitaria è obbligatoria per i videoterminalisti che lavorano al pc almeno 20 ore medie alla settimana.

In questi casi, è necessario sottoporre a visita medica gli operatori prima che inizino a lavorare al VDT, effettuando un controllo della vista e degli occhi per determinare l'idoneità allo svolgimento della mansione. Le successive visite mediche e controlli devono avvenire con periodicità diverse a seconda dell'età del soggetto:

- Lavoratore con meno di 50 anni  
Visita e controllo della funzionalità visiva ogni 5 anni
- Lavoratore con più di 50 anni  
Visita e controllo della funzionalità visiva ogni 2 anni
- La visita sarà svolta ogni due anni anche per soggetti con una idoneità con prescrizioni o limitazioni. Oltre ai controlli periodici ogni lavoratore può richiedere di effettuare una visita medica di accertamenti qualora manifesti disturbi ricollegabili al lavoro al VDT.

## 2.5 LAVORO AL VDT E FORMAZIONE OBBLIGATORIA

Il rischio da lavoro al videoterminale è un aspetto importante che deve essere affrontato a dovere durante la formazione obbligatoria dei lavoratori per la sicurezza. La sua trattazione deve includere informazioni e linee guida specifiche per prevenire o ridurre i rischi legati all'uso dei videoterminali e deve essere svolta, anche con diversi gradi di approfondimenti, all'interno dei programmi di formazione, non solo dei lavoratori, ma di tutte le figure partecipi della sicurezza.

## CONCLUSIONE

La sicurezza sul lavoro richiede un approccio olistico che coinvolga tutti gli attori, dalla formazione dei lavoratori alla cultura aziendale e all'analisi dei dati. Solo attraverso un impegno congiunto possiamo garantire ambienti di lavoro sicuri e protetti per tutti.