



Stefano, 46 anni. Riadattamento del posto di lavoro per un impiegato con distrofia muscolare

Autori

Lucia Pigni, Giacomo Liverani

Ricercatori

Polo Tecnologico- Fondazione Don Carlo Gnocchi Onlus

Abstract

Stefano è un uomo di 46 anni affetto da una particolare forma di distrofia muscolare di tipo disferlinico, a cui è stata riconosciuta un'invalidità del 100% con accompagnamento. Ad oggi i maggiori problemi di Stefano sono il controllo degli arti inferiori, dell'equilibrio e la ridotta forza muscolare. Stefano lavora per una cooperativa sociale che opera nel settore dei servizi per persone con disabilità. In questa breve presentazione vengono messi in luce i rischi e le inadeguatezze che l'attività lavorativa svolta presso la sede della cooperativa comporta e viene presentata la soluzione progettuale atta alla resa del luogo di lavoro più sicura e tutelativo, considerando che, trattandosi di una cooperativa sociale, altri utenti disabili potrebbero contemporaneamente trovarne giovamento.

Il protagonista

Stefano è un uomo di 46 anni affetto da una particolare forma di distrofia muscolare di tipo disferlinico, a cui è stata riconosciuta un'invalidità del 100% con accompagnamento. Il suo peso è di 90 kg ed è alto 190 cm.

La situazione clinica ha avuto un notevole declino negli ultimi anni e ad oggi i maggiori problemi sono il controllo degli arti inferiori, dell'equilibrio e la ridotta forza muscolare. Si nota un'elevata difficoltà nel passaggio dalla posizione seduta a quella eretta a causa del ridotto tono muscolare. Per ovviare al problema del piede cadente utilizza delle molle di Codevilla che arrivano fino all'altezza del polpaccio. Quotidianamente segue un programma fisioterapico e pratica terapia riabilitativa in piscina.

Per la mobilità personale utilizza delle stampelle per muoversi negli spazi interni congestionati e, abitualmente, una carrozzina manuale. Per lavoro e per spostarsi usa molto la macchina e ripone nel bagagliaio la carrozzina. La vettura utilizzata monta acceleratore a cerchiello, freno a leva sul braccio destro e cambio automatico.

Il contesto

Stefano lavora al mattino presso l'Agenzia Regionale per la Protezione dell'Ambiente e al pomeriggio per una cooperativa sociale che opera nel settore dei servizi per persone con disabilità, oggetto della nostra analisi.

Stefano, uno dei due soci fondatori, si occupa della gestione delle diverse attività di supporto, della contabilità, delle pratiche burocratiche e delle relazioni istituzionali della cooperativa. Questa offre servizi di supporto alle famiglie con persone con disabilità e opera su piano locale promuovendo attività di sensibilizzazione e progetti di vita indipendente.

Per svolgere le attività descritte utilizza una postazione PC collegata a tutti i sistemi di comunicazione necessari per svolgere attività d'ufficio. Avendo molte difficoltà ad alzarsi, rimane per quasi la totalità del tempo seduto alla scrivania gestendo autonomamente la postazione. La scrivania viene anche utilizzata dai suoi colleghi durante la mattinata o quando lui non ne fa utilizzo.



Oltre ai compiti d'ufficio, Stefano svolge anche attività di gestione e promozione della cooperativa all'esterno, molto spesso, svolgendo mansioni di burocrazia presso enti pubblici e istituti di credito. Per svolgere tali attività utilizza la propria automobile per muoversi in autonomia.

Valutazione del rischio

Le 9,5 ore di lavoro davanti al PC, sebbene intervallate ogni giorno da un'ora di fisioterapia o nuoto a metà giornata, potrebbero influire sia sulle funzioni della vista che aggravare la situazione degli arti superiori già compromessi dalla patologia in evoluzione. Tuttavia attualmente non esistono raccomandazioni sull'utilizzo continuativo del mouse o della tastiera per persone affette da distrofia muscolare. Nel caso di Stefano comunque, il rischio maggiormente evidenziato è quello di caduta durante gli spostamenti, durante l'ingresso e l'uscita dall'automobile, rischio reso ancor più evidente a causa della statura e del peso considerevole della persona.

Il sollevamento dalla sedia risulta difficoltoso e la stessa postura assunta durante l'utilizzo del PC non è confortevole a causa dell'altezza del piano di lavoro rispetto al piano di seduta.

Gli obiettivi dell'intervento

Il focus della riprogettazione è stato incentrato su quattro differenti livelli:

- Individuale; progettazione della nuova scrivania da lavoro di Stefano
- Ambientale; studio di un nuovo lay-out dispositivo degli spazi e degli arredi dell'ufficio in cui è collocata la postazione di lavoro al fine di migliorarne l'accessibilità e la qualità ambientale.
- Organizzazione del lavoro
- Consigli di buona prassi e indicazioni per la persona che presta assistenza

Le soluzioni adottate

Postazione individuale

Il piano della scrivania fisso è stato realizzato ad un'altezza di 90 cm, più alto rispetto alla norma ma utile per assistere Stefano in fase di sollevamento. Per facilitare il raggiungimento delle apparecchiature e del materiale appoggiato sulle mensole si propone di abbassare la mensola superiore in modo da permettere a Stefano di raggiungerla senza sbilanciarsi dalla sedia. In questo modo, inoltre, Stefano non avrebbe bisogno di alzarsi per avere accesso al materiale disposto in alto, limitando dunque il rischio di caduta. Sul piano della scrivania è posizionata una stampante a getto d'inchiostro multifunzione (fax, fotocopiatrice, scanner ecc...), ma risulta troppo in alto per permettere un comodo utilizzo del piano funzionale. In corrispondenza della sedia da lavoro viene, dunque, previsto un piano ribassato su cui appoggiare la stampante-fotocopiatrice in modo da poterla utilizzare correttamente.

Per agevolare l'operazione di sollevamento dalla sedia viene previsto l'utilizzo di una seduta con sistema di elevazione automatizzata per adulti che possa permettere a Stefano di raggiungere con il bacino un'altezza più comoda per potersi sollevare anche con l'aiuto delle braccia. In posizione di massima elevazione il sedile raggiunge l'altezza di 90-100 cm. Questa sedia sfrutta un sistema elettrico per l'azionamento di un pistone ad aria che consente di elevare anche grossi carichi senza difficoltà. È dotata inoltre di sistema di bloccaggio a terra in modo da evitare che la sedia indietreggi se usata come appoggio durante il sollevamento. Alcuni modelli sono anche equipaggiati con sedile reclinabile. In accostamento a queste soluzioni progettuali si prevede l'utilizzo di due maniglioni di sostegno che possono essere assicurati al muro retrostante e abbassati all'evenienza per dare maggior sostegno e permettere di sfruttare le braccia per aiutarsi.

Aspetti ambientali



Per quanto riguarda le modifiche e gli interventi ambientali bisogna prevedere differenti bonifiche sia all'interno che all'esterno dello stabile. Quest'ultimo, in comodato d'uso poiché di proprietà del comune, deve essere messo a norma senza gravare sull'economia della cooperativa.

Un intervento utile e primario da effettuare è quello relativo alla zona dell'ingresso. La zona antistante al fabbricato deve essere resa agibile cementando il marciapiede e rendendo omogenea la superficie del calpestio. Tale intervento permette infatti un maggior grado di sicurezza e libertà di movimento durante le manovre di trasbordo dalla/sulla macchina. Le manovre di salita e discesa dal veicolo sono da considerarsi nel caso di Stefano estremamente pericolose.

L'ingresso deve essere dotato di un passa soglia o di una leggera rampa in modo che Stefano non sia costretto ad affrontarlo di schiena e accompagnato. Un piccolo accorgimento come questo potrebbe permettergli di entrare ed uscire in autonomia con la carrozzina avanzando frontalmente rispetto al senso di marcia. Sempre nella zona ingresso è situata la zona di apertura della porta dell'ufficio. Per offrire maggiore spazio per la manovra di ingresso si prevede di sostituire la porta a battente esistente con una a scorrimento. Vanno previsti, inoltre, dei corrimano per tutta la lunghezza dei corridoi.

I pavimenti dello stabile andrebbero livellati e ripristinati con mattonelle antidrucciolo, in modo da ridurre il pericolo di caduta quando vengono utilizzate le stampelle. L'ambiente bagno, inoltre, andrebbe dotato di sanitari idonei e di complementi come seggiolino mobile o a parete, maniglioni e maniglie di sostegno e lavabo con spazio libero sottostante per accostamento con carrozzina.

Organizzazione

In molte situazioni di vita quotidiana e lavorative, Stefano necessita dell'aiuto di una persona per potersi spostare da una posizione ad un'altra (da seduto a in piedi ad esempio) e per compiere azioni altrimenti non possibili, come alzarsi dalla carrozzina e riparla in macchina prima di entrarvi o uscire dalla macchina.

Colui che presta assistenza deve innanzitutto seguire i suggerimenti di Stefano e avere una adeguata nozione di quelle che sono le buone regole per lo spostamento manuale di persone. Considerando la statura e il peso di Stefano, infatti, erronee manovre possono portare a spiacevoli inconvenienti sia per il care-giver che per la stessa persona assistita (cadute, strappi muscolari, dolori alla schiena). L'utilizzo di ausili, come ad esempio la sedia con sistema di sollevamento assistito, possono garantire maggior comfort sia a chi presta assistenza sia a chi la riceve. Per le restanti indicazioni riguardo tecniche di spostamento e trasferimento manuale di carichi e persone si rimanda alla vasta gamma di materiale informativo presente in letteratura.

Aspetti economici del riadattamento del posto di lavoro

Di seguito vengono riportati i costi suddivisi tra spese a carico della cooperativa (postazione individuale) e a carico del comune (interventi architettonici).

PREVENTIVO SPESA PER POSTAZIONE INDIVIDUALE		
DESCRIZIONE	QUANT.	COSTO
Sedia da ufficio con sistema di sollevamento assistito e sistema di freno a pavimento	1 pz.	1500 €
Maniglione da bagno ribaltabile per sostegno	2 pz.	600 €
Materiale per modifiche piano di lavoro e mensola – legno	200x40x2	50 €
Manodopera falegname	3 h	75 €
TOTALE		2225 €

Tabella 1. Preventivo spesa per postazione individuale

PREVENTIVO SPESA PER INTERVENTI ARCHITETTONICI		
DESCRIZIONE	QUANT.	COSTO
Ripianamento e cementificazione marciapiede antistante	10 m	1400 €
Modifica ingresso e soglia dello stabile	1 m	500 €
Modifica porta di ingresso ufficio	1 pz.	500 €
Corrimano per corridoi e ambienti dello stabile	10 m	600 €



Ammodernamento e modifiche del bagno	-	4000 €
TOTALE		7000 €

Tabella 2. Preventivo spesa per interventi architettonici

Valutazione dell'esperienza

Nella messa in opera del progetto si prevede che i fattori di rischio, le barriere e le limitazioni funzionali si modifichino tutelando la salute nel caso particolare di Stefano e della persona implicata nel prestargli assistenza. Considerando la natura degenerativa della patologia si può prevedere che in futuro siano necessari ulteriori interventi di modifica, soprattutto correlati ad eventuali ausili adottati.