



L'IGIENE E L'AMBIENTE DI LAVOROⁱ

Carlo Roberto Izardi¹,
Ilaria Giacometti²

¹Ricercatore Autonomo,
Centro di Sviluppo Tecnologie Sanitaria,
Pescara, Italia

²Ricercatrice Autonoma,
Centro di Sviluppo Tecnologie Sanitaria,
Pescara, Italia

Abstract:

L'igiene è un insieme di pratiche eseguite per preservare la salute. Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), *"L'igiene si riferisce a condizioni e pratiche che aiutano a mantenere la salute e prevenire la diffusione di malattie"*. L'igiene personale si riferisce al mantenimento della pulizia del corpo, la pratica di mantenere puliti se stessi e ciò che ci circonda. L'educazione alla salute svolge un ruolo importante nell'igiene della comunità. Per prevenire le malattie e avere un atteggiamento positivo di salute, è necessaria una corretta e completa conoscenza della salute. La salute è pulizia e pulizia è una delle principali difese contro le malattie, sia contagiose che autogenerate. WebMD suggerisce che: *"la scarsa igiene può essere un segno di auto-abbandono, che è l'incapacità o la mancanza di volontà di occuparsi dei propri bisogni personali. Una scarsa igiene accompagna spesso alcuni disturbi mentali o emotivi, tra cui depressione grave e disturbi psicotici."* L'igiene professionale è l'anticipazione, il riconoscimento, la valutazione, il controllo e la conferma della protezione dai pericoli sul lavoro che possono causare lesioni, malattie o influire sul benessere dei lavoratori. La British Occupational Hygiene Society (BOHS) definisce che *"l'igiene del lavoro riguarda la prevenzione della cattiva salute dal lavoro, attraverso il riconoscimento, la valutazione e il controllo dei rischi"*. I lavoratori sono fortemente influenzati dal loro ambiente di lavoro. Un posto di lavoro è un luogo in cui qualcuno lavora per il proprio datore di lavoro, un posto di lavoro. Mantenere un ambiente di lavoro pulito aiuta a creare un buon ambiente. Tutti gli ambienti di lavoro devono essere igienici e sicuri per dipendenti e visitatori, anche quelli che non sono coinvolti nella produzione e nella gestione di prodotti alimentari e personali. Un posto di lavoro allettante crea un buon livello di comfort nei dipendenti. L'attuazione di una politica di igiene sul posto di lavoro è un modo efficace per garantire che tutti i dipendenti seguano gli stessi standard.

ⁱ Il presente studio è stato presentato al Colloquio Educativo presso il Dipartimento di Educazione Sanitaria, Centro di Sviluppo Tecnologie Sanitarie, Pescara, Italia.

Keywords: salute pubblica, igiene, ambiente di lavoro

1. Introduzione

L'igiene è il ramo della medicina che tratta le relazioni tra l'ambiente e la salute umana. Elabora criteri, esigenze e misure riguardanti lo stato ambientale e il comportamento individuale e collettivo. L'igiene è una scienza che si occupa della salute, essa ha come obiettivo il mantenimento, il potenziamento e la promozione della salute del singolo. Alcune pratiche igieniche regolari possono essere considerate buone abitudini da una società, mentre l'abbandono dell'igiene può essere considerato disgustoso, irrispettoso o minaccioso.

2. L'igiene

Molte persone equiparano l'igiene alla "pulizia", ma l'igiene è un termine ampio. Comprende tali scelte di abitudini personali come la frequenza con cui si fa il bagno, lavarsi le mani, tagliare le unghie e cambiare gli indumenti. Include anche l'attenzione per mantenere le superfici in casa e sul posto di lavoro, compresi i bagni, puliti e privi di agenti patogeni.

L'igiene è un concetto legato alla pulizia, alla salute e alla medicina. È anche collegato alle pratiche di cura personale e professionale. Nella medicina e nelle impostazioni della vita quotidiana, le pratiche igieniche sono impiegate come misure preventive per ridurre l'incidenza e la diffusione della malattia.

2.1 L'igiene medica

L'igiene medica riguarda le pratiche igieniche relative alla somministrazione di farmaci e cure mediche che prevencono o minimizzano la diffusione della malattia.

Le pratiche igieniche mediche includono:

- isolamento o quarantena di persone o materiali infettivi per prevenire la diffusione dell'infezione.
- sterilizzazione degli strumenti utilizzati nelle procedure chirurgiche.
- uso di indumenti protettivi e barriere, come maschere, camici, cappelli, occhiali e guanti.
- corretto bendaggio e medicazione di ferite.
- smaltimento sicuro dei rifiuti medici.
- disinfezione di prodotti riutilizzabili (cioè biancheria, assorbenti, uniformi).
- lavaggio, lavaggio delle mani, soprattutto in una sala operatoria, ma anche in contesti più generali di assistenza sanitaria, dove possono essere trasmesse le malattie.

2.2 L'igiene domestica

L'igiene domestica si riferisce alle pratiche igieniche che impediscono o minimizzano la diffusione della malattia a casa e in altri contesti quotidiani come le strutture sociali, i trasporti pubblici, il luogo di lavoro, i luoghi pubblici, ecc.

Una buona igiene domestica significa impegnarsi in pratiche igieniche nei punti critici per spezzare la catena dell'infezione. Poiché la "dose infettiva" per alcuni patogeni può essere molto piccola (10-100 unità vitali o anche meno per alcuni virus) e l'infezione può derivare dal trasferimento diretto di agenti patogeni dalle superfici attraverso le mani o il cibo alla bocca, muco nasale o occhio, le procedure di "pulizia igienica" dovrebbero essere sufficienti per eliminare gli agenti patogeni dalle superfici critiche.

La pulizia igienica può essere effettuata tramite:

- rimozione meccanica (ad es. pulizia) con sapone o detersivo. per essere efficace come misura igienica, questo processo deve essere seguito da un accurato risciacquo sotto l'acqua corrente per rimuovere i patogeni dalla superficie.
- in alcuni casi viene utilizzata la rimozione combinata di agenti patogeni con uccisione, ad esempio il lavaggio di capi di abbigliamento e biancheria per la casa come asciugamani e biancheria da letto.
- utilizzando un processo o un prodotto che inattiva i patogeni in situ. l'uccisione degli agenti patogeni si ottiene usando un prodotto "microbiocidico", cioè un disinfettante o un prodotto antibatterico; disinfettante per le mani senz'acqua; o per applicazione di calore.

Hand hygiene is defined as handwashing or washing hands and nails with soap and water or using a waterless hand sanitizer. Hand hygiene is central to preventing spread of infectious diseases in home and everyday life settings. Nonostante la scarsità di acqua e le strutture igienico-sanitarie limitate in situazioni di emergenza, è fondamentale garantire che parte dell'approvvigionamento idrico disponibile sia utilizzato per l'igiene personale per ridurre al minimo i rischi per la salute. Messaggi sull'importanza del lavaggio delle mani con sapone in momenti critici - per esempio; dopo la defecazione, dopo aver manipolato le feci dei bambini e prima di preparare il cibo, sono particolarmente importanti. Dal momento che il sapone potrebbe scarseggiare durante le emergenze, dovrebbe essere promosso l'uso di ceneri, sabbia o altri sostituti culturalmente accettabili.

2.2.1 Igiene respiratoria

L'igiene respiratoria include una combinazione di misure utilizzate per minimizzare la diffusione delle vie respiratorie germi. È importante educare e incoraggiare tutti gli individui (pazienti / residenti / clienti, personale e visitatori) per praticare un'igiene respiratoria adeguata.

2.2.2 Sicurezza alimentare a casa

La sicurezza alimentare riguarda la corretta gestione, conservazione, cottura e riscaldamento degli alimenti per prevenire la contaminazione di alimenti e malattie alimentari. le quattro regole di base per la sicurezza alimentare a casa:

- pulito - lava sempre cibo, mani, contatori e strumenti di cottura.
- separare (tenere separati) - mantenere gli alimenti crudi a se stessi; i germi possono diffondersi da un alimento all'altro.
- cucinare - i cibi devono riscaldarsi e stare caldi. il calore uccide i germi.
- freddo - metti subito il cibo nel frigo.

2.2.3 Igiene in cucina, bagno e toilette

La pulizia ordinaria dei luoghi e delle superfici (a mano, cibo, acqua potabile) (come sedili e maniglie, maniglie delle porte e dei rubinetti, piani di lavoro, superfici bagno e lavabo) in cucina, bagno e toilette riduce il rischio di diffusione di agenti patogeni.

2.2.4 Igiene della lavanderia

L'igiene della lavanderia comporta pratiche che prevengono la malattia e la sua diffusione attraverso indumenti sporchi e biancheria per la casa come gli asciugamani. Durante il lavaggio, la temperatura e il detergente lavorano per ridurre i livelli di contaminazione microbica sui tessuti. Il suolo e i microbi dai tessuti vengono tagliati e sospesi nell'acqua di lavaggio. Questi vengono poi "lavati via" durante i cicli di risciacquo e centrifuga. Oltre alla rimozione fisica, i microorganismi possono essere uccisi per inattivazione termica che aumenta all'aumentare della temperatura. L'inattivazione chimica dei microbi da parte dei tensioattivi e della candeggina a base di ossigeno attivata utilizzata nei detersivi contribuisce all'efficacia igienica del lavaggio. L'aggiunta di candeggina ipoclorito nel processo di lavaggio consente l'inattivazione dei microbi. Un certo numero di altri fattori può contribuire tra cui l'asciugatura e la stiratura.

2.2.5 Igiene medica a casa

L'igiene medica riguarda le pratiche igieniche che prevengono o minimizzano la malattia e la diffusione della malattia in relazione alla somministrazione di cure mediche a coloro che sono infetti o che sono più "a rischio" di infezione in casa.

2.2.6 L'igiene personale

L'igiene personale comporta quelle pratiche eseguite da un individuo per prendersi cura della propria salute e benessere corporeo, attraverso la pulizia. Le motivazioni per la pratica dell'igiene personale includono la riduzione della malattia personale, la guarigione dalle malattie personali, la salute ottimale e il senso di benessere, l'accettazione sociale e la prevenzione della diffusione della malattia agli altri. Ciò che è considerato un'igiene personale adeguata può essere specifico per la cultura e può cambiare nel tempo.

2.2.7 Igiene del sonno

Igiene del sonno si riferisce a una serie di abitudini del sonno salutari che possono migliorare la capacità di addormentarsi e rimanere addormentati.

3. Ambiente del lavoro

Il luogo di lavoro, è qualsiasi posto nel quale concretamente si svolge l'attività lavorativa. È un luogo in cui qualcuno lavora per il proprio datore di lavoro, un posto di lavoro.

L'ambiente di lavoro può influenzare notevolmente la soddisfazione del dipendente sul lavoro. I lavoratori felici e contenti sono produttivi e sono sempre ispirati a fare bene il proprio lavoro. Quando le persone sono felici sul posto di lavoro, non pensano a cambiare lavoro. Rimangono fedeli all'azienda dove vengono trattati bene e ciò riduce il turnover dei dipendenti. Il semplice atto di mantenere pulito il luogo di lavoro è un modo per dare ai dipendenti il tipo di ambiente che li farà desiderare di rimanere.

Le principali conseguenze di un luogo di lavoro igienico:

- i dipendenti saranno più felici - l'ambiente di lavoro può influenzare notevolmente la soddisfazione del dipendente sul lavoro. i lavoratori felici e contenti sono produttivi e sono sempre ispirati a fare bene il proprio lavoro.
- l'azienda goderà di un'immagine migliore - la pulizia e l'igiene sul posto di lavoro riflettono direttamente i valori fondamentali della azienda per essere assicurati che le persone abbiano solo cose positive da dire su di essa. Non è possibile affermare di avere il pieno controllo della propria attività commerciale quando si guarda la toilette o gli uffici in una situazione assolutamente opposta.
- i dipendenti saranno più sani - un posto di lavoro antigienico aumenta i casi di assenteismo dei dipendenti, costando all'azienda una notevole quantità di denaro. Se hai un'igiene scadente in ufficio, aspettati che sempre più impiegati prendano giorni di malattia.
- la diffusione di batteri e virus verrà interrotta - garantire che il proprio luogo di lavoro sia conforme agli standard di igiene fondamentali contribuirà a ridurre la diffusione di batteri e virus che trasportano malattie che possono essere dilaganti in spazi condivisi come le cucine e i bagni degli uffici.
- incidenti \ incidenti sono significativamente ridotti - se il tuo ambiente di lavoro viene pulito regolarmente, ci sono possibilità molto ridotte di incidenti e danni ai dipendenti.

3.1 Consigli per l'igiene sul luogo di lavoro

Tra le misure con possono contribuire ad una migliore qualità dell'igiene al luogo di lavoro sono:

- impostare le zone per mangiare e fumare;
- valutare i benefici delle pratiche igieniche;
- fornire e controllare gli indumenti di protezione;
- controllo periodico dell'aria e dell'acqua;
- mantenere uno stretto controllo e un adeguato stoccaggio dei rifiuti tossici;
- verifica del livello di illuminazione, rispettare i limiti adeguati per il lavoro umano;

- impostare un sistema di smaltimento dei rifiuti;
- assicurarsi che gli utensili siano puliti;
- implementare alcuni deodoranti per ambienti;
- educa i tuoi dipendenti;
- installare disinfettanti per le mani;
- impostare un programma di pulizia;
- assicurati che le finestre siano pulite;
- permettere dei giorni di malattia.

4. Conclusione

L'ambiente di lavoro è un fattore importante per la crescita e il successo di un'azienda. I datori di lavoro hanno la responsabilità di garantire che i loro dipendenti lavorino in condizioni igieniche. Questo non solo migliora il loro benessere ma assicura anche loro una buona salute sul lavoro.

References

- WHO, Hygiene, <https://www.afro.who.int/health-topics/hygiene>, Retrieved on January 2019.
- Open.edu, Hygiene and Environmental Health Module: 1. Introduction to the Principles and Concepts of Hygiene and Environmental Health, <http://www.open.edu/openlearncreate/mod/oucontent/view.php?id=187&printable=1>, Retrieved on January 2019.
- National Institute of Open Schooling, Health and Hygiene, http://oer.nios.ac.in/wiki/index.php/Health_and_Hygiene, Retrieved on January 2019.
- A, Pathman et al. "Knowledge, Attitudes, Practices and Health Beliefs toward Leptospirosis among Urban and Rural Communities in Northeastern Malaysia" International journal of environmental research and public health vol. 15,11 2425. 1 Nov. 2018, doi:10.3390/ijerph15112425, Retrieved on January 2019.
- Medicine.net, Poor hygiene symptoms, https://www.medicinenet.com/poor_hygiene/symptoms.htm, Retrieved on January 2019.
- The British Occupational Hygiene Society (BOHS), What is Occupational Hygiene?, <http://www.bohs.org/about-us/>, Retrieved on January 2019.
- Michael A. Berry, Cleaning and the Environment, Council of the Cleaning Industry Research Institute (CIRI), https://www.ciriscience.org/a_269-Cleaning-and-the-Environment, Retrieved on January 2019.
- Emplysure, Workplace Hygiene, <https://employsure.com.au/blog/workplace-hygiene/>, Retrieved on January 2019.
- Wikipedia, Igiene. <https://it.wikipedia.org/wiki/Igiene>, Retrieved on January 2019.

- WHO, Water sanitation hygiene
https://www.who.int/water_sanitation_health/emergencies/qa/emergencies_qa17/en/, Retrieved on January 2019.
- Centre for Disease Control and Prevention, Respiratory Hygiene/Cough Etiquette,
<https://www.cdc.gov/oralhealth/infectioncontrol/faqs/respiratory-hygiene.html>,
Retrieved on January 2019.
- WRHA, How to Practice Respiratory Hygiene,
<http://www.wrha.mb.ca/extranet/ipc/files/routinepractices/RespiratoryHygieneEducation.pdf>, Retrieved on January 2019.
- U.S. Food and Drug Administration, Food Safety at Home,
<https://www.fda.gov/forconsumers/byaudience/forwomen/ucm118524.htm>,
Retrieved on January 2019.
- Perth District Health Unit, Food Safety at Home, <http://www.pdhu.on.ca/health-topics/food-safety/food-safety-at-home/> Retrieved on January 2019.
- ALSCO, Five Reasons Why You Need To Take Workplace Hygiene Seriously,
<https://www.alsco.com.au/2017/03/employee-workplace-hygiene-safety/>,
Retrieved on January 2019.
- Freelancer, Eleven Workplace Hygiene Tips Every Startup Should Follow,
<https://www.freelancer.com/community/articles/11-workplace-hygiene-tips-every-startup-should-follow#>

Creative Commons licensing terms

Author(s) will retain the copyright of their published articles agreeing that a Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY 4.0) terms will be applied to their work. Under the terms of this license, no permission is required from the author(s) or publisher for members of the community to copy, distribute, transmit or adapt the article content, providing a proper, prominent and unambiguous attribution to the authors in a manner that makes clear that the materials are being reused under permission of a Creative Commons License. Views, opinions and conclusions expressed in this research article are views, opinions and conclusions of the author(s). Open Access Publishing Group and European Journal of Public Health Studies shall not be responsible or answerable for any loss, damage or liability caused in relation to/arising out of conflicts of interest, copyright violations and inappropriate or inaccurate use of any kind content related or integrated into the research work. All the published works are meeting the Open Access Publishing requirements and can be freely accessed, shared, modified, distributed and used in educational, commercial and non-commercial purposes under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License \(CC BY 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).