



INFORMATIVA RISCHIO VIDEOTERMINALI - VDT

Il lavoro prolungato al computer (Videoterminale - VDT) produce una pluralità di rischi:

- affaticamento musco-scheletrico;
- affaticamento alla vista;
- difficoltà psicologiche e di concentrazione.

Se si rispetta l'impiego degli arredi come descritto nella scheda precedente, si riduce la probabilità di assumere posture scorrette e quindi il rischio di affaticamento musco-scheletrico durante il lavoro al computer.

Per ridurre l'affaticamento alla vista, oltre al mantenimento della postura corretta, va regolata l'illuminazione artificiale dell'ambiente, che deve essere realizzata con lampade provviste di schermi ed esenti da sfarfallio, poste in modo che siano al di fuori del campo visivo degli operatori; in caso di lampade a soffitto non schermate, la linea tra l'occhio e la lampada deve formare con l'orizzonte un angolo non inferiore a 60°. Si deve evitare comunque l'abbagliamento dell'operatore e la presenza di riflessi sullo schermo.

Per quanto riguarda l'affaticamento psicologico, esso è riconducibile all'impiego per tempi prolungati di applicativi e software specifici come quelli dell'anagrafe SIDI, i portali del Ministero e degli Uffici Scolastici, mentre ulteriori fattori di affaticamento sono legati all'utilizzo, in smart working di software come Team Viewer per lavorare da remoto con il PC dell'ufficio. L'indicazione è quella di alternare le tipologie di lavorazione in modo da utilizzare nell'arco dello stesso periodo, software diversi che impegnano la concentrazione e la vista in modo differenti.

Per specifiche situazioni si può richiedere la visita con il medico competente che adatterà una rimodulazione delle mansioni per il lavoratore che ne facesse richiesta.

In generale, è necessario osservare **una interruzione del lavoro davanti al computer mediante cambio mansione con pause di 15 minuti (non sommabili) ogni 120 minuti di lavoro.**