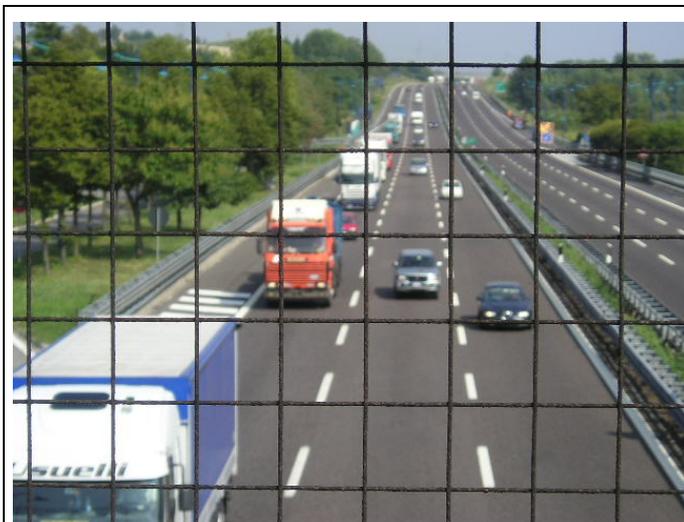


- | | |
|-------------------------|---|
| 1. COMPARTO: | AUTOTRASPORTI |
| 2. FASE DI LAVORAZIONE: | 4.1 GUIDA DEL MEZZO |
| 3. CODICE ISTAT: | 60.24.0 TRASPORTO DI MERCI SU STRADA (ATECO 2002) |
| 4. FATTORE DI RISCHIO: | ANALISI DEI RISCHI LEGATI ALLA FASE DI GUIDA DEL MEZZO |
| 5. CODICE DI RISCHIO: | riservato ufficio ISPESL |
| 6. N° ADDETTI: | |

Capitolo 1 - “La fase di lavorazione”

E' una fase che si svolge al di fuori della realtà aziendale ed è perciò influenzata da fattori esterni quali il traffico, le condizioni atmosferiche, le condizioni del mezzo stesso. Il percorso stradale a seconda del tipo di viabilità presenta difficoltà diverse, richiede performance differenti, ed è spesso obbligato dal tipo di destinazione.



Mezzi di trasporto in autostrada

Va tenuto in debito conto che l'autista arrivato al luogo di prelievo o di consegna della merce deve attendere il suo turno per l'effettuazione delle suddette operazioni ed in alcuni casi deve anche partecipare alle operazioni di carico o di scarico.

L'autista può essere dipendente della ditta che trasporta in conto terzi, dipendente di ditta che trasporta prodotti in conto proprio, titolare (padroncino) che lavora in conto terzi.

Capitolo 2 - Attrezzature, Macchine e Impianti"

Si tratta di autoveicoli per il trasporto di cose che vengono classificati come: autocarri, autotreni (motrice + rimorchio) autoarticolati (trattore stradale + semirimorchio).

		
Autocarro	Autotreno	Autoarticolato

I veicoli di cui sopra sono definiti dal Codice della Strada all'art. 47 lettera N e O.

Alla lettera N sono classificati i veicoli come segue:

- categoria N: veicoli a motore destinati al trasporto di merci, aventi almeno quattro ruote;
- categoria N1: veicoli destinati al trasporto di merci aventi massa massima non superiore a 3,5 t;
- categoria N2: veicoli destinati al trasporto di merci, aventi massa massima superiore a 3,5 t ma non superiore a 12 t;
- categoria N3: veicoli destinati al trasporto di merci, aventi massa massima superiore a 12 t;

Alla lettera O sono classificati i rimorchi come segue:

- categoria O: rimorchi (compresi i semirimorchi);
- categoria O1: rimorchi con massa massima non superiore a 0,75 t;
- categoria O2: rimorchi con massa massima superiore a 0,75 t ma non superiore a 3,5 t;
- categoria O3: rimorchi con massa massima superiore a 3,5 t ma non superiore a 10 t;
- categoria O4: rimorchi con massa massima superiore a 10 t;

Per guidare i veicoli sopra indicati oltre alla patente relativa alla categoria corrispondente al veicolo da condurre, è necessario acquisire il Certificato di Abilitazione Professionale C.A.P. (in sigla K).

Il C.A.P. è un'estensione della patente che consente la guida di determinati tipi di veicoli. (riferimento art. 116 punto 8 e 115 comma 1 lett. d) numero 3 del Codice della Strada).

Il Certificato di Abilitazione Professionale C.A.P. viene rilasciato dall'Ufficio Provinciale della Motorizzazione a seguito di un esame teorico e di una visita medica che confermi la persistenza dei requisiti psicofisici necessari al rilascio della patente di guida.

Inoltre, oltre ad essere associato ad una specifica patente di guida, è fissato anche il requisito minimo dell'età come riportato nella tabella riassuntiva che segue:

C.A.P.	Patente associata	Abilitazione di guida	Età minima
KA	A	motoveicoli di massa complessiva fino a 1,3t. adibiti a servizio pubblico di piazza od a noleggio con conducente.	21 anni
KB	B	taxi, autovetture e motoveicoli (oltre 1,3t.) da noleggio con conducente.	21 anni
KB	BE	autovetture con rimorchio adibite a noleggio con conducente.	21 anni
KC	C	autocarri con massa complessiva a pieno carico superiore a 7,5 t.	18 anni
KC	CE	autoarticolati, autotreni, autosnodati con massa complessiva a pieno carico superiore a 7,5 t.	18 anni
KD	D	autobus e scuolabus in servizio pubblico di linea e da noleggio con conducente.	21 anni
KD	DE	autoarticolati,autosnodati,autotreni adibiti al trasporto di persone in servizio pubblico di linea e da noleggio con conducente.	21 anni

Capitolo 3 - “Il fattore di rischio”

I rischi legati alla guida sono così schematizzabili:

- incidente stradale:
 - nell'80% dei casi circa è attribuibile a: imprudenze/disattenzioni o comportamenti errati (mancato rispetto delle norme del codice della strada), dell'autista o di altri utenti della strada;
 - nel 10% circa a condizioni ambientali (nebbia, ghiaccio, pioggia, neve, forti venti ecc.);
 - nel 10% alle condizioni del mezzo (cattiva manutenzione) e/o del carico (carico mal sistemato che può compromettere con il suo spostamento l'assetto del veicolo);
- ribaltamento del mezzo;
- investimento del posto di guida dell'autista a causa del carico mal posizionato o mal assicurato;
- incendio, esplosione, intossicazione da sostanze trasportate;
- ritmi elevati, turni di lavoro prolungati, lavoro notturno (che risultano tra i fattori di rischio più rilevanti dello stress psico-fisico);
- posture incongrue legate alla posizione di guida a “ginocchia flesse” per tutto l'orario di guida;
- vibrazioni trasmesse a tutto il corpo e alla colonna vertebrale in particolare.

Capitolo 4 - “Il danno atteso”

I danni possono essere riassunti in:

- traumi conseguenti a incidente stradale o investimento del posto di guida dal materiale trasportato;
- lesioni conseguenti a incendio/esplosione in caso di trasporto materiali infiammabili/esplosivi;
- intossicazione conseguente a spandimento/fuoriuscita di sostanze tossiche trasportate;
- distorsioni, microfratture agli arti inferiori dovuti alla salita e discesa dalla cabina dal mezzo;

- patologie osteoarticolari e muscolari agli arti inferiori e al rachide da postura incongrua e vibrazioni;
- distorsioni articolari arti inferiori o microfratture per discesa incongrua dalla cabina;
- deficit circolatorio agli arti inferiori da posizione obbligata;
- sintomatologia dello stress (insonnia, irritabilità, disturbi digestivi, ipertensione arteriosa ...);
- affaticamento visivo con bruciore agli occhi e cefalea dovuta alla guida prolungata e notturna;
- contratture muscolari da correnti d'aria per la guida a finestrini aperti o per l'abuso di aria condizionata.

Capitolo 5 - “Gli interventi”

Per limitare il rischio di incidenti stradali va messa in atto una serie di azioni complesse che riguardano sia l'organizzazione aziendale che i comportamenti degli autisti.

Per quanto riguarda l'organizzazione aziendale si riportano di seguito un elenco di soluzioni possibili:

1. Valutazione del rischio da incidente stradale come rischio lavorativo; il datore di lavoro deve valutare il rischio da incidente stradale quale rischio specifico dell'attività (art. 4 DL 626/94);
2. Pianificare l'itinerario scegliendo percorsi meno pericolosi e faticosi, evitando il passaggio in zone ad alto traffico cercando di evitare le ore di punta e programmando le pause ed i periodi di riposo previsti;
3. Effettuare la formazione degli autisti e l'aggiornamento, con particolare riguardo a:
 - codice della strada;
 - gli effetti dell'alcol sulla guida;
 - gli effetti dei farmaci sulla guida;
 - la corretta alimentazione dell'autista;
 - stress e guida notturna;
 - come comportarsi in caso di emergenza;

- addestramento alla guida in condizioni particolari (strada bagnata, ghiacciata, ostacoli improvvisi, ecc.);
4. Adottare procedure interne in grado di favorire il rispetto del codice della strada, il divieto di assumere alcolici e/o sostanze stupefacenti anche durante la pausa pranzo, e un corretto uso del cellulare, il rispetto dei limiti di velocità, delle pause ecc.;
 5. Effettuare una precisa e regolare manutenzione dei mezzi con l'introduzione di un sistema codificato;
 6. Vietare l'applicazione di adesivi o altro che riducano il campo visivo durante la guida;
 7. Utilizzare le cinture di sicurezza; in caso di manovre brusche questo sistema di trattenuta permette al corpo di mantenere una corretta e fissa posizione al posto di guida e un miglior controllo dei comandi;
 8. Formare gli autisti sui comportamenti di sicurezza da adottare, e sull'uso dei DPI, in relazione al materiale trasportato;
 9. Dotare e mantenere in efficienza gli estintori (se obbligatori);
 10. Verificare la disponibilità e l'efficienza dei mezzi e dispositivi di sicurezza compreso l'indumento ad alta visibilità, meglio definito dal Codice della Strada all'art. 162 comma 4 ter "giubbotto o bretelle retroriflettenti ad alta visibilità".

Per quanto riguarda il comportamento degli autisti si riporta un elenco di consigli utili a limitare lo stress da guida e il rischio di incidente.

Metodi efficaci per prevenire lo stress sono:
<ul style="list-style-type: none">■ pratica settimanale di esercizio fisico e/o attività sportive;■ minimo di 8 ore di riposo giornaliero e sonno adeguato;■ utilizzo di tecniche di rilassamento (training, yoga, massaggio, meditazione, ecc.);■ attività di gioco e di svago per la mente (cinema, musica, hobbies, ecc.) nel tempo libero.

Metodi inefficaci che quindi dovrebbero essere evitati, ma che spesso sono adottati dagli autotrasportatori per far fronte allo stress sono:
<ul style="list-style-type: none">■ orari di guida prolungati e senza pause e/o eccesso di velocità allo scopo di terminare prima il lavoro;■ aumento del consumo di fumo e/o di caffè al fine di rimanere “svegli”;■ aumento del consumo di alcool, farmaci (sedativi e antidepressivi) e/o droghe, utilizzati come “compenso”;■ consumo di pasti ricchi ed abbondanti.

Consigli utili per migliorare la sicurezza e lo stato di salute

- Evitare il sovraccarico lavorativo, rispettando le **8 ore max** di guida giornaliera;
- Rispettare le **pause** (10 min. ogni 1.5 ore) onde recuperare l'attenzione, garantire il riposo mentale, favorire la circolazione agli arti inferiori, interrompere la postura seduta
- Dormire un minimo di **6-7 ore** per notte evitando, se possibile, un risveglio troppo precoce nel mattino al fine di favorire un riposo quantitativamente e qualitativamente adeguato;
- **Ridurre** il consumo del **fumo**: la sensazione di aumentare lo stato di vigilanza è illusoria! L'ossido di carbonio prodotto dalla combustione delle sigarette e disciolto nel sangue favorisce infatti l'addormentamento "mentale"; il fumo è inoltre uno dei principali fattori di rischio cardiovascolare;
- Riprendere la guida dopo almeno **un'ora dalla fine del pasto**: subito dopo il pasto infatti aumenta la probabilità di sonnolenza e di una riduzione dell'attenzione;
- **Evitare** pasti troppo **abbondanti e pesanti** durante il lavoro, onde ridurre la probabilità di una conseguente riduzione di concentrazione e della soglia di attenzione, ma anche a casa al fine di prevenire stanchezza e a lungo termine malattie metaboliche, digestive e cardiovascolari.

Consigli per migliorare la sicurezza nella guida notturna

- Limitare a 1-2 il numero di notti consecutive di lavoro;
- Non superare le 6 ore di guida notturna;
- Non iniziare troppo presto i turni del mattino: posticipare il risveglio tra le 06.00 e le 07.00;
- Organizzare il lavoro in modo tale da ottenere il maggior numero possibile di fine settimana liberi, da utilizzare come compenso;
- Durante la guida notturna rispettare le pause per pisolini e ristoro, utili per compensare il deficit di sonno;
- Concedersi almeno 24 ore di riposo dopo il turno di notte;

- Consumare un pasto caldo intorno alla mezzanotte a prevalente contenuto proteico al fine di mantenere lo stato di vigilanza e l'attività; un pasto ricco di glucidi è più indicato prima di andare a dormire perché concilia il sonno;
- Alternare periodi di guida notturna con periodi di guida solo diurna;
- Regolare il numero di giorni di ferie all'anno in rapporto al numero di notti di lavoro (maggiore il n° di notti in un anno, maggiore il n° di giorni di ferie);
- Praticare esercizio fisico;
- Eseguire controlli sanitari periodici (ogni 2-3 anni) e astenersi dal lavoro notturno qualora insorgano malattie quali: ulcera peptica, malattie del fegato, diabete insulino-dipendente, malattie della tiroide, epilessia, depressione, gravi disturbi del sonno, insufficienza renale cronica, ipertensione grave, angina;

Capitolo 6 - “Appalto a ditta esterna”

Non previsto

Capitolo 7 - “Riferimenti legislativi”

- D.Lgs 626/94;
- D.P.R. 547/55;
- D.P.R. 303/56;
- Codice della Strada;
- Manuale ISPESL guida sicura.

Capitolo 8 - “Il rischio esterno

- coinvolgimento di terzi in caso di incidente stradale;
- inquinamento da rumore e atmosferico (fumi di scarico);
- incendio/esplosione;
- inquinamento ambientale in caso di spandimento sostanze tossiche.