

LAVORO IN CASA



Legge n. 493/1999

Introduce l'assicurazione obbligatoria per i lavori casalinghi per le persone tra i 18 e i 65 anni che svolgono attività esclusiva di lavoro domestico, presso l'INAIL (*internet: www.inail.it - numero verde 8038 88*).

Ogni anno si verificano 8.000 infortuni mortali in ambiente domestico.

CARATTERIZZAZIONE DELLA PRESENZA FEMMINILE

E' il lavoro principale di molte donne, ma soprattutto è, per la donna lavoratrice, un secondo lavoro "certo", la cui pesantezza dipende da molti fattori: grandezza e disposizione della casa, divisione del lavoro con conviventi, marito, familiari, presenza ed età di figli, di anziani, dotazione di elettrodomestici, possibilità di aiuto a pagamento, presenze di negozi e servizi vicino a casa.

DESCRIZIONE DELLE PRINCIPALI MANSIONI

Nulla è più conosciuto del lavoro domestico e quindi sarebbe inutile elencare le numerosissime fasi operative "del ciclo produttivo casa". Pulizia di tutto, rifacimento di letti, approvvigionamento di provviste, di abiti e medicine, cucina, riordino, assistenza di ogni tipo, abbellimenti (fiori, piante, arredamento...), lavaggi vari, stiratura, aiuto a compiti, commissioni,

pagamento bollette...

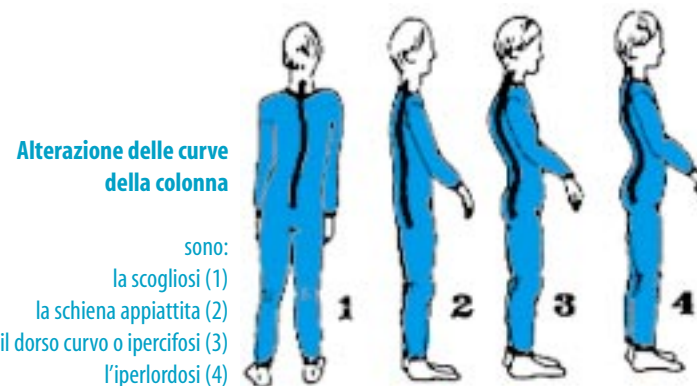
Tutte o molte di queste attività vengono ritagliate dalla donna che lavora in quegli incredibili interstizi di spazio e tempo e di capacità organizzativa di cui pochi "manager" sarebbero capaci.

FATTORI DI RISCHIO

a) Fatica fisica

Molte ricerche hanno dimostrato che il lavoro domestico consuma molte energie. Il lavoro domestico è quindi considerato medio-pesante (come orario innanzitutto!).

Durante il lavoro domestico si assumono posizioni scomode: chine a stirare, a rifare i letti, a lavare angoli, a curare giardini o in piedi a braccia sollevate per spolverare, si sollevano e si spostano pesi anche per incongrue altezze di piani di lavoro, lavelli. Frequenti sono quindi le alterazioni della colonna vertebrale e gran parte dei mal di schiena delle casalinghe sono dovuti all'usura precoce degli elementi che compongono la colonna.



b) Fattori di stress

Il lavoro casalingo è una vera fatica di Sisifo: appena pulito ricompare lo sporco, il cibo cucinato viene spazzolato in pochi istanti (magari direttamente guardando la Tv, senza complimenti), appena finito di lavare, il bagno viene sommerso da una nuova dose di panni sudici di familiari che fortunatamente solo raramente si comportano come i personaggi degli irri-tantissimi spot televisivi sempre pronti a esami finestra, riprovevoli strappi da sbagliato candeggio, confronti con colori meno sbiaditi da madri meno incaute... Il lavoro domestico è, tra i pochi, caratterizzato da questa contemporaneità di produzione e consumo del servizio, le cui valutazioni ed il cui riconoscimento sono unicamente affidati al giudizio spesso disattento e superficiale dei familiari. Se la donna che lavora subisce spesso questo doppio lavoro, la casalinga soffre di un innegabile isolamento.

c) Rischio di infortuni

Raccogliere i dati sugli infortuni domestici è estremamente difficile. Solo quelli gravi arrivano alla luce delle cronache, ma ognuno di noi sa quanto sia difficile evitare i piccoli infortuni che non danno altro che paura, fastidio o piccoli danni: ferite, ustioni, scosse elettriche di lieve entità, ematomi per urti o cadute, strappi muscolari per sforzi nello spostamento di persone non autosufficienti, mobili, valigie...

Molte sono le occasioni di infortunio nella casa: il frequente contatto con fiamme e liquidi bollenti, gas (spesso in angoli cottura angusti), fonti di elettricità (anche per incerte omologazioni, dati sulla durata di impianti elettrici domestici, controlli aleatori di fabbrica dei tanto sbandierati piccoli e grandi elettrodomestici), uso di materiali taglienti, scale rigide, cadute per i pavimenti puliti troppo come la pubblicità vuole, intossicazione da gas (stufe guaste, tubazioni difettose).

Un discorso a parte andrebbe fatto per il "bricolage": fenomeno sempre più esteso sia per divertimento che per i costi della mano d'opera specializzata.

Tra l'inesperienza e l'entusiasmo del neofita si rischia un po' tra seghetti alternativi, martelli, tosaerba...

d) Contatto con sostanze nocive

Durante il lavoro domestico vengono usate molte (sicuramente troppe!) "sostanze di processo" degne di una piccola industria. La pubblicità martellante, bene architettata dall'industria chimica, tende a presentare un'immagine di case ideali: lustre, prive della minima macchiolina e di granelli di polvere.

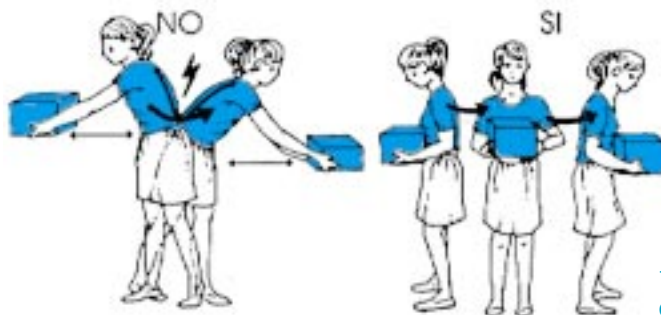
Occorre valutare se non sia meglio una piccola macchia o un bianco meno bianco ma porre fine all'uso, senza criterio, di sostanze dannose per noi e per l'ambiente:

- **i detersivi, i candeggianti** non sono solo irritanti per la pelle e le mucose (degli occhi, della gola e dell'apparato respiratorio), ma possono essere anche

allergizzanti (chi non conosce la dermatite da contatto e l'eczema da detersivi?). Alcuni poi (**disgorganti, acidi e basi forti**) sono corrosivi e tossici per via generale (attenzione ai bambini!)

- **gli smacchiatori** sono generalmente solventi infiammabili e neurotossici;
- sostanze usate per hobby o fai da te, come **sviluppatore fotografici, vernici, colle** che sono spesso dannose se usate (e immagazzinate) senza precauzione!
- anche **alcune piante ornamentali** possono essere dannose non solo per l'ingestione (di nuovo attenzione ai bambini) come nel caso del vischio, dell'edera, delle felci, della stella di Natale, ma possono dare delle dermatiti da semplice contatto (l'edera, i crisantemi...).

Di fronte alle sostanze chimiche occorre quindi comportarci nella casa come se fossimo (e lo siamo) sul "posto di lavoro", usando i **mezzi di protezione personale** ad esempio guanti e crema barriera.



Se si devono spostare oggetti

Avvicinare l'oggetto al corpo.

Evitare di ruotare solo il tronco ma girare tutto il corpo usando le gambe.



NO



SI

Se si deve sollevare da terra

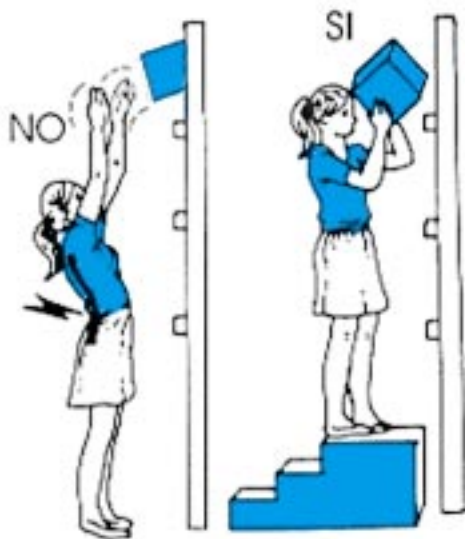
Non tenere le gambe dritte.

Portare l'oggetto vicino al corpo e piegare le ginocchia: tenere un piede più avanti dell'altro per avere più equilibrio.

e) L'ambiente: casa

Almeno due sono gli elementi da tenere in considerazione:

- **il microclima:** un ambiente troppo umido facilita sinusiti, bronchiti; quello troppo secco comporta irritazioni respiratorie, asma... **Le allergie respiratorie:** sono forme abbastanza frequenti. Trovano una concausa nel fumo di sigaretta e nell'inquinamento urbano anche nella casa (microrganismi che si annidano sulle superfici tessili tendaggi, moquette, rivestimenti in stoffa o in fibra delle pareti).
- **il rumore:** chi è in casa è colpito innanzitutto dal rumore del traffico, eventualmente da quello di vicini o di fabbriche adiacenti, ma soprattutto dal rumore "interno" della casa (radio, televisione, elettrodomestici).

**LA LEGGE SULL'ASSICURAZIONE ALLE CASALINGHE**

E' la Legge 3 dicembre 1999, n.493 recante le "Norme per la tutela della salute nelle abitazioni e istituzione dell'assicurazione contro gli infortuni domestici".

Le persone di età compresa tra i 18 e i 65 anni, che svolgono in via esclusiva attività di lavoro in ambito domestico, sono soggette all'obbligo di iscrizione all'assicurazione. Il premio assicurativo unitario è fissato in lire 25.000 annue; per alcune fasce di reddito più basse il premio è a carico dello Stato.

Per favorire l'informazione l'INAIL ha attivato:

- il sito internet www.inail.it
- numero verde 803 888

Ulteriori informazioni possono essere reperite presso le sedi dei **patronati** e delle **associazioni delle casalinghe**.

Se si deve porre in alto un oggetto

Evitare di inarcare troppo la schiena.

Non lanciare il carico.

Usare uno sgabello o una scaletta.

ALCUNI CONSIGLI PER UNA CASA SICURA**Per evitare le cadute:**

- non dare troppa cera ai pavimenti e non mettere le pattine;
- evitare fili di lampade, PC e telefoni per terra;
- mettere strisce aderenti ai bordi di tappeti e tappetini;
- riparare, se usurate, le liste di parquet, linoleum, ecc.

Per evitare incendi e ustioni:

- non tenere pentole con manici traballanti;
- girare i manici verso l'interno rendendoli inaccessibili;
- usare per cucinare i fornelli più interni;
- mettere il parafuoco davanti al camino;
- tenere un estintore;
- fare revisionare camini, tiraggi, impianti termici;
- non sovraccaricare l'impianto elettrico;
- evitare tendaggi vicino a cucine a gas o a camini.

Per evitare problemi con l'energia elettrica:

- usare impianti conformi alle norme UNI con messa a terra e prese a norma;
- comprare attrezzature con marchio di qualità e conformità;
- fare revisionare gli impianti elettrici sistematicamente da impiantisti autorizzati e

non improvvisarsi elettricisti;

- non usare apparecchi elettrici in luoghi umidi e non toccarli con le mani bagnate o a piedi nudi su pavimento umido;
- togliere fili volanti, spelacchiati, ammassi, prese multiple, prese usurate;
- operare sempre staccando la corrente generale.

Per evitare intossicazioni :

- tenere in alto e sottochiave farmaci e prodotti per pulizia, insetticidi, giardinaggio, bricolage, ecc.
- non presentare mai ai bambini i farmaci come dolci;
- non travasare mai in contenitori diversi i prodotti (ad es. mettere un solvente nella bottiglia di acqua minerale !)
- attenzione alle piante di appartamento.

Per evitare ferite:

- fare usare ai bambini stoviglie infrangibili;
- scegliere mobili con angoli arrotondati;
- evitare di tenere a portata di mano gli oggetti taglienti di cucina, gli attrezzi, etc.

Se ci sono bambini allora anche:

- non lasciarli soli vicino alle sorgenti di pericoli (gas, prese elettriche, ecc.), in cucina o in bagno;
- mettere termostati per evitare che vi sia acqua troppo calda;
- non lasciare in giro il ferro da stiro;

- non lasciarli soli su tavoli, vicini a grandi contenitori;
- non lasciare sedie o mobili vicino a parapetti di balcone;
- proteggere le ringhiere dei balconi con reti;
- scegliere un lettino basso e stabile;
- se lo portate in bici mettetegli il caschetto protettivo e mettete il suo seggiolino davanti.

Per evitare esposizioni a campi elettromagnetici:

- non dormire con termocoperte in funzione;
- non tenere sul comodino radiosveglie, telefonini, segreterie telefoniche;
- insegnare ai bambini a stare a più di un metro dalla tv;
- tenere l'asciugacapelli distante almeno

- 30 cm. dal capo;
- mantenere almeno una distanza di 70 cm. dal VDT, accendendo la stampante solo per l'utilizzo;
- non fare passare fili elettrici dietro la testata del letto;
- accertarsi che i bambini non giochino in prossimità di grandi linee elettriche aeree o di cabine elettriche;
- accertarsi che gli sportelli del forno a microonde chiudano bene
- non abusare degli apparecchi elettrici della casa: apriscatole, frullatori, trita-tutto, registratori, macinacaffè, tostapane, ionizzatori, apparecchi per aerosol, ferri da stiro, rasoi, forni elettrici, asciugacapelli, aspirapolveri, caloriferi portatili, coperte tutti generano campi elettromagnetici che variano con la distanza e la durata di funzionamento.

Se si deve lavorare in basso

Evitare di piegare la schiena, ma piegare le ginocchia.



Quando si stira



Evitare di tenere l'asse troppo bassa.

Regolarla in modo da tenere la schiena diritta.

Eventualmente sedersi

Appoggiare
alternativamente
un piede su un rialzo.

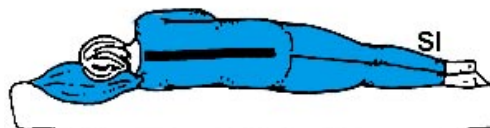
Sull'argomento sono stati pubblicati appositi mini-manuale

- "Elettrosmog"
 - "Casa più Sicura"
 - "Edificio più Sicuro"
- riportati a pag. 33

NO



SI



Quando si è a letto

Non usare una rete o un materasso che si deformino.

Usare una rete rigida, un materasso che non si deformi ed un cuscino che consenta di mantenere il capo allineato con il resto del corpo.