



Ministero dell'Istruzione e del Merito
ISTITUTO COMPRENSIVO GUICCIARDINI

Scuola Infanzia, Primaria, Secondaria di primo grado

via Reginaldo Giuliani, n. 180 - 50141 Firenze

Tel. 055 411738 - fax 055 417086 - e-mail FIIC85800C@istruzione.it - C.F.94202740489

Peo: FIIC85800C@istruzione.it – Pec: FIIC85800C@pec.istruzione.it - sito web: ic-guicciardini.edu.it

PROCEDURE PER L'UTILIZZO DEI VIDEOTERMINALI

Documento informativo e operativo ai sensi del D.Lgs. 81/2008

Anno scolastico 2025/2026

1. Definizioni operative

- Videoterminale (VDT): qualsiasi schermo alfanumerico o grafico, indipendentemente dalla tecnologia utilizzata (LCD, LED, touchscreen).
- Posto di lavoro con VDT: insieme di elementi che comprendono videoterminale, tastiera, mouse, software, sedia, piano di lavoro, illuminazione, microclima e ambiente circostante.
- Videoterminalista: lavoratore (docente, ATA, DSGA, dirigente) che utilizza attrezzature dotate di VDT in modo sistematico o abituale per almeno 20 ore settimanali, anche non continuative.

2. Obblighi del datore di lavoro (Dirigente scolastico)

Il Dirigente scolastico è tenuto, ai sensi dell'art. 18 del D.Lgs. 81/2008, a:

- effettuare una valutazione specifica dei rischi associati all'uso dei videoterminali;
- predisporre posti di lavoro ergonomicamente corretti, in linea con i requisiti minimi di cui all'Allegato XXXIV del D.Lgs. 81/08;
- organizzare pause e cambi di attività;
- attivare la sorveglianza sanitaria obbligatoria per i videoterminalisti;
- garantire formazione e informazione mirata al personale esposto al rischio.

3. Misure organizzative

3.1. Pausa e alternanza delle attività

L'attività al VDT deve essere interrotta da pause di almeno 15 minuti ogni 120 minuti di lavoro continuativo, oppure tramite alternanza con attività non al videoterminale (riunioni, attività didattiche, telefonate, attività amministrative su supporto cartaceo).



Ministero dell'Istruzione e del Merito
ISTITUTO COMPRENSIVO GUICCIARDINI

Scuola Infanzia, Primaria, Secondaria di primo grado

via Reginaldo Giuliani, n. 180 - 50141 Firenze

Tel. 055 411738 - fax 055 417086 - e-mail FIIC85800C@istruzione.it - C.F.94202740489

Peo: FIIC85800C@istruzione.it – Pec: FIIC85800C@pec.istruzione.it - sito web: ic-guicciardini.edu.it

3.2. Sorveglianza sanitaria

I videoterminalisti sono sottoposti a visite mediche:

- preventive (prima dell'assegnazione al VDT);
- periodiche (ogni due anni, salvo diversa indicazione del medico competente);
- su richiesta del lavoratore, in presenza di disturbi specifici;
- al rientro da assenza prolungata (superiore a 60 giorni).

3.3. Formazione e informazione

Il personale esposto riceve una formazione specifica su:

- utilizzo corretto dell'attrezzatura;
- rischi per vista, postura, affaticamento mentale;
- regole ergonomiche e ambientali;
- responsabilità individuale nella prevenzione.

4. Principali rischi e misure di prevenzione

4.1. Rischi per la vista

Disturbi più frequenti: visione offuscata, bruciore oculare, cefalea, fotofobia, ammiccamento.

Misure di prevenzione:

- Posizionare lo schermo a distanza corretta (50-70 cm);
- Evitare riflessi da finestre o luci dirette;
- Usare occhiali da lavoro se prescritti dal medico;
- Pulire regolarmente monitor e superfici ottiche.

4.2. Rischi muscolo-scheletrici

Disturbi associati: cervicalgie, lombalgie, affaticamento arti superiori.

Misure di prevenzione:

- Sedia regolabile con supporto lombare;
- Monitor all'altezza degli occhi;
- Tastiera e mouse sullo stesso livello, ben distanziati;



Ministero dell'Istruzione e del Merito
ISTITUTO COMPRENSIVO GUICCIARDINI

Scuola Infanzia, Primaria, Secondaria di primo grado

via Reginaldo Giuliani, n. 180 - 50141 Firenze

Tel. 055 411738 - fax 055 417086 - e-mail FIIC85800C@istruzione.it - C.F.94202740489

Peo: FIIC85800C@istruzione.it – Pec: FIIC85800C@pec.istruzione.it - sito web: ic-guicciardini.edu.it

- Evitare posture fisse e svolgere esercizi di allungamento.

4.3. Affaticamento mentale e attenzione

Fattori di rischio: carichi cognitivi elevati, scarsa interazione, stress da multitasking.

Misure di prevenzione:

- Pausa attiva e variazione delle attività;
- Protocolli informatici semplificati e personalizzati;
- Presenza di referenti per supporto tecnico e funzionale.

4.4. Rischi ambientali ed ergonomia

Elementi da considerare:

- Illuminazione: compresa tra 300 e 500 lux, naturale e artificiale bilanciate;
- Microclima: temperatura tra 20°C e 24°C, umidità 40–60%;
- Qualità dell'aria: ricambio regolare e assenza di polveri visibili;
- Rumore: contenuto entro i limiti normativi (inferiore a 50 dB nei lavori intellettuali).

5. Check-list per l'autovalutazione del posto VDT

Voce di controllo

Conforme (✓) Note

Lo schermo è allineato all'altezza degli occhi?		
La distanza occhi-schermo è tra 50 e 70 cm?		
Il sedile è regolabile in altezza e supporta la schiena?		
La tastiera è inclinata e separata dallo schermo?		
È possibile appoggiare comodamente gli avambracci?		
Il piano di lavoro ha una superficie opaca e stabile?		
La luce non crea riflessi fastidiosi sullo schermo?		



Ministero dell'Istruzione e del Merito
ISTITUTO COMPRENSIVO GUICCIARDINI

Scuola Infanzia, Primaria, Secondaria di primo grado

via Reginaldo Giuliani, n. 180 - 50141 Firenze

Tel. 055 411738 - fax 055 417086 - e-mail FIIC85800C@istruzione.it - C.F.94202740489

Peo: FIIC85800C@istruzione.it – Pec: FIIC85800C@pec.istruzione.it - sito web: ic-guicciardini.edu.it

Voce di controllo

Conforme (✓) Note

Sono previste pause ogni due ore di attività continuativa?		
--	--	--

L'ambiente è silenzioso e ben aerato?

6. Allegati

- Modulo per richiesta visita medica VDT
- Scheda di formazione e informazione per videoterminalisti
- Scheda autovalutazione ergonomica
- Verbale di consegna della postazione VDT
- Registro annuale dei videoterminalisti

7. Conclusioni

Il rispetto delle regole di ergonomia e delle misure previste per l'uso corretto dei videotermini contribuisce non solo alla prevenzione dei rischi per la salute, ma anche al benessere organizzativo generale. Ogni lavoratore è parte attiva nel garantire le condizioni ottimali di lavoro e nel segnalare eventuali criticità.