

## **COMUNICATO STAMPA**

### **ERGONOMIA DEL SUBACQUEO E SALVAGUARDIA DELL'AMBIENTE MARINO**

Domenica 22 febbraio 2026 – ore 11.30 in Area Dive Doctor – Eudi Show 2026, gestita da AA Fondazione Mistral / SIMSI.

Il dolore lombare dopo un'immersione, la rigidità cervicale, l'affaticamento precoce, l'assetto instabile che solleva sedimento dal fondale: segnali spesso sottovalutati ma direttamente collegati alla configurazione dell'attrezzatura e alla postura del subacqueo.

Le evidenze ergonomiche mostrano che una distribuzione non corretta del gruppo ARA e della zavorra può generare stress meccanico sulla colonna vertebrale, fenomeni infiammatori e sovraccarico radicolare. Nel tempo, questi fattori incidono sulla sicurezza, sull'efficienza energetica e sulla qualità dell'immersione.

Comprendere l'interazione tra postura individuale, assetto, galleggiamento e materiali significa trasformare l'ergonomia in uno strumento concreto di prevenzione primaria.

Un subacqueo ergonomicamente equilibrato: consuma meno energia, mantiene migliore stabilità, riduce il rischio di sovraccarichi vertebrali, limita il disturbo degli habitat marini

Design ergonomico e consapevolezza tecnica diventano quindi alleati sia della salute del subacqueo sia della tutela ambientale.

**Relatore:**

dott. Francesco Fontana. AA Fondazione Mistral / SIMSI

**Info:** [direzione@iperbaricoravenna.it](mailto:direzione@iperbaricoravenna.it)