

Attenzione alla schiena !

Dalle statistiche risulta che la quasi totalità delle persone adulte sperimenta il mal di schiena nel corso della propria esistenza e ciò avviene, nel 75% dei casi, in età lavorativa, con rilevanti costi sociali e sanitari. Molto spesso si tratta di dolori non correlati a cause specifiche, ma fra le cause più significative e ricorrenti certamente figurano posture e movimenti sbagliati.

In un'azienda che gestisce servizi di trasporto il problema è avvertito in modo molto più accentuato, risultando causa di spiccato assenteismo e prima causa invalidante tra il proprio personale.

E' per questo motivo che da anni in Atcm, oltre all'adozione di quelle soluzioni tecnologiche che consentano posizioni di guida corrette (e il riferimento riguarda in primo luogo i sedili dei conducenti), viene particolarmente curata la specifica formazione del personale viaggiante, con lezioni mirate, oltre che alla corretta regolazione del sedile di guida, all'educazione dei comportamenti da tenere sul lavoro per evitare posizioni che possano concorrere ad aumentare la possibilità di insorgenza o di ricomparsa di episodi dolorosi.

Sebbene in modo più subdolo, il problema si pone però anche per gli altri dipendenti, nonostante magari svolgano più sedentarie attività di ufficio. Ed è a questi che il Servizio Prevenzione e Protezione aziendale si rivolge ora, con uno specifico intervento formativo avviato in questi giorni che, utilizzando il noto metodo McKenzie, vuole fornire i consigli giusti per limitare l'insorgere di queste patologie con l'utilizzo di comportamenti corretti e di esercizi di ginnastica correttiva.

