Posteitaliane

ONDATE DI CALORE PORTALETTERE E CORRIERE

OPN 17 Novembre 2026

AGGIORNAMENTO IN PREVISIONE ESTATE 2027

FOCUS CRITERI VALUTAZIONE SELETTORE ATTIVITÀ FISICA



1 In prima istanza, per scegliere correttamente il selettore attività (intensa/moderata), è possibile far riferimento agli **esempi** messi a disposizione direttamente sul portale **Worklimate**. Già dalle informazioni messe a disposizione sul portale è facilmente intuibile che l'attività di recapito (consegna di posta e pacchi di peso contenuto con l'ausilio di mezzi a motore e brevi tratti a piedi) non è paragonabile alle attività fisiche intense.

Per attività fisica moderata si intendono attività come:

- Lavoro sostenuto con mani e braccia (martellare chiodi, limare)
- Lavoro con braccia e gambe (guida di autocarri fuori strada, trattori o macchine per costruzione)
- Lavoro con braccia e tronco (lavoro con martello pneumatico, montaggio trattori, intonacare, movimentazione intermittente di materiale moderatamente pesante, sarchiare, zappare, raccogliere frutta o verdura)
- Spingere o tirare carri leggeri o carriole
- Camminare a velocità compresa tra 3,5 e 5,5 km/h
- Posa di mattoni
- Montaggio di veicoli

Per attività fisica intensa si intendono attività come:

- Lavoro intenso con braccia e tronco; portare materiale pesante
- Lavoro che richiede l'uso di asce o pale per spalare o scavare a ritmo intenso
- Lavorare con martello
- Segare, piallare o scalpellare legno duro
- Falciatura a mano, scavo
- Camminare ad una velocità tra 5,5 e 7,0 km/h
- Spingere o tirare carri e carriole con carichi pesanti
- Disporre blocchi di cemento
- Salita ripetuta di scale a gradini o a pioli

2 un'analisi più dettagliata può essere svolta sulla base della norma di riferimento per la determinazione del metabolismo energetico: **UNI EN ISO 8996**. Procedendo alla valutazione ai sensi della suddetta norma, applicando il **livello 1** della classificazione del metabolismo energetico per categorie, l'attività di recapito può essere ricondotta, nelle sue fasi, alle sotto-attività codificate e riportate in tabella:

Attività	Intervallo metabolismo energetico in W	Classe per un intero turno di lavoro
Lavoro leggero di braccia e gambe (guida di un veicolo in condizioni correnti)	Da 125 a 235	1 – Metabolismo energetico basso
Deambulazione blanda (2km/h) su percorso piano, uniforme e solido con carico <=30kg	Da 125 a 235	1 – Metabolismo energetico basso
Lavoro prolungato con mani e braccia (caricare)	Da 235 a 360	2 – Metabolismo energetico moderato
Spinta o traino di carrelli o cariole leggere	Da 235 a 360	2 – Metabolismo energetico moderato
Gestione intermittente di materiale moderatamente pesante	Da 235 a 360	2 – Metabolismo energetico moderato
Deambulazione (da 2,5 a 5 km/h) su percorso piano, uniforme e solido con carico <=20kg	Da 235 a 360	2 – Metabolismo energetico moderato
Deambulazione (da 2,5 a 3 km/h) su percorso piano ma irregolare o instabile con carico <=20kg	Da 235 a 360	2 – Metabolismo energetico moderato
Deambulazione (<=2,5 km/h) su terreno stabile in salita (<5%) con carico <=20kg	Da 235 a 360	2 – Metabolismo energetico moderato

3 È possibile infine effettuare un ulteriore approfondimento ricorrendo alla letteratura scientifica internazionale, ed in particolare allo studio più completo esistente sulla tematica: "**2024 Adult Compendium of Physical Activities: A third update of the energy costs of human activities**", Journal of Sport and Health Science. In base all'osservazione dello studio su più di 800 attività, nella sezione dedicata ai mestieri, è riportata nello specifico anche l'attività del portalettere

Ambito	MET	Descrizione attività
Occupation	2,3	Mail carrier, walking to deliver mail
Occupation	1,5	Mail delivery, motorbike
Occupation	3,5	Mail delivery, Electronically Assisted Bicycle

Considerando il fattore standard di conversione 1MET=81,4W, secondo lo studio in oggetto e alla luce delle considerazioni sopra esposte, **tutte le attività di recapito** sono riconducibili ad attività a metabolismo energetico **moderate ai sensi della UNI EN ISO 8996**

AGGIORNAMENTO IN PREVISIONE ESTATE 2027

FOCUS CRITERI VALUTAZIONE SELETTORE SOLE/OMBRA

Per quanto riguarda il portale Worklimate, la scelta del selettore sole/ombra è da effettuare in funzione della **prevalenza dell'esposizione** nel turno di lavoro.

Poiché l'attività lavorativa non è svolta per tutto il turno all'aperto (fase di pre e post gita in ambiente climatizzato), poiché l'attività lavorativa all'aperto non è svolta sempre a pieno sole (prevalenza dei mezzi utilizzati sono autoveicoli dotati di impianto di aria condizionata, brevi percorsi a piedi soggetti alla variabilità dell'esposizione al sole ed inoltre nell'Informazione effettuata con distribuzione controllata delle Istruzioni Operative di Sicurezza è prevista la raccomandazione a prediligere i percorsi a piedi non esposti al sole e le zone ombreggiate nelle attese di processo dovute al cliente), **l'Azienda ribadisce la correttezza della scelta del selettore «ombra»** (prevalenza dell'esposizione)**.**

Ciò premesso, solo per i **Portalettere**, vista l'eterogeneità del territorio e dei mezzi utilizzati nonché la frequenza di fermate effettuate, stante la non controllabilità dell'esposizione per tutte le zone di recapito, l'Azienda decide **a maggior tutela** di utilizzare il selettore «**sole»**

Corriere

Utilizzo solo di auto climatizzate, ridotto numero di tappe. La prevalenza dell'esposizione è da considerarsi all'ombra e pertanto si sceglie di utilizzare il selettore «**ombra**»

Portalettere

La prevalenza dell'esposizione è da considerarsi all'ombra. A maggior tutela, vista l'eterogeneità del territorio e dei mezzi utilizzati nonché la frequenza di fermate effettuate, si sceglie di utilizzare il selettore «**sole**»

AGGIORNAMENTO IN PREVISIONE ESTATE 2027

VARIAZIONI

1. Vista l'eterogeneità del territorio e dei mezzi utilizzati nonché la frequenza di fermate effettuate, a maggior tutela, si sceglie di utilizzare il selettore «**sole**» per il personale portalettere



2. Le aree territoriali a livello di rischio moderato o alto con il selettore «sole» rispetto al corrispettivo selettore «ombra» vengono sensibilmente incrementate, pertanto per i portalettere **il numero di pause** fruite nell'estate 2027 sarà **maggiore** rispetto a quelle del 2026





3. Recepimento nell'elenco degli **iper-suscettibili** dei dipendenti **over 65** in qualità di «anziani» [cfr. D.Lgs 15 marzo 2024 n.29, art.2 punto 1 comma a] con conseguente uscita dal gruppo degli over 60 per portalettere e corrieri

4. Introduzione di un nuovo livello di rischio (livello 3), corrispondente alla condizione climatica più sfavorevole per i lavoratori: alto per lavoratore **all'ombra** con attività fisica **moderata**. In tale circostanza oltre alle misure di tutela previste per il livello 2 è prevista anche l'interdizione al recapito ai lavoratori over 60.



5. Per i corrieri il precedente livello MEDIO viene ridenominato Livello 1 mentre il precedente livello ALTO viene sostituito dal Livello 3 sopra descritto

AGGIORNAMENTO IN PREVISIONE ESTATE 2027

MISURE DI TUTELA PORTALETTERE

Legenda

 Attività fisica moderata

 Lavoratore all'ombra

 Lavoratore al sole

LIVELLO DI RISCHIO	Selettori WORKLIMATE utilizzati **Portalettere**	Rischio da WORKLIMATE	MISURE DI TUTELA
Livello 1		**moderato**	Raccomandazione ad effettuare una pausa in luogo ombreggiato o climatizzato della durata di **5 minuti** ogni ora
Livello 2		**alto**	• Raccomandazione ad effettuare una pausa in luogo ombreggiato o climatizzato della durata di **10 minuti** ogni ora • Interdizione alla fase di gita del recapito ai **lavoratori iper-suscettibili** (compresi over 65)
Livello 3		**alto**	• Raccomandazione ad effettuare una pausa in luogo ombreggiato o climatizzato della durata di **10 minuti** ogni ora • Interdizione alla fase di gita del recapito ai **lavoratori iper-suscettibili** (compresi over 65) • Interdizione alla fase di gita del recapito ai **lavoratori over 60** (compresi)

AGGIORNAMENTO IN PREVISIONE ESTATE 2027

MISURE DI TUTELA CORRIERE

Legenda

 Attività fisica moderata

 Lavoratore all'ombra

 Lavoratore al sole

LIVELLO DI RISCHIO	Selettori WORKLIMATE utilizzati **Corriere**	Rischio da WORKLIMATE	MISURE DI TUTELA
Livello 1		**moderato**	Raccomandazione ad effettuare una pausa in luogo ombreggiato o climatizzato della durata di **5 minuti** ogni ora
Livello 3		**alto**	• Raccomandazione ad effettuare una pausa in luogo ombreggiato o climatizzato della durata di **10 minuti** ogni ora • Interdizione alla fase di gita del recapito ai **lavoratori iper-suscettibili** (compresi over 65) • Interdizione alla fase di gita del recapito ai **lavoratori over 60** (compresi)

Posteitaliane