



MINISTERUL MUNCII,
FAMILIEI, TINERETULUI ȘI SOLIDARITĂȚII SOCIALE
INSPECȚIA MUNCII
INSPECTORATUL TERITORIAL DE MUNCĂ SĂLAJ

Nr.2292/CCRP/27.03.2025

MATERIAL INFORMATIV

**Sănătatea și securitatea muncii la lucrul cu echipamente cu ecran
de vizualizare**

Utilizarea pe scară largă a echipamentelor cu ecran de vizualizare (calculatoare, laptopuri, alte dispozitive electronice) la locurile de muncă implică luarea unor măsuri specifice pentru asigurarea securității și sănătății lucrătorilor.

Utilizarea incorectă a echipamentelor cu ecran de vizualizare sau a posturilor de lucru incorect proiectate poate duce la dureri de gât, umeri, spate, brațe, încheieturi și mâini, precum și oboseală și suprasolicitare a ochilor. Posturile de lucru ce cuprind astfel de echipamente trebuie amenajate astfel încât să ofere lucrătorilor confort și libertate de mișcare.

În acest context, angajatorii au obligația de a face o analiză a posturilor de lucru pentru a evalua condițiile de securitate și sănătate asigurate lucrătorilor, în special în ceea ce privește eventualele riscuri pentru vedere, probleme fizice și solicitare mentală.

De asemenea, angajatorul trebuie să planifice sarcinile lucrătorului astfel încât folosirea zilnică a ecranului de vizualizare să fie întreruptă periodic prin pauze sau schimbări de activitate, care să reducă suprasolicitarea în fața ecranului de vizualizare.

Potrivit dispozițiilor H.G. nr.1028/2006 angajatorul are obligația să ia măsurile corespunzătoare pentru ca posturile de lucru să îndeplinească cerințele minime de securitate și sănătate în muncă referitoare la utilizarea echipamentelor cu ecran de vizualizare, privind:

Ecranul de vizualizare - caracterele trebuie să fie bine definite și distincte, de dimensiuni corespunzătoare și cu spațiu suficient între caractere și între rânduri. Imaginea de pe ecran să fie stabilă, strălucirea și/sau contrastul dintre caractere și fondul ecranului să poată fi ușor de reglat și de adaptat condițiilor ambiante, să nu prezinte străluciri supărătoare sau reflexii care ar putea deranja utilizatorul. Pentru a se adapta nevoilor operatorului, ecranul trebuie să poată fi orientat și înclinat cu ușurință și să fie posibilă utilizarea unui postament separat.

Tastatura - să fie inclinabilă și separată de ecran, astfel încât să permită lucrătorului găsirea unei poziții de lucru confortabile, care să evite oboseala brațelor. Spațiul din fața tastaturii trebuie să fie suficient pentru a permite sprijinirea brațelor operatorului. Simbolurile tastelor să prezinte contrast suficient și să fie lizibile din poziția normală de lucru. Pentru a evita reflexiile, suprafața tastaturii trebuie să fie mată.

Masa sau suprafața de lucru - să fie puțin reflectantă, să aibă dimensiuni suficiente și să permită o amplasare flexibilă a ecranului, tastaturii, documentelor și echipamentului auxiliar. De asemenea, suportul pentru documente să fie stabil și ușor de reglat.

Scaunul de lucru - să fie stabil și să asigure operatorului libertate de mișcare, o poziție confortabilă, să poată fi reglat pe vertical, iar spătarul să poată fi înclinat și reglat pe vertical.

Mediul de muncă - prin dimensiunile și amenajarea sa, postul de lucru trebuie să asigure utilizatorului un spațiu suficient, care să îi permită să își schimbe poziția, să varieze mișcările, și condiții optime de iluminat, căldură, umiditate.

Referitor la interfața operator-computer angajatorul va ține seama ca programul să fie adaptat sarcinii de muncă, ușor de folosit și adaptat nivelului de cunoștințe sau experienței lucrătorului.

Lucrătorii beneficiază de examene oftalmologice periodice sau ori de câte ori apar tulburări de vedere, iar în cazul în care este necesar, angajatorul trebuie să le asigure dispozitive de corecție speciale, care să corespundă activității respective.

Protecția ochilor și a vederii lucrătorilor poate fi asigurată din punctul de vedere al costurilor în cadrul sistemului național de sănătate, astfel că măsurile luate de către angajator nu implică costuri financiare pentru lucrători.

Ioan Lucian Lazoc

Inspector șef

Mariana Pop

Consilier CCRP