Ergonomia, giovane branca scientifica dell’esperienza umana – 1 di 4

Quanta fatica mentale e pratica per aiutare l’umanità a non farsi troppo male!

Certamente i tempi sono maturi per un salto quantico della qualità delle relazioni tra esseri umani; tuttavia non sarebbe condizione sufficiente se essi stessi non facessero la loro parte.

A partire da ciò si può meglio comprendere perché anche esseri umani che si ritengono **“liberi ed intelligenti”** abbiano bisogno di regole per interagire senza intralciarsi e costituire pericolo reciproco.

Questa consapevolezza permette di non relazionarsi alle regole come a imposizioni, ma come ad aiuti per procedere in modo corretto; regole non rigide, ma adattabili ai cambiamenti che la vita propone continuamente.

È evidente a tutti quanto sia più efficace far comprendere quale sia il sapore del latte facendolo assaggiare piuttosto che tentare ardue spiegazioni teoriche o comparative con questa o quella cosa che latte non sono.

Ecco perché dovendo trattare un argomento così complesso ed articolato,

come risulterà dalle informazioni che seguiranno, nel breve tempo e spazio di alcuni articoli, si è scelta la strada che porta ad assaggiare l’essenza dell’ergonomia anziché descriverne o ripeterne le regole per le quali abbiamo a disposizione sempre e ovunque gli strumenti per consultarle.

Così potrà maturare la coscienza delle necessità reali e si potranno usare gli strumenti disponibili e adatti, o predisporne altri specifici, secondo quanto il momento e le condizioni richiedono, senza chiudersi entro schemi preconcetti, superati o addirittura errati, poiché l’ergonomia evolve in relazione all’evoluzione dell’essere umano e dell’ambiente che lo fa vivere ed entro cui vive.

Che cosa è l’ergonomia?

Vi sono molti modi, più o meno istituzionali, di definire l’ergonomia ma quello che mi sembra più adatto a renderne la vastità di competenza è

“scienza che si occupa delle interazioni tra gli esseri umani e l’ambiente naturale e tecnologico di cui e in cui essi vivono”.

La qualità del rapporto di tali interazioni determina il livello di ergonomia relativo. Alcuni elementi che contribuiscono a stabilire tale qualità sono **il grado di sicurezza, adattabilità, usabilità, comfort, gradevolezza e comprensività**.

L’ergonomia si basa su molte discipline e scienze nello studio degli esseri umani e dei loro ambienti, tra cui **antropometria, biomeccanica, bioingegneria, ingegneria meccanica e industriale, industrial design, chinesiologia, fisiologia e psicologia.**

Il termine “ergonomia” deriva dalle parole greche ***érgon*, lavoro**, e ***?omos*, regola, legge.**

Obiettivi dell’ergonomia

Tra gli obiettivi che si prefigge l’ergonomia troviamo:

- l’analisi degli effetti della tecnologia produttiva e sociale sull’uomo a livello di salute, di prestazione e di comportamento;
- la progettazione di situazioni lavorative e sociali adeguate alle esigenze dell’attività ed alle capacità potenziali dell’individuo, al fine di evitare il logoramento fisico e mentale ed aumentare il rendimento;
- la disciplina preventiva, per evitare l’insorgenza di effetti dannosi.

L’ergonomia fisica è importante in campo medico, in particolare per gli individui ai quali sono state diagnosticati disturbi fisiologici o patologie

In sede di applicazione pratica dell’ergonomia si possono seguire due indirizzi:

- **Reattivo –** se si utilizzano azioni correttive specifiche rispetto ad un problema indentificato.
- **Preventivo –** quando qualcosa può essere individuato e migliorato prima che diventi un problema più grande

Di ergonomia se ne occupa anche la legislazione italiana.

…….. continua nella parte 2 di 4

Grafica e testo

Pietro Cartella

© 2025 CIVICO20NEWS – riproduzione riservata

Data di pubblicazione: 01/04/2025

Salvato in PDF in data: 07/11/2026

Link all'articolo: https://civico20-news.it/scienza-e-medicina/ergonomia-giovane-branca-scientifica-dellesperienza-umana-1-di-4/01/04/2025/