

benefit

Con occhio vigile

Ogni anno gli esperti di omologazione controllano la sicurezza di oltre cento piste in Svizzera. → Pagina 4



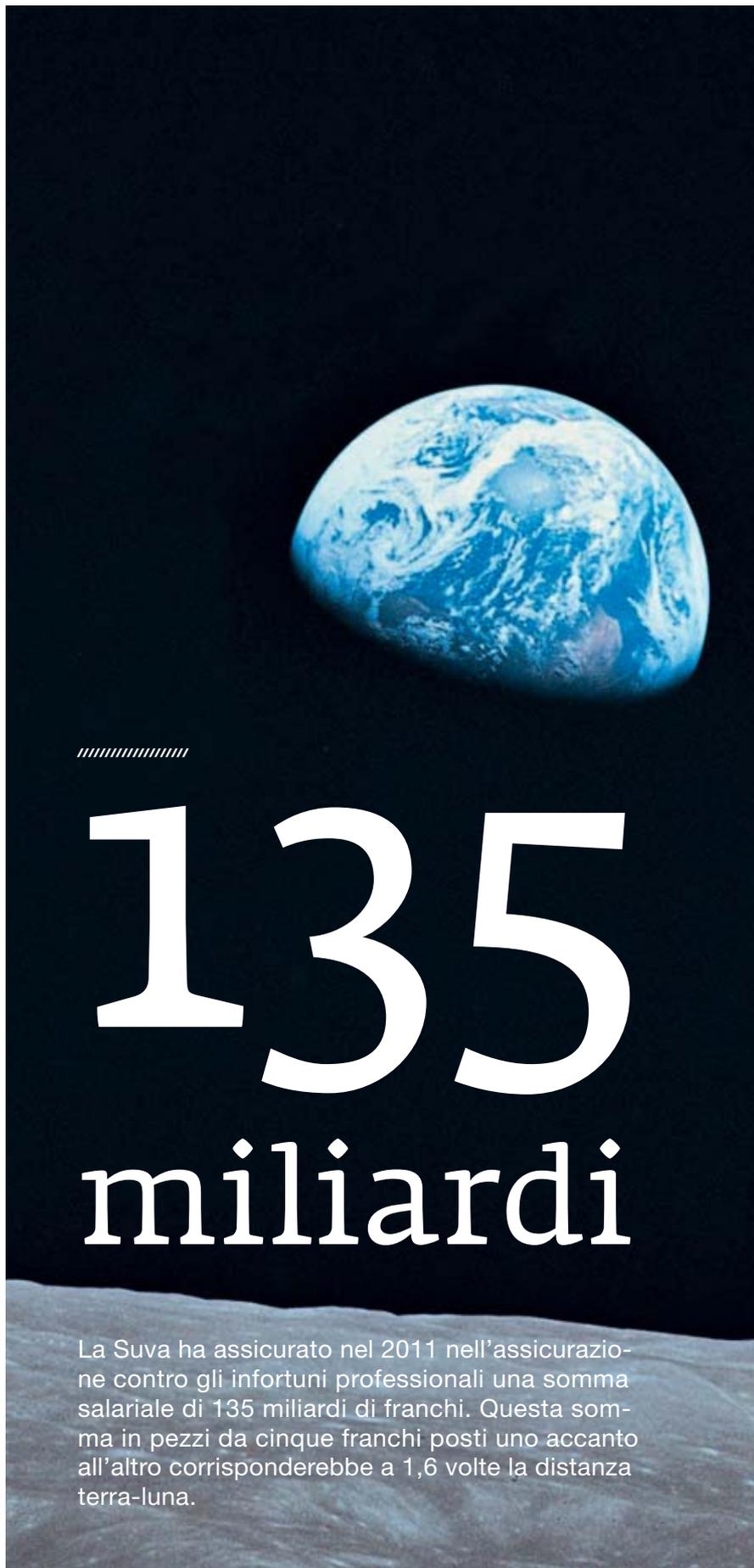
Pericolo

430 infortuni l'anno causati dall'elettricità: serve maggiore prevenzione. → Pagina 13



suva

più che un'assicurazione



////////////////

135 miliardi

La Suva ha assicurato nel 2011 nell'assicurazione contro gli infortuni professionali una somma salariale di 135 miliardi di franchi. Questa somma in pezzi da cinque franchi posti uno accanto all'altro corrisponderebbe a 1,6 volte la distanza terra-luna.



Una fondue servita in pista

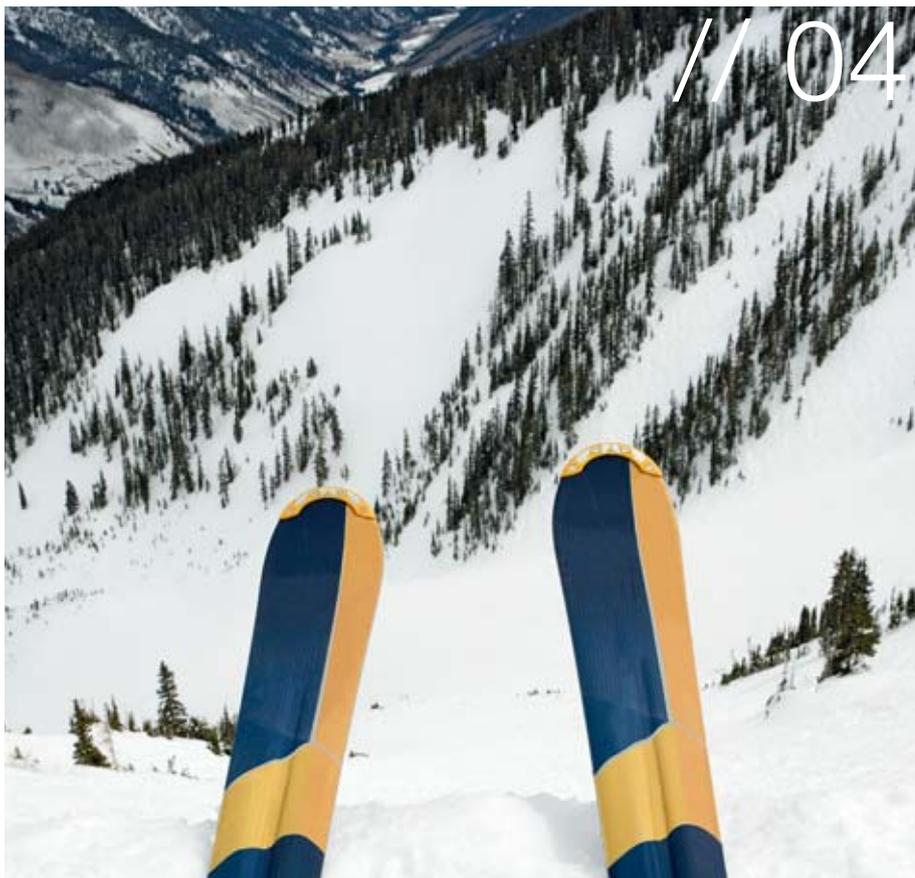
Ricordate la mitica tuta con i buchi dell'emmentaler indossata negli anni '90 dai vari Urs Lehmann, Vreni Schneider ecc. che dominavano le gare di sci. Mentre Lehmann, oggi presidente di Swiss-Ski, resta in attesa di tempi migliori e Vreni Schneider si beve un caffè a bordo dei campi di sci, ci pensa la Suva a riportare il formaggio, o meglio, la fondue in pista. Infatti, la nuova campagna dedicata agli sport sulla neve ricorda agli appassionati che anche la pista va assaporata lentamente. E per dare maggior rilievo al messaggio, serve loro una ottima fondue in pista. Dai risultati dei profili di rischio online è emerso che troppi boarder e sciatori cercano il brivido sulla neve. Perciò la Suva fa appello al loro senso di responsabilità invitandoli a non sopravvalutare le proprie capacità e a non sottostimare i pericoli.

Chi gestisce un comprensorio sciistico deve metterne in sicurezza i punti pericolosi con apposite reti di protezione, con materassini copripalo e cartelli segnaletici. Gli omologatori di piste di Funtive Svizzere verificano ogni anno la sicurezza di centinaia di piste. L'articolo a pagina 4 racconta una loro giornata di lavoro.

La sicurezza è il tema centrale anche dell'articolo sulla prevenzione degli incidenti stradali. Mentre il rischio d'incidente dei giovani maschi è sceso grazie anche alle efficaci attività di prevenzione, quello riferito alle donne ha registrato un incremento notevole (pagina 10).

In questa edizione della nostra rivista troverete molti altri articoli interessanti sulla prevenzione, assicurazione e riabilitazione. Buona lettura.

Gabriela Hübscher
capo redattrice

**REPORTAGE****04 Ispezioni meticolose in pista**

Per non farsi male sulle piste da sci non basta affidarsi alle proprie doti sportive o al santo protettore. Servono anche i controlli di Moritz Schwery, omologatore di Funivie Svizzere.

FOCUS**10 Prevenzione per le donne al volante****ATTUALITÀ****11 La sicurezza merita un premio?**

I lavoratori che rispettano in modo esemplare le regole di sicurezza e fanno particolare attenzione alla propria salute vanno premiati. Ma attenzione, non tutti i premi hanno lo stesso effetto.

12 Dimezzati gli infortuni dopo un anno**13 Imparare a dire STOP****14 Promuovere la sicurezza insieme****14 CFSL: nuovi strumenti di prevenzione****14 Sport quando fa freddo: consigli utili****14 La Suva poggia su basi solide****15 Disturbi di salute correlati al lavoro****15 Contenere l'aumento delle spese di cura****15 Equilibristi sui cantieri****16 CONCORSO****17 IMPARARE DAGLI ERRORI****18 COMPLIMENTI // NOTE A MARGINE**

Quando la Suva ha controllato la sicurezza sul lavoro, i responsabili della Knoepfel AG sono «caduti dalle nuvole». Oggi l'azienda vanta un sistema di sicurezza innovativo che permette di eliminare i guasti in piena sicurezza senza disattivare le macchine.

20 RITRATTO**22 NUOVE PUBBLICAZIONI**

Ispezioni meticolose in pista

→ www.seilbahnen.org

Ispezionano con cura maniacale i comprensori sciistici della Svizzera affinché ci si possa divertire senza pericoli sulla neve. Parliamo degli omologatori di piste dell'Associazione Funivie Svizzere. Moritz Schwery, capo degli esperti, ci ha permesso di seguirne da vicino il lavoro.

Testo: Bigna Silberschmidt // Foto: Franca Pedrazzetti

Moritz Schwery scende lentamente un tratto di pista. Sul lato destro, una rete arancione impedisce che qualcuno possa finire nel burrone. Ma la rete è veramente sicura? Schwery prova a sollevarla con il bastoncino. La rete si alza senza difficoltà, lasciando un varco eccessivo. «Troppo pericoloso» sentenzia Schwery «in questo modo la rete non potrebbe trattenere un bambino e impedirgli di precipitare nel vuoto». Perciò il responsabile delle piste dovrà ancorare meglio la rete di protezione.

La montagna non ha segreti

Sciatori e snowboarder arrivano a sfiorare i 60 chilometri l'ora. Se perdono il controllo degli sci o della tavola o la pista non è perfettamente sicura, allora sono guai seri. Con il suo team di collaboratori, Moritz Schwery (57), responsabile del Centro di consulenza per l'ottimizzazione della sicurezza durante le discese concernenti gli sport sulla neve presso Funivie Svizzere, ispeziona un centinaio di piste all'anno. Insieme a quattro colleghi, oggi si trova nel comprensorio sciistico per un corso di aggiornamento. Dai cartelli di pericolo ai materassini copripalo, gli omologatori controllano con estrema meticolosità la regione. Cosa non semplice, perché a volte ci si perde in discussioni tecniche. È meglio spostare il palo di segnalazione di un metro? La prominenz

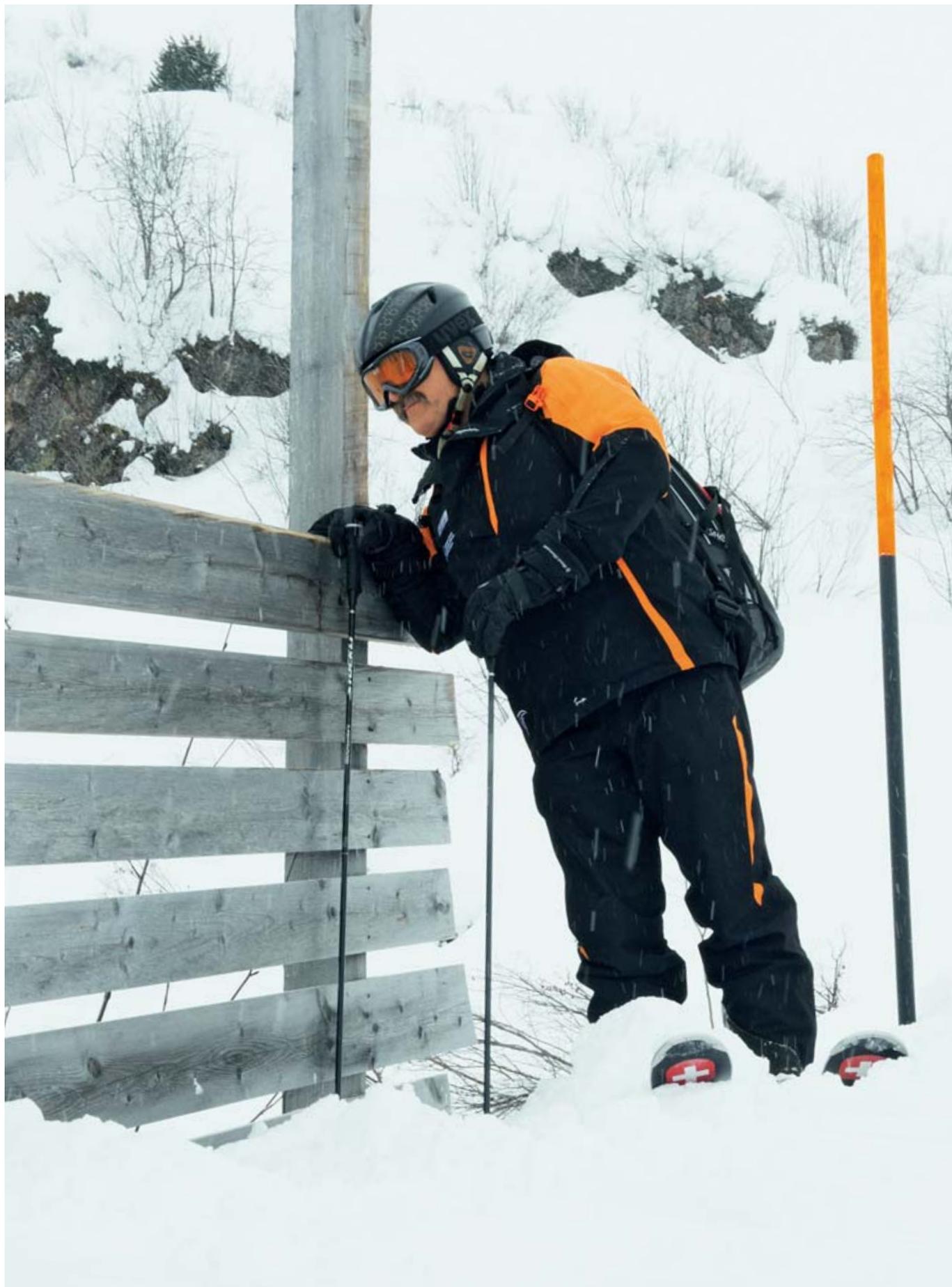
rocciosa è ancora visibile dopo una abbondante nevicata? Le reti di delimitazione sono veramente necessarie in questo punto? «Il nostro lavoro è molto impegnativo. Dobbiamo conoscere a menadito le regole di sicurezza e saper valutare molto bene la situazione» spiega Schwery. Ma gli omologatori hanno un occhio allenato e un'esperienza decennale: tutti hanno lavorato in passato come responsabili del soccorso piste o come guide alpine e sono stati selezionati con molta cura dall'Associazione Funivie Svizzere per questo compito. La Suva è rappresentata nella commissione consultiva per la sicurezza delle piste di Funivie Svizzere nella persona di Samuli Aegerter, responsabile della campagna dedicata agli sport sulla neve. Uno dei compiti della commissione è di valutare gli omologatori di piste sotto il profilo tecnico e giuridico.



L'app «Slope Track» della Suva registra non solo le discese e la velocità con cui si sono percorse, ma visualizza anche tutte le piste nelle regioni sciistiche in Svizzera. Scaricala gratis: www.suva.ch/-slopetrack-i.



Ogni anno Schwery e il suo team ispezionano oltre 100 piste per verificarne la sicurezza.



Troppo pericoloso. Qui servono dei materassini di protezione.

111 regioni sciistiche sotto la lente

Di Funivie Svizzere fanno parte 368 imprese di trasporti a fune, 270 delle quali sono attive anche nella stagione invernale. Ogni tre anni devono far ispezionare e certificare le piste per gli sport sulla neve, inclusi i percorsi per slitte. Gli omologatori controllano se si rispettano le «Regole per la sicurezza durante le discese concernenti gli sport sulla neve» – una raccolta di 218 articoli che costituisce la bibbia degli omologatori di piste. Tra le varie altre cose disciplina anche la segnaletica agli incroci, gli orari in cui è consentito preparare le piste, l'obbligo di notifica per il distacco artificiale di valanghe, la segnalazione di snowpark per slitte e la formazione dei soccorritori. Se un'azienda soddisfa almeno l'80 per cento dei criteri di sicurezza richiesti, ottiene il marchio «piste omologate».

Il lavoro non manca ai nostri esperti: complessivamente 111 regioni sono in attesa di una prima omologazione, di una omologazione di routine o di una seconda ispezione. In base a quanto è grande la regione, ciò può durare anche tre giorni. «In genere non vi sono molti problemi» dice Schwery, evidenziando che soddisfare l'elevato standard di sicurezza non solo è un obbligo, ma è nell'interesse delle imprese. Un incidente può rovinare l'immagine e costare molto caro al comprensorio sciistico. Se i gestori non rimuovono le lacune evidenziate dagli esperti entro la stagione successiva – o immediatamente se sono gravi – e se queste lacune provocano un infortunio, è l'impresa a doverne rispondere. Infatti, in questo caso fa stato il verbale di omologazione. «Di norma le regioni sciistiche mettono in pratica quanto da noi consigliato. La nostra è più una funzione di consulenza che di controllo» dice Schwery, e questo vale in particolare per i comprensori non molto grandi.

Tête-à-tête in pista

→ www.suva.ch/sportneve

Una coppia di ragazzi seduti nel bel mezzo della pista intinge un pezzo di pane in una fumante fondue. Così la Suva richiama l'attenzione sulla campagna di prevenzione che invita ad «assaporare lentamente anche la pista». Il motivo di questa iniziativa lo spiega Samuli Aegerter, responsabile della campagna: «L'analisi dei profili di rischio online ha evidenziato che molti sciatori e boarder sono alla ricerca di emozioni forti in pista». Perciò la Suva fa appello al loro senso di responsabilità invitandoli a non sopravvalutare le proprie capacità e a non sottostimare i pericoli.

Durante gli eventi organizzati nelle varie regioni sciistiche si può partecipare a numerose attività interessanti nel «villaggio Suva». Per maggiori informazioni rimandiamo all'indirizzo www.suva.ch/sportneve. // hga

Delimitare con chiarezza le responsabilità

Un comprensorio sciistico deve poter garantire non solo la sicurezza degli utenti, ma tutelare anche se stesso. Segnalare correttamente le piste serve in primo luogo a delimitare con precisione le responsabilità delle imprese, che rispondono degli eventi dannosi solo se si verificano entro il loro territorio. Nel leggere il depliant della regione ispezionata, Schwery scopre che vi è indicato esplicitamente un tratto per free ride. La sua reazione è immediata: «i gestori devono evitare simili indicazioni, altrimenti la zona viene considerata come un tratto di pista ufficiale del comprensorio». Ne parlerà con la direzione. Gli esperti non mancano di dare consigli anche di altro genere, ad esempio su come ridurre i costi. Un esempio lo troviamo dopo pochi minuti: un tratto di pista è segnalato con bandierine gialle su entrambi i lati; ma essendo la visibilità perfetta, le bandierine sono del tutto superflue. Basta segnalare il pericolo all'inizio del tratto di pista. Quindi avviseranno l'impresa di togliere le bandierine e così potranno evitare costi inutili.

Missione delicata

Gli omologatori lavorano in qualsiasi condizione di tempo. Anche in una giornata grigia e ventosa come oggi. Ma Schwery non si lamenta, perché gli «piace stare in mezzo alla natura». Una premessa ideale per chi lavora sulla neve e che va ad aggiungersi agli altri requisiti indispensabili: conoscere a fondo la regione, lavorare concentrati durante l'omologazione e avere doti diplomatiche. «Non è facile convincere un'impresa a adottare ulteriori misure di sicurezza, anche perché spesso ciò comporta costi non indifferenti» afferma Schwery. Ciascun palo, per quanto piccolo, va protetto con un materassino. E questo può costare parecchie migliaia di franchi quando si tratta di attrezzare un intero comprensorio. «Quindi ci vuole molto tatto quando se ne parla con la direzione» sottolinea l'esperto.

Nuove piste, lunga progettazione

Ma quali sono i fattori di cui tenere conto quando si progetta ex novo una pista? Questo accadrà tra breve ad esempio sull'Oberalppass dove si fonderanno i due comprensori di Andermatt e Sedrun. La progettazione delle piste è stata affidata allo svedese Bo Halvardsson, direttore operativo della Andermatt Sedrun Sport AG. «Per prima cosa devo analizzare con cura la regione. Quindi consulto degli esperti di varie discipline: geologi, specialisti in valanghe, produttori di attrezzature per piste e organizzazioni ambientaliste». Halvardsson può inoltre contare sulla consulenza di un campionissimo come Bernhard Russi: «essendo nato ad Andermatt, Russi conosce la regione come le sue tasche ed è una fonte di informazioni inesauribile» dice Halvardsson. La sfida maggiore per chi costruisce le piste è di riuscire a lasciare quanto più intatto il paesaggio e cercare di soddisfare le esigenze degli ospiti. Che vogliono soprattutto una cosa: divertirsi sugli sci o sullo snowboard. Perciò, secondo Halvardsson, una regione sciistica che attira molta gente comprende non soltanto freestyle-park, piste di gobbe o tratti riservati al carving. Buona progettazione significa anche «sport sulla neve per quattro generazioni». E lo illustra con un esempio: «la teleferica porta in vetta Gianni di 5 anni, la madre Sara di 30, la nonna Piera di 60 e il bisnonno Enrico di 88 anni. Per scendere a valle i quattro usano la pista blu molto semplice, quella blu un po' più difficile, la rossa o la nera, ossia una pista adatta alle abilità di ciascuno».

L'intervista



→ A Martina Windler e Reto Hallauer è stata servita una gustosa fondue in pista.

Quanto vi piace questa iniziativa della Suva?

Martina Windler: è straordinaria e molto divertente!

Reto Hallauer: un'iniziativa geniale perché è una cosa diversa dal solito.

Qual è il messaggio della campagna?

Windler: la sicurezza è importante e non bisogna lanciarsi in pista senza preparazione adeguata.

Hallauer: usa anche la testa in pista. La Suva si presenta in modo innovativo, l'iniziativa ti rimane impressa.

Che cosa fai per la tua sicurezza sulla neve?

Windler: guardo che cosa fanno gli altri in modo da anticipare le situazioni. Inoltre uso il casco e la protezione per la schiena.

Hallauer: sto attento agli altri e a me stesso, uso gli accessori di protezione e scio con prudenza.

Responsabilizzare il pubblico

Le misure di sicurezza non riguardano solo chi deve gestire la regione sciistica, ma anche chi usa le piste. Come si evince dal rapporto «Sport Svizzera» realizzato dall'Osservatorio Sport e Movimento Svizzera, oltre due milioni di persone praticano sci o snowboard. Ogni anno 66 000 persone, di cui 34 000 assicurati LAINF, subiscono un infortunio. I costi d'infortunio superano i 243 milioni di franchi l'anno. La Suva interviene con attività di prevenzione per evitare gli infortuni sulla neve e ridurne i costi (vedi pagina 7). Schwery sottolinea che sciatori e snowboarder usano le piste a proprio rischio e pericolo, come esplicitato nelle regole FIS. Queste regole impongono a sciatori e boarder di usare un comportamento di rispetto verso gli altri utenti e di adeguare la velocità alle proprie abilità e alle condizioni della pista. Schwery non ritiene utile imporre l'uso del casco,

anche perché ormai la maggior parte della gente lo indossa di propria volontà. «Però sono favorevole a una maggiore presenza di pattugliatori» dice l'esperto, perché contribuisce a sensibilizzare maggiormente gli sportivi. Tuttavia la regola base resta questa: chi si vuole divertire in pista lo fa a proprio rischio. Ma grazie a persone come Moritz Schwery possiamo farlo in condizioni di sicurezza accettabili. //



Chi progetta piste cerca di lasciare intatto il paesaggio e di soddisfare le esigenze degli sportivi.

Prevenzione per le donne al volante

→ www.suva.ch/incidenti-stradali

Da anni la prevenzione degli incidenti stradali punta a sensibilizzare soprattutto i giovani maschi. Con successo e con il risultato che ora sono le donne ad avere il rischio d'infortunio maggiore.



Le donne hanno un maggiore rischio di incidenti d'auto rispetto agli uomini. // Alma Johans

Che i giovani di sesso maschile abbiano un elevato rischio d'incidente stradale è cosa nota. Perciò si è prontamente intervenuti con un'attività di prevenzione mirata che si è rivelata molto efficace, come dimostra lo studio del Servizio centrale delle statistiche dell'assicurazione contro gli infortuni (SSAINF) pubblicato nel gennaio 2013 dalla Suva. Conclusione: il rischio è sceso del 26 per cento nell'ultimo decennio per la popolazione attiva maschile di età compresa tra i 18 e 64 anni. Il rischio di lesioni gravi è calato addirittura del 34 per cento.

Attenzione alle donne che lavorano ...

Tutt'altro invece l'andamento del rischio per le donne tra i 18 e i 64 anni che svolgono attività lavorativa: il rischio è diminuito, ma solo del 15 per cento, e ormai supera del 25 per cento quello degli uomini. Se correliamo frequenza infortunistica e chilometri percorsi - in media il 40 per cento in meno per le donne - allora vediamo che le automobiliste hanno un rischio d'infortunio quasi doppio rispetto ai maschi.

Questo dato va a confermare l'esito di una ricerca

condotta qualche tempo fa dall'Ufficio prevenzione infortuni (upi). I nuovi dati riferiti agli assicurati LAINF permettono di trarre un'ulteriore conclusione: ad avere un rischio elevato sono soprattutto le donne che svolgono attività lavorativa.

... e al traffico mattutino

Sorprende in particolare il dato riferito al traffico tra le 7 e le 8 del mattino: in questa ora il rischio d'incidente per le donne con attività professionale è decisamente superiore a quello dei conducenti maschi. Questo risultato porta a concludere che il traffico mattutino, indiscutibilmente più frenetico, è un fattore critico per le donne. Stress e minor esperienza di guida possono essere delle spiegazioni plausibili. Il forte calo del rischio d'incidente tra gli uomini dimostra l'efficacia di un'attività preventiva puntuale. Perciò, lo studio del SSAINF consiglia di elaborare delle misure di prevenzione mirate anche per le donne, specie per quelle che svolgono attività lavorativa. // mjh

La sicurezza merita un premio?

➔ www.suva.ch/waswo-i/33059.i 🎧 www.suva.ch/podcast-benefit-i

I collaboratori particolarmente attenti alla sicurezza e alla salute sul lavoro vanno premiati. La ricompensa deve fungere da motivazione senza però diventare fine a se stessa. Gestire efficacemente un sistema di riconoscimento non è facile.

Un premio per chi tiene un comportamento esemplare? In realtà il contratto di lavoro stabilisce di per sé che i dipendenti, in cambio dello stipendio, devono svolgere le proprie mansioni con cura e diligenza. Ma come motivarli a dare di più? Per esempio a fare più attenzione alla sicurezza in azienda e alla propria salute? La ricetta più semplice è premiare l'impegno.

Errori tipici

La Suva è a favore dei sistemi di riconoscimento, ma mette in guardia dal commettere alcuni gravi errori nel modo di gestirli, perché altrimenti rischiano di fare più danni che altro. I premi in denaro sono un buon incentivo, ma se troppo esosi e frequenti possono rivelarsi controproducenti: i lavoratori rischiano di darli per scontati e possono trovarsi in difficoltà economiche quando non li ricevono. Inoltre, un premio eccessivo rischia di distorcere il messaggio che si vuole veicolare. Rispettare le regole di sicurezza, infatti, non dovrebbe essere un atto straordinario, ma un'abitudine, anche se richiede uno sforzo maggiore.

Meglio i premi «in natura»

Con un po' di fantasia si possono trovare dei premi diversi dal denaro ma comunque appetibili, come buoni acquisto, biglietti di ingresso ad uno spettacolo o cesti regalo. Certo bisogna conoscere minimamente gli interessi della persona che si intende premiare e cercare il regalo giusto. Ciò richiede uno sforzo in più ma fa anche capire che i comportamenti sicuri non passano inosservati e sono apprezzati.

Premiare l'impegno

Se il premio viene semplicemente spedito per posta, rischia di passare inosservato. Meglio trovare un'occasione per premia-



La Suva è a favore dei sistemi di riconoscimento, ma mette in guardia dai passi falsi.

re chi si è distinto per l'impegno, magari nel quadro di un evento aziendale, una gita o la cena di Natale. La consegna del premio è un modo per ricordare a tutti l'importanza della sicurezza.

Pro e contro

Le numerose difficoltà e i dubbi legati ai sistemi di riconoscimento hanno indotto

la Suva ad intervenire. Ha così pubblicato una scheda tematica che aiuta le aziende a soppesare i pro e i contro di un tale sistema. Sono inoltre disponibili diversi modelli di valutazione e consigli pratici, ad esempio nell'opuscolo 33059 (download gratuito all'indirizzo www.suva.ch/waswo-i). // **sbj**

Dimezzati gli infortuni dopo un anno

→ www.suva.ch/manutenzione → www.suva.ch/waswo-i/84040.i 📻 www.suva.ch/podcast-benefit-i

Per la Posta la sicurezza dei dipendenti ha la massima priorità. Per questo motivo sta applicando alla lettera la campagna Suva dedicata alla manutenzione e i risultati si vedono: nel giro di un anno è stato possibile ridurre della metà gli infortuni professionali tra i manutentori.

Centro lettere di Härkingen (SO): un capannone grande quanto cinque campi di calcio, 600 impiegati, tre turni di lavoro e sei milioni di lettere smistate. Le buste vengono portate a destinazione all'interno di casse grigie tramite una serie di nastri trasportatori. Qui vengono prese in consegna da mani solerti che le indirizzano all'impianto di smistamento.

Fretta: prima causa d'infortunio

In questo luogo dove i ritmi sono frenetici lavorano complessivamente 48 persone specializzate in manutenzione e anche in sicurezza, la propria. «Nella manutenzione una delle prime cause d'infortunio è la fretta. In caso di guasto le macchine devono essere ripristinate il prima possibile» spiega Rolf Piana, responsabile ma-

nutenzione. In queste situazioni è imperativo impedire le cadute dall'alto, dato che gli operai sono costretti ad arrampicarsi sul macchinario per eliminare i guasti. «Nel frattempo abbiamo predisposto delle piattaforme che sono più sicure e che consentono di lavorare in modo più efficiente» continua Piana.

Da un anno nel reparto manutenzione di Post Mail si applica la campagna Suva dedicata alla manutenzione. In concreto, il personale viene addestrato con il sostegno della Suva. In primo piano ci sono le otto regole vitali pensate per il personale manutentore. «I nostri dipendenti le hanno recepite molto bene» dichiara Rolf Piana. Tutti hanno partecipato al corso di formazione, dal semplice operatore di macchina fino al responsabile di team del reparto manutenzione.

Meno infortuni dopo la campagna Suva

La campagna sulla sicurezza nella manutenzione ha centrato l'obiettivo, ossia motivare i dipendenti a dire «STOP» in caso di pericolo, spiega Rolf Piana. Questo è stato apprezzato dalla Direzione: «Una cosa è certa: non vogliamo infortuni». E da questo punto di vista il reparto manutenzione di Post Mail ha riscosso un successo non da poco: ancora un anno fa si registravano 6,9 infortuni sul lavoro ogni 100 dipendenti. Per la Direzione un dato eccessivo. Alla fine dello scorso anno si sono registrati solo 3,1 infortuni. «Attuare questa campagna ha avuto un effetto positivo ed è stata un'ottima cosa» riassume Rolf Piana. // dffk



Rolf Piana vigila sulla sicurezza al centro lettere di Härkingen. // Cyrill Kuster



L'intervista completa a Rolf Piana, responsabile manutenzione alla Posta, è disponibile all'indirizzo www.suva.ch/manutenzione. Qui spiega come Post Mail mette in pratica la campagna Suva dedicata alla manutenzione.

Imparare a dire STOP

➔ www.suva.ch/eletricita 🎧 www.suva.ch/podcast-benefit-i

Gli infortuni di natura elettrica possono avere conseguenze gravi. Il rischio di perdere la vita a causa di un infortunio di questo tipo è 50 volte più alto rispetto alle altre tipologie di infortunio. La categoria professionale più colpita sono gli elettricisti.



La Suva ha avviato una campagna di prevenzione per chi lavora con l'elettricità.

In Svizzera ogni anno si infortunano 430 elettricisti nell'esercizio della professione. 2-3 perdono la vita, circa 50 riportano lesioni gravissime. Per questo la Suva, in collaborazione con Electrosuisse, l'Ispettorato federale degli impianti a corrente forte e altre organizzazioni del settore elettrico, ha avviato una campagna di prevenzione rivolta a questa categoria professionale.

«Gli infortuni nel campo dell'alta tensione spesso provocano ustioni gravissime e in molti casi portano alla morte. Questo fatto è risaputo», afferma Norbert Federspiel, responsabile del progetto di Electrosuisse. «Non mi ha sorpreso il fatto che anche in condizioni di bassa tensione, ossia fino a 1000 volt, si verificano tuttora infortuni molto gravi con lesioni mortali».

Sottovalutazione dei pericoli

La maggior parte degli infortuni è dovuta al mancato rispetto delle regole di sicurezza. I motivi sono diversi: fretta, poca chiarezza nell'assegnazione degli incarichi e sottovalutazione dei rischi. L'elettri-

cià è invisibile e non ha odore; pertanto, l'individuo non è in grado di avvertire con i sensi i pericoli dovuti all'elettricità. Le persone che lavorano su installazioni elettriche devono essere sensibilizzate regolarmente sui pericoli legati all'esercizio della professione.

Sospendi i lavori

Il messaggio cardine della campagna è il seguente: **quando un pericolo minaccia la tua vita o la tua salute, sospendi i lavori. Riprendi i lavori solo dopo aver eliminato il pericolo.** Questo messaggio sintetizza al meglio le «regole vitali» che si rivolgono principalmente agli elettricisti e ai loro superiori. L'obiettivo della campagna è fare in modo che tutti gli elettricisti conoscano e mettano in pratica queste regole. Per sensibilizzare e formare il personale sono a disposizione diversi strumenti utili (vedi pag. 22).

Mettere in pratica le regole vitali

Il responsabile del progetto dichiara: «L'obiettivo è fare in modo che tutti gli elettricisti conoscano e mettano in pratica le regole vitali. Nel momento in cui gli elettricisti ricevono un incarico, devono riflettere sul fatto se possono rispettare le regole vitali al momento dell'esecuzione. Se non è così, devono dire STOP». Questo controllo deve essere fatto sempre, anche durante il lavoro.

Destinatari della campagna

La campagna si rivolge a circa 100 000 occupati a tempo pieno:

- dipendenti e superiori di aziende elettriche, di installazioni e controllo
 - elettricisti aziendali
 - formatori nelle scuole e nelle aziende
- I superiori sono chiamati in causa: devono essere i primi a dare il buon esempio, istruire il personale e imporre il rispetto delle regole vitali sul lavoro. Solo in questo modo è possibile ridurre in maniera sensibile il numero degli infortuni elettrici. //hat

Promuovere la sicurezza insieme

→ www.suva.ch/film → www.suva.ch/waswo-i/dvd 376



Napo è tornato in azione. Nell'ultimo film animato dedicato alla sicurezza e alla tutela della salute sul lavoro, Napo si trova ad affrontare un argomento di importanza centrale. «Lavoriamo insieme» illustra i presupposti imprescindibili perché la sicurezza sul lavoro si possa attuare in modo efficace, ossia: operare in condizioni di sicurezza e promuovere comportamenti sicuri. Entrambe le condizioni possono realizzarsi solo se datori di lavoro e lavoratori si impegnano a collaborare a tutti gli effetti. Le disavventure che capitano a Napo ne sono un esempio più che evidente. Con un pizzico di umorismo e senza utilizzare parole, il film si rivolge ad entrambe le parti per invitarle ad agire insieme. Il DVD è una coproduzione europea. // afe

CFSL: nuovi strumenti per la prevenzione

→ www.cfsl.ch

La Commissione federale di coordinamento per la sicurezza sul lavoro (CFSL), di cui la Suva è membro, ha creato una serie di nuovi strumenti per migliorare la prevenzione nel campo degli infortuni professionali. La CFSL li ha testati con successo nel settore del prestito del personale e nei servizi e ora li propone a tutti i settori professionali. Ad esempio, il passaporto personale per la sicurezza serve a documentare il flusso d'informazioni e le attività formative nell'ambito della sicurezza sul lavoro. Un DVD gratuito mostra le situazioni di pericolo e come ci si deve comportare in questi casi. Vari esempi consentono agli utenti un approccio interattivo indipendentemente dalla lingua parlata. Per i responsabili della formazione il DVD contiene ulteriori informazioni a sostegno delle loro attività. Per informazioni, il download e altro visitare il sito www.cfsl.ch. // hga



Sport quando fa freddo: consigli utili

→ www.suva.ch/sport-freddo

Quando la temperatura si fa gelida, solo pochi temerari si avventurano all'aperto per fare sport. La gola secca o i polmoni doloranti sono soltanto delle scuse oppure fare sport a temperature sotto zero fa veramente male? Irene Kunz, specialista in medicina del lavoro e medicina interna alla Suva, risponde alle domande più frequenti su questo argomento. Vi invitiamo a leggere l'intervista sul sito della Suva e a scoprire come proteggersi efficacemente dal freddo, quando è meglio parlare poco oppure rinunciare veramente a fare sport all'aperto. // hga

La Suva poggia su basi solide

→ www.suva.ch/performance-i

Nel corso dell'esercizio 2012 la Suva ha tratto beneficio dall'andamento positivo dei mercati finanziari ottenendo una performance dell'8,6 per cento sugli investimenti diversificati. Una performance di tutto rispetto che si situa al di sopra della media nel lungo termine. Il patrimonio investito è passato da 38,4 a 41,9 miliardi di franchi. Questo capitale serve a tutelare i quasi 100 000 beneficiari di rendite ai quali la Suva versa ogni mese circa 140 milioni di franchi in rendite per invalidità o superstiti.

Il grado di copertura finanziario – ossia il rapporto tra capitale e impegni finanziari – è salito dal 118 per cento dell'anno precedente al 125 per cento nel 2012. La Suva continua dunque a poggiare su solide basi finanziarie. Tutti gli impegni a lungo termine sono interamente coperti. Maggiori informazioni sul sito web della Suva. // hga

Disturbi di salute correlati al lavoro

→ www.suva.ch/fr/diskussionsforum-2012.pdf

Gli organizzatori dell'11° edizione del Forum dedicato ai disturbi di salute correlati al lavoro hanno sollevato un paradosso: ossia il fatto di dover passare un'intera giornata a interrogarsi sulla necessità di un clima sereno sul lavoro. Secondo Fabien De Geuser, professore associato presso il Management Control Department all'ESCP Europe Paris campus, la salute viene spesso intesa come un costo ingestibile il cui valore per le imprese non è facilmente visibile. Questo rende difficile per i manager affrontare correttamente questa problematica. Per mostrare la complessità dell'argomento, Peter Schulz, direttore dell'Institute of Communication and Health dell'USI a Lugano, ha svolto un'analisi molto interessante sul modo in cui le lingue e le culture influiscono sulla percezione dello stress. Infine, Martina Rummel, psicologa presso l'Institut für betriebliche Suchtprävention di Berlino, ha sottolineato l'importanza di sviluppare un proprio senso di resistenza per sfuggire ai disturbi. // cv

Contenere l'aumento delle spese di cura

→ www.youtube.com/user/suvasvizzera

I costi della sanità pubblica aumentano di anno in anno. La Suva combatte efficacemente questo aumento. Grazie alla gestione attiva delle spese di cura, alla Suva questi costi aumentano in misura chiaramente inferiore rispetto a quelli dell'assicurazione malattia. In un breve video la Suva presenta le misure più efficaci per ridurre i costi, che permettono di risparmiare ogni anno 100 milioni di franchi. Tra le altre cose il controllo accurato delle fatture e le convenzioni tariffarie comportano importanti risparmi senza dover limitare le prestazioni. La Suva non risparmia solo denaro. Il controllo automatizzato delle fatture consente di mettere a disposizione un numero maggiore di dipendenti per l'assistenza individuale alle persone infortunate. // mpf

Impressum

Editore: Suva, casella postale, 6002 Lucerna
Tel. 041 419 51 11, fax 041 419 58 28
www.suva.ch/it; benefit@suva.ch
Redazione: Gabriela Hübscher (hga)

Hanno collaborato a questa edizione:
Stéphanie Berger (sbj), redattrice
Karin Diodà (dfk), redattrice Pro
Alois Felber (afe), redattore Pro
Nadia Gendre (gnc), redattrice
Robert Hartmann (hat), redattore Pro
Pascal Mathis (mpf), redattore Risk/Care
Jan Mühlethaler (mjh), responsabile comunicazione d'impresa
Rahel Röllin (rr2), free lance
Bigna Silberschmidt (big), free lance
Charly Veuthey (cv), free lance
Jean-Luc Cramatte, fotografo
Alma Johans, fotografa
Cyrill Kuster, fotografo
Franca Pedrazzetti, fotografa
Fränzi Meyer (mfc), layout

Ordinazioni:

Suva, Servizio clienti, casella postale, 6002 Lucerna
Tel. 041 419 58 51, fax 041 419 59 17
E-mail: servizio.clienti@suva.ch
www.suva.ch/waswo-i

Riproduzione autorizzata con citazione della fonte.
«benefit» è pubblicato quattro volte l'anno.

La rivista è prodotta a impatto zero
sul clima: www.myclimate.org

Equilibrati sui cantieri

→ www.suva.ch/footbag-i



Per tredici settimane alcuni operai edili della Implenia Bau AG hanno svolto il programma di allenamento «footbag» della Suva. Con evidente successo. Al termine del programma gli operai edili hanno constatato notevoli progressi per gli esercizi di equilibrio svolti su una sola gamba o camminando all'indietro. E questi valori sono rimasti costanti anche a qualche settimana dalla fine degli allenamenti. Il film sul nostro sito documenta il test svolto. Quasi 295 000 persone si fanno male ogni anno perché inciampano o cadono. Questi infortuni si potrebbero evitare grazie a un equilibrio migliore e a una maggiore forza nelle gambe. // hga

Il modello Suva

I quattro pilastri della Suva

- La Suva è più che un'assicurazione perché coniuga prevenzione, assicurazione e riabilitazione.
- La Suva è gestita dalle parti sociali: i rappresentanti dei datori di lavoro, dei lavoratori e della Confederazione siedono nel Consiglio di amministrazione. Questa composizione paritetica permette di trovare soluzioni condivise ed efficaci.
- Gli utili della Suva ritornano agli assicurati sotto forma di riduzioni di premio.
- La Suva si autofinanzia e non gode di sussidi.

Testate le vostre conoscenze

Cosa ci aspetta in futuro?

→ www.suva.ch/concorso

Domanda:

In quante categorie tematiche si raggruppano le tendenze future delineate dalla Suva in base ad oltre 600 segnali concreti?



1° premio:
buono per un casco da sci/snowboard
del valore di 250 franchi



2° premio:
cornice digitale con
touchscreen



3° premio:
cesta regalo



4°-10° premio:
trovachiavi

Risposta:

A
5 categorie tematiche

B
10 categorie tematiche

C
12 categorie tematiche

La risposta a questa domanda e altre informazioni sul radar di individuazione precoce sono disponibili sul nostro sito Internet (anche in italiano) oppure nell'opuscolo a tema, disponibile in francese e tedesco su www.suva.ch/waswo-i con il codice 2965.

Soluzione dello scorso numero
→ www.suva.ch/waswo-i/44088.i

Chi è responsabile in caso di danno da difetto di manutenzione?

A La Suva se non è possibile identificare il colpevole.

B Il proprietario dell'opera (edificio) può fare regresso verso la persona responsabile della manutenzione.

C La colpa è sempre dell'infortunato.

La risposta esatta era la B. Chi subisce un danno a causa di una manutenzione carente può far valere la responsabilità del proprietario dell'opera. Quest'ultimo, a sua volta, può rivalersi sul responsabile della manutenzione.

Se sapessimo in anticipo che la gita fuori porta, la partita di calcio o la giornata di lavoro si concluderà con un infortunio, sicuramente ci comporteremmo in modo diverso. Faremmo molta più attenzione ai nostri gesti o magari non usciremmo proprio di casa. Purtroppo, invece, non ci è dato vedere nel futuro. Ma con il suo radar di individuazione precoce la Suva dispone di uno strumento che le permette di identificare i rischi e le opportunità che si vanno delineando nella prevenzione degli infortuni e delle malattie professionali.

Negli ultimi 3 anni la Suva ha individuato oltre 600 nuovi segnali che potrebbero indicare tendenze significative per la salute sul lavoro e la sicurezza nel tempo libero. I risultati sono presentati in una nuova pubblicazione con il contributo di vari esperti. Grazie al sistematico monitoraggio dei cambiamenti la Suva punta ad anticipare gli sviluppi futuri e a prevenire eventuali conseguenze negative per la salute dei lavoratori. //rr2

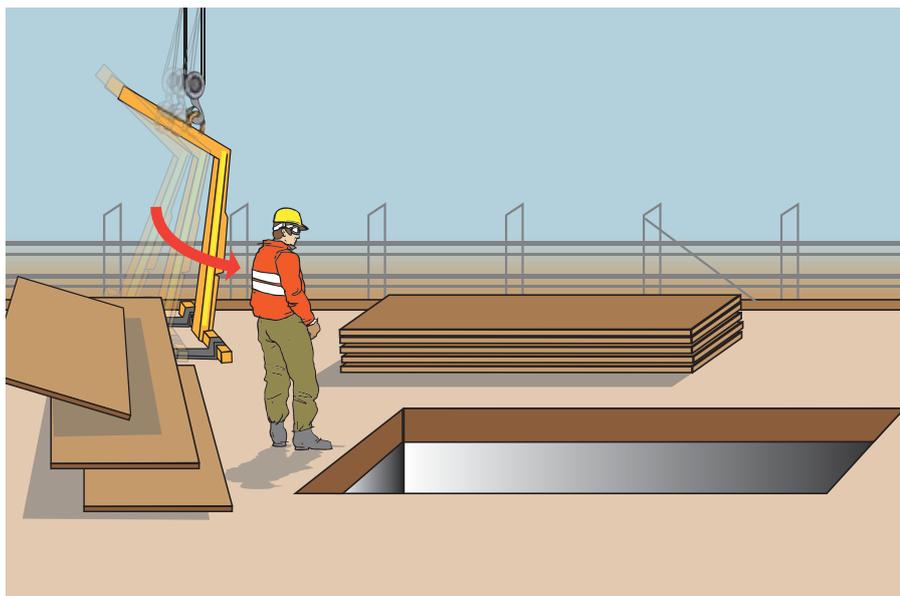
❖ Termine di partecipazione: 11 marzo 2013

❖ I vincitori sono stati informati per iscritto. I loro nomi sono pubblicati su www.suva.ch/concorso.

Caduta in un vano scala non protetto

→ www.suva.ch/esempi-infortunati → www.suva.ch/waswo-i/84046.i

Durante il montaggio di alcuni pannelli prefabbricati in legno in un edificio in costruzione un operaio cade da un'altezza di sei metri finendo in un vano scala. Nella caduta riporta gravi lesioni.



Le forche della gru perdono il carico e si mettono ad oscillare finendo per colpire l'operaio che cade nel vano scala.

Sul cantiere di una casa plurifamiliare diversi operai sono impegnati nella realizzazione del piano più alto di una struttura prefabbricata in legno. I lavori di montaggio sono quasi terminati e ormai mancano solo un paio di elementi in legno al di sopra dell'apertura del vano scala. Il gruista sta per deporre un fascio di pannelli di legno; il carico però non è fissato saldamente alle forche e scivola via. Le forche cominciano ad oscillare pericolosamente all'indietro colpendo l'operaio che si trova nei pressi del vano scala. L'uomo perde l'equilibrio e cade nel vuoto per sei metri. Nell'impatto con il terreno riporta gravi lesioni.

Violazione di una regola vitale

L'infortunio si è verificato anche perché attorno all'apertura del vano scale non c'era alcun dispositivo di protezione. Il fatto che il vano scala fosse sprovvisto di un parapetto, di una rete di sicurezza o di un ponteggio di ritenuta, è una chiara violazione di una delle «regole vitali per i

costruttori in legno». Ecco cosa stabilisce in concreto tale regola: «Mettiamo in sicurezza le aperture nel vuoto a partire da un'altezza di caduta di 2 m» (pieghevole Suva 84046.i, regola 1).

Attrezzature inadeguate

Inoltre, non era ammesso trasportare dei pannelli di legno senza assicurarli saldamente sulle forche della gru. Per di più, le forche portapallet non erano idonee a quel tipo di trasporto e non sarebbero mai dovute essere utilizzate. //

Roland Richli, Settore costruzioni

Per evitare infortuni simili

Il datore di lavoro e il superiore devono agire con responsabilità e far mettere in sicurezza le aperture nel vuoto. I lavoratori, dal canto loro, devono dire STOP se mancano i dispositivi di protezione. In questi casi devono sospendere i lavori, informare il superiore e riprendere l'attività solo dopo aver adottato adeguati provvedimenti.

Ulteriori misure per i datori di lavoro e superiori

- Prima di iniziare i lavori verificare se sono presenti tutti i dispositivi di protezione.
- Prevedere i dispositivi di protezione durante la fase di preparazione dei lavori.
- Pianificare i lavori in modo da mettere in sicurezza tutti i punti con rischio di caduta dall'alto.
- Istruire e sensibilizzare periodicamente i lavoratori sui pericoli e sulle misure di protezione da adottare nella movimentazione degli elementi prefabbricati in legno.
- Vigilare sul rispetto delle misure anticaduta e imporre le norme di sicurezza.
- Per il trasporto e il sollevamento dei pannelli di legno utilizzare gli accessori di imbracatura e di sospensione dei carichi previsti a tale scopo.

Misure per i lavoratori

- Informarsi sui potenziali pericoli e attenersi alle istruzioni impartite dal datore di lavoro.
- Predisporre i dispositivi di protezione in modo sicuro.
- Mettere in sicurezza i carichi per il trasporto in modo che non scivolino via.

Innovazione = assicurazione sulla vita

→ www.suva.ch/dispositivi-di-protezione → www.knoepfel.ch

Alla Knoepfel AG, una sorta di joystick garantisce la sicurezza dei polimeccanici. Con il pulsante di consenso, l'impresa ha trovato una soluzione esemplare per lavorare con efficienza senza disattivare i dispositivi di protezione delle macchine.



Oggi Hansjörg Boss, grazie al pulsante di consenso, può lavorare con la porta aperta senza disattivare il dispositivo di protezione della macchina.

«È stato molto spiacevole», ricorda Anton Rechsteiner, responsabile tecnico e membro della Direzione della Knoepfel AG di Walzenhausen (AR), a proposito della visita della Suva. La Knoepfel AG lavora metalli per produrre pezzi meccanici destinati all'industria ferroviaria e aeronautica. Markus Schnyder, ingegnere della sicurezza della Suva, ha riscontrato alcune irregolarità. In due macchine sottoposte al suo controllo ha notato che gli interruttori di monitoraggio degli sportelli erano stati manipolati per consentire agli operatori di utilizzare la macchina con lo sportello aperto.

In un'azienda su tre la Suva rileva manipolazioni dei dispositivi di sicurezza. Con la campagna «STOP alla manipolazione dei dispositivi di protezione» sensibilizza le imprese riguardo ai pericoli per evitare tragici infortuni.

Del tutto ignari

Schnyder ha spiegato a Rechsteiner che se la Knoepfel AG avesse continuato a mettere in pericolo l'incolumità dei lavoratori, ne sarebbero derivate pesanti conseguenze legali: il blocco degli impianti e magari una denuncia. «Eravamo del tutto ignari», sostiene Anton Rechsteiner, perché la Knoepfel AG non sospettava di commettere una negligenza grave: «I nostri dipendenti sono dei professionisti e sono istruiti riguardo ai pericoli», aggiunge.

Grazie agli esempi di infortuni realmente accaduti e al film della Suva «Venerdì nero», Rechsteiner si è convinto del proprio errore: «Siamo rimasti davvero colpiti». A posteriori, comprende appieno perché la legge impone regole tanto rigide alle imprese.

Soluzione innovativa

La Knoepfel AG è passata subito all'azione. Il problema era costituito dal rivestimento che protegge numerose macchine e riduce drasticamente la visibilità del processo di lavorazione. Era quindi necessario poter intervenire sulle macchine con gli sportelli aperti, ma ad una velocità di rotazione minore. Inoltre, bisognava



Per conoscere la campagna «STOP alla manipolazione dei dispositivi di protezione»: www.suva.ch/dispositivi-di-protezione e film «Venerdì nero», www.suva.ch/waswo-i/DVD 363.



All'acquisto di una macchina, non parlate solo di prezzi e prestazioni. È importante chiarire con il fornitore anche i requisiti per la messa in servizio. L'opuscolo «Attrezzature di lavoro: la sicurezza parte dall'acquisto» (www.suva.ch/waswo-i/66084.i) vi spiega a cosa fare attenzione quando acquistate attrezzature di lavoro.

garantire che un arresto immediato non danneggiasse né il pezzo né il comando meccanico. Gli esperti dell'azienda fornitrice e della Knoepfel AG hanno lavorato fianco a fianco per trovare una soluzione. Il risultato: la Knoepfel AG ha equipaggiato quattro impianti con un pulsante di consenso, una sorta di joystick. I costi di circa 50 000 franchi sono stati ripartiti tra la Knoepfel AG e il fornitore. «Se questi adattamenti vengono effettuati subito all'acquisto della macchina, si risparmia molto», spiega Markus Schnyder (vedi box sopra).

Tutta la sicurezza in un pulsante

Oggi i polimeccanici della Knoepfel AG lavorano con il pulsante di consenso. In pratica, quando la macchina funziona con lo sportello aperto tengono premuto il pulsante del dispositivo che hanno in mano. Se, per riflesso, il pulsante viene premuto a fondo o rilasciato, la macchina si arresta. «Così posso lavorare in piena sicurezza e avere una visibilità ottimale, per evitare collisioni tra pezzi e strumenti», afferma il polimeccanico Hansjörg Boss. «All'inizio ho avuto difficoltà, perché mi restava una sola mano libera per lavorare. Con il tempo, però, ci si fa l'abitudine».

«La soluzione è valida, i collaboratori la utilizzano», conferma Hannes Bruderer, incaricato della qualità e della sicurezza della Knoepfel AG. «Il nostro vantaggio per il futuro è che ora sappiamo a cosa dobbiamo fare attenzione al momento di acquistare una macchina». // Testo: Gabriela Hübscher // Foto: Cyrill Kuster

La primavera a febbraio

Febbraio! L'inverno si trascina e non se ne può più. Da noi febbraio ha una cattiva reputazione, mentre in Cina questo mese glaciale segna l'inizio della primavera, stagione durante la quale germinano i semi.

I nostri nonni lo sapevano molto bene: «Gennaio ingenera, febbraio intenera». Ossessionata dal momento presente, la nostra epoca non vuole più saperlo e giudica soltanto in base a quello che vede: è primavera quando riaprono le terrazze all'aperto.

Certo che è difficile pensare a lungo termine quando si vive nell'urgenza. E tuttavia, anche nella nostra epoca in cui predomina il fare, è sempre bene prendersi del tempo per osservare prima di decidere. A tale proposito, chi esercita un ruolo decisionale e non solo leggerà con molta attenzione un libro dal titolo alquanto provocatorio: *Les décisions absurdes II – Comment les éviter* (Gallimard 2012).

Christian Morel, autore di un primo volume nel 2002, analizza le cause delle decisioni sbagliate e le condizioni propizie alle decisioni sagge e lo fa portando degli esempi reali. Ad esempio, si è visto che gli incidenti aerei sono molto più frequenti quando il capitano è ai comandi: il copilota, suo subalterno, non osa contraddirlo quando fa un errore; il contrario non è vero.

Questo non succede solo nelle cabine di pilotaggio. Molte aziende sono restie a lanciarsi nel contraddittorio perché questo significa dimenticare la gerarchia e in più richiede tempo.

Nell'aeronautica i piloti passano ore ed ore ad analizzare la dinamica degli incidenti di volo; pochissime imprese invece dedicano agli «errori» il tempo necessario per trarne degli insegnamenti. Il manager non si perde in chiacchiere, ma agisce!

Secondo Morel, «nella nostra cultura caratterizzata dalla supremazia dell'azione la vera sfida non è tanto quella di andare più veloce, ma di comunicare e riflettere, di fermarsi più spesso e più a lungo». Per meglio anticipare le tendenze future.

Prestando attenzione a quello che sta facendo capolino, come la primavera a febbraio.



Jacques Poget, cronista, ex capo redattore di 24 heures e presidente della giuria del Prix Suva des Médias.



Per gli ustionati della clinica di riabilitazione di Sion è un vero angelo: Pauline Roomberg, infermiera per passione.

Al servizio dei pazienti ustionati

→ www.crr-suva.ch

L'infermiera Pauline Roomberg, 35 anni, vede molto dolore nel suo quotidiano lavorativo: assiste i pazienti vittime di ustioni nel reparto di traumatologia della Clinique romande de réadaptation di Sion.

Testo: Nadia Gendre // Foto: Jean-Luc Cramatte

Pauline Roomberg è il tipo di persona che, con la sola presenza, riesce a tranquillizzare i pazienti: la sua voce è pacata e i suoi gesti denotano sicurezza e precisione. Ma si distingue soprattutto per la grande sensibilità e la capacità di ascoltare. Si tratta di qualità importantissime quando si assistono pazienti in riabilitazione, provati dal dolore.

Infermiera per caso

Pauline Roomberg avrebbe potuto prendere le redini dell'albergo di famiglia, ma al termine di un tirocinio in una casa di riposo per anziani ha seguito un corso di formazione per infermieri a Monthey (VS).

La sua carriera ha avuto inizio nel 2003, dopo il diploma, nel reparto di medicina della clinica universitaria di Losanna. Prestando assistenza ai pazienti terminali e alle loro famiglie, ha conosciuto da vicino il dolore. L'esperienza le ha insegnato che per elaborare una perdita è necessario portare a termine un processo attivo, articolato in diverse fasi successive. Pauline ha lasciato la clinica dopo cinque anni e ha iniziato un'attività a tempo determinato presso il reparto di traumatologia della Clinique romande de réadaptation di Sion. A convincerla a restare sono state l'assistenza medica e le infrastrutture di notevole qualità, nonché la bellezza del luogo. «La dottoressa Maria Iakova mi ha contagiata con la sua passione per la cura delle ustioni», racconta Pauline che è ormai esperta nel settore.

Dolori a livello fisico e psicologico

Le persone che hanno subito ustioni hanno bisogno di lunghe serie di trattamenti: devono sottoporsi a una doccia terapeutica tre volte la settimana. «Spesso è dolorosa e i pazienti la temono», spiega Pauline. «Ma si tratta di un momento importante poiché consente di valutare il decorso delle lesioni». Una volta applicati nuovamente i bendaggi, gli esperti di psicoterapia ed ergoterapia si occupano, tra l'altro, dell'elasticità della cute. In seguito si applica la crema sulle parti lese. «Di norma, all'inizio, i pazienti evitano di guardare la propria cute ustionata». Devono rassegnarsi ad affrontare la vita in un corpo che non è più quello di prima, provare a ricominciare e accettare la nuova immagine di sé. «Si tratta in genere di un processo lungo», afferma Pauline.

Alla cura della pelle segue un'ulteriore fase spiacevole. Per evitare un'ipertrofia e/o contratture della

pelle, i pazienti devono indossare indumenti compressivi, realizzati su misura e modificati più volte in base alle alterazioni cutanee. La maschera per il viso per «stirare» la pelle del collo e/o del volto, il divaricatore orale per preservare l'apertura della bocca e i vari tutori per mantenere la mobilità articolare spesso spingono il paziente al limite della sopportazione. Si tratta di strumenti

«Di norma, all'inizio, i pazienti evitano di guardare la propria cute ustionata».

che migliorano la qualità della vita nel lungo periodo, ma che mettono a dura prova la motivazione del paziente. La meditazione, l'ipnosi e i farmaci consentono di alleviare i dolori fisici. Per sofferenze di altro genere, spesso si dimostrano più efficaci le piccole cose: «la musica o una tazza di caffè creano un'atmosfera empatica, ideale per parlare, rassicurare e tranquillizzare», rivela la giovane infermiera.

Viaggiare per ritrovarsi

Pauline ama il proprio lavoro, che è spesso molto impegnativo. Per rigenerarsi fa tennis, nuoto o passeggiate. E fa il pieno di energia anche a contatto con la natura, leggendo i libri di Rosette Poletti, la sua autrice preferita, e soprattutto viaggiando. Di recente ha scoperto la baia di Ha Long, in Vietnam, e le piace ricordare quel luogo quando si trova ad affrontare una situazione difficile. La positività e il piacere che prova nell'attesa del prossimo viaggio l'aiutano a ritrovare rapidamente se stessa. Le domando se crede a un «rimedio» speciale per bloccare un'emorragia o guarire un'ustione. Mi risponde convinta «Sì. Per esperienza so che qualsiasi cosa in grado di regalare al paziente maggiore agio e comodità ha un effetto positivo».

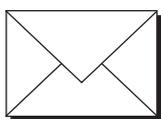
Per ordinare direttamente su Internet

→ www.suva.ch/benefit-cedola-ordinazione

Ordinando le nostre pubblicazioni con la cedola di ordinazione online è possibile contare su tempi di spedizione più rapidi.

Newsletter

→ www.suva.ch/newsletter-i



Vi invitiamo ad iscrivervi alla nostra newsletter che informa mensilmente su argomenti d'attualità, campagne, nuove offerte e servizi.

Regole vitali per chi lavora con l'elettricità



Le «Regole vitali per chi lavora con l'elettricità» sono espresse sotto forma di messaggi di semplice comprensione e riguardano le situazioni in cui gli elettricisti sono esposti a seri pericoli per la salute, ossia in caso di infortuni molto gravi o mortali. La campagna «Elettricità sicura» (vedi pag. 13) mira a far sì che tutti gli elettricisti conoscano le regole vitali del mestiere e le mettano in pratica sul lavoro. Cinque regole sono già note agli addetti ai lavori (regole delle cinque dita per i lavori in assenza di tensione). A queste si sono aggiunte altre cinque regole.

5 + 5 regole vitali per chi lavora con l'elettricità

↳ Pieghevole // 10 pagine // Codice 84042.i

↳ Vademecum // 12 schede allegate A4 // Codice 88814.i

Ulteriori strumenti a sostegno della campagna «Elettricità sicura» sono disponibili all'indirizzo www.suva.ch/elettricit.

Per un elenco di tutte le regole pubblicate finora consultare la pagina www.suva.ch/regole-vitali.

Programma corsi 2013



Volete perfezionare le vostre conoscenze in materia di sicurezza sul lavoro e tutela della salute? Oppure volete consigliare un corso di aggiornamento o perfezionamento a un dipendente? Il programma dei corsi aggiornato è visibile in Internet ed è disponibile anche su carta (versione breve di 6 pagine). Iscrivetevi il prima possibile: per quest'anno sono rimasti pochi posti liberi.

↳ Formazione sicurezza sul lavoro e tutela della salute. Programma dei corsi 2013 // 6 pagine A5 // Codice 88045.i

↳ www.suva.ch/corsi

Prevenzione: campagne e proposte 2013



Conoscete le campagne di prevenzione che la Suva ha in programma per il 2013? Avete già stabilito come la vostra azienda potrà sfruttarle al meglio? La Suva assiste le aziende che vogliono impegnarsi a favore della sicurezza proponendo campagne e strumenti di prevenzione lungimiranti. Consultate il nostro catalogo aggiornato o andate all'indirizzo www.suva.ch/campagne. Siamo certi che un argomento susciterà il vostro interesse e potrà diventare oggetto di un'iniziativa in azienda.

↳ Prevenzione: campagne e proposte 2013 // 68 pagine A5 // Codice 88089.i

Linee guida per una manutenzione sicura

La Legenda per la manutenzione in sicurezza degli impianti (LESI) è una pubblicazione della Segreteria di Stato dell'economia (SECO) e della Commissione federale di coordinamento per la sicurezza sul lavoro (CFSL) che spiega come individuare i pericoli particolari legati alla manutenzione e adottare le misure di protezione necessarie.

Il 19 per cento di tutti gli infortuni mortali sul lavoro avviene durante gli interventi di manutenzione. Inoltre, circa un terzo di tutti gli infortuni gravi si registra

proprio in questo ambito. Spesso, i motivi sono riconducibili alla procedura correttiva in fase manutentiva. Questo significa che i manutentori intervengono dopo che un impianto o un apparecchio ha già manifestato un guasto. È risaputo che proprio in questi frangenti i rischi sono più elevati e che non sempre si garantisce un livello di sicurezza adeguato. Il personale manutentore deve avere l'ultima parola in fatto di sicurezza. In altre parole: in caso di pericolo i manutentori devono dire «STOP», eliminare le eventuali carenze o contattare il superiore.

↳ **Legenda per la manutenzione in sicurezza degli impianti**, opuscolo tascabile con rilegatura a spirale // 16 pagine // Codice di ordinazione 6070.i

Informazioni utili sull'amianto per pittori e gessatori



In Svizzera l'amianto è vietato dal 1990. Ciò nonostante, lo si può ancora trovare in molti materiali. Il rinvenimento avviene spesso durante i lavori di ristrutturazione e demolizione di un edificio. Proprio in questi frangenti gli operai corrono il pericolo di inalare le minuscole fibre di amianto disperse nell'aria. In Svizzera si sono verificati più di mille decessi a causa dell'amianto. Nella nuova pubblicazione viene spiegato:

- quando è possibile incontrare l'amianto
 - quali misure di protezione adottare
 - quando è il caso di rivolgersi a una ditta specializzata in bonifiche da amianto.
- La pubblicazione è nata dalla collaborazione con l'Associazione svizzera imprenditori

pittori e gessatori (ASIPG) e con la Fédération Romande des Maîtres Plâtriers-Peintres (FRMPP).

↳ **Amianto: riconoscerlo, valutarlo e intervenire correttamente**. Informazioni utili per i pittori e gessatori // Opuscolo in formato tascabile // 32 pagine // Codice 84052.i

Nuove schede tematiche

Le seguenti schede tematiche possono essere scaricate dal sito Internet www.suva.ch/waswo-i in formato PDF. Non sono disponibili in formato cartaceo.

Psicologia

↳ **Sistemi di riconoscimento**. Ha senso premiare i comportamenti sicuri? // Codice 33059.i

Rivestimenti per pareti e pavimenti contenenti amianto

- ↳ **In generale** // Codice 33048.i
- ↳ **Rimozione di rivestimenti monostrato e colle bituminose negli edifici** // Codice 33049.i
- ↳ **Rimozione di rivestimenti multistrato e colle non bituminose negli edifici** // Codice 33050.i

Aspirapolvere per amianto

↳ **Aspirapolvere per amianto (classe H con requisito speciale per l'amianto)** // Codice 33056.i

Campagne di prevenzione della Suva

- ↳ **Tirocinio in sicurezza**. // Informazioni sulla campagna 33057.i
- ↳ **Elettricità sicura**. // Informazioni sulla campagna 33061.i

Ordinare elettronicamente e vincere

➔ www.suva.ch/benefit-cedola-ordinazione

Da novembre, la nuova cedola d'ordinazione elettronica permette di ordinare i supporti informativi presentati su queste pagine in modo ancora più semplice. Cogliete questa occasione! Ogni 50^a persona che effettua un'ordinazione riceve in omaggio una minifarmacia. I vincitori sono pubblicati nella prossima edizione. Ricevono una farmacia le seguenti persone che hanno effettuato un'ordinazione nell'ultima edizione: Renate

Bandi, Dotzigen; Roger Ilg, Elektro Arber AG, Kreuzlingen; Hanna Maeder, Kiefer Roten AG, Lyss; Beat Moosmann, Alex Gemperle AG, Hünenberg; Daniel Bertschy, Montre Breguet SA, Le Sentier; Giovanni Comotti, Servizio Trasfusionale CRS SI, Lugano; Romano Fanconi, Lavoro GmbH, Promotogno

Manifestini da affiggere in azienda



↳ **Non cascarci. Accendi la luce** // Formato A4 // Codice 55312.i

↳ **Se non vuoi scendere a valle in barella, tieni d'occhio la pista e frena prima che sia troppo tardi** // Formato A4 // Codice 55313.i

Film Napo: Lavoriamo insieme



Vale proprio la pena lavorare insieme per una maggiore sicurezza. Questo è il messaggio lanciato dal nuovo film di Napo che come sempre è adatto a tutti, anche ai lavoratori stranieri, in quanto il protagonista non si esprime a parole ma con le azioni (vedi anche l'articolo a pag. 14).

↳ **Napo in: Lavoriamo insieme** // 9 min. // Un film sulla cultura della sicurezza in azienda // DVD 376

Anche la pista va assaporata lentamente



Altrimenti rischi di fare un brutto volo, se devi frenare all'improvviso. Scarica l'app della Suva «Slope Track» sul tuo smartphone. La app registra le discese percorse in pista, la differenza di altitudine, la velocità individuale e ti segnala i pericoli particolari. Scaricala gratis nell'App Store e nel Google Play Store.

suvaliv

sicurezza nel tempo libero