

MIGLIORAMENTO DELLA PRODUTTIVITÀ E DEL COMFORT DEI DIPENDENTI CON I MOUSE ESTERNI

Confronto tra l'utilizzo di mouse esterni e l'utilizzo dei trackpad

Grazie alla tecnologia, i dipendenti moderni godono di maggior libertà. "Mobilità" non è più solo uno slogan, ma oggi descrive realmente il modo in cui molte persone eseguono il loro lavoro. Inevitabilmente, il versatile laptop è diventato il computer preferito per i lavoratori di tutto il mondo che operano da casa, da una sala conferenze, da una caffetteria o da qualsiasi luogo provvisto di una connessione Wi-Fi. I trackpad promettono praticità e semplicità, ma molti dipendenti rinunciano a questi navigatori incorporati e preferiscono un mouse esterno. Si tratta semplicemente di preferenze personali, come scegliere un colore preferito, o esistono differenze più profonde tra i due metodi di puntamento, clic e trascinamento?

Sintesi:

Il semplice fatto di fornire un mouse esterno insieme a un laptop può non solo migliorare notevolmente la produttività dei dipendenti, ma anche contribuire a migliorarne il comfort, la salute e la soddisfazione generale.

- **I mouse sono più ergonomici dei touchpad¹**
- **I lavoratori sono più produttivi del 50% utilizzando un mouse invece di un trackpad²**
- **La velocità aumenta del 30% se si utilizza un mouse invece di un trackpad³**



Mouse wireless Logitech MX Anywhere 3

Sommario

- 1 I laptop sostituiscono rapidamente i computer desktop**
- 2 I laptop consentono la mobilità, ma questo è sufficiente?**
- 3 Mouse esterni: l'ingrediente mancante**
- 4 Studio di Logi Ergo Lab**
- 5 Il collegamento tra mouse esterni e produttività**
- 6 Tensione muscolare ridotta con i mouse esterni**
- 7 Effetti sulla postura**
- 8 Mouse esterni e ROI**
- 9 I vantaggi diffusi dei mouse esterni**
- 10 Cosa comunica la distribuzione di mouse esterni ai collaboratori**

I laptop sono il nuovo standard

Tra le attrezzature standard fornite ai dipendenti in ambienti aziendali di ogni dimensione, il personal computer è indubbiamente l'elemento principale, sia in termini di costi che di utilità. I dipartimenti IT, di fronte alle sfide di valutazione, approvvigionamento e distribuzione, faticano a giustificare l'importante costo capitale derivante dall'acquisto dei computer. L'ottimizzazione del ROI significa selezionare un computer, un sistema operativo e periferiche che ottimizzino la produttività dei dipendenti, offrendo loro qualità, comfort e benessere.



Mouse wireless Logitech M310

serie di aree delimitate a scrivanie condivise o collaborazione in sale di piccole dimensioni. Il lavoro da casa è destinato a consolidarsi in modo crescente. Secondo uno studio di Logitech del 2020, il **67% dei lavoratori negli U.S.A. prevede di continuare a lavorare da casa almeno due giorni la settimana. In Germania e in Cina la percentuale registrata è stata rispettivamente del 57% e del 51%.⁵**



Mouse trackball wireless Logitech Ergo M575

I laptop hanno superato i computer desktop come attrezzature standard e il divario è destinato a crescere. Fino al 2020, gli uffici IT avevano quasi la stessa probabilità di fornire un computer desktop o un laptop. Dal 2020 le cose sono cambiate notevolmente e ora la probabilità di fornitura di un laptop è **raddoppiata**⁴ e il trend è in continua crescita. Anche negli ambienti di ufficio i laptop superano i desktop, mentre lo spazio si trasforma da una

2X

Dal 2020, la probabilità che l'ufficio IT fornisca un laptop anziché un desktop è raddoppiata.⁴

I laptop favoriscono la mobilità, ma mantengono le promesse per i lavoratori?

Ora il dipendente può scegliere dove iniziare la giornata, a casa o altrove, ma la mobilità ha introdotto una nuova serie di sfide sia per i datori di lavoro che per i dipendenti. Spesso i lavoratori non hanno le attrezzature necessarie per creare una configurazione ergonomica quando utilizzano un laptop. Questo aspetto può avere conseguenze nella vita quotidiana e la mobilità ha complicato il problema, specie per chi si avvicina per la prima volta al lavoro da casa. Una recente indagine di Logitech ha rilevato che il 50% dei dipendenti che lavora da casa per la prima volta registra dolori e indolenzimento nella regione del collo, mentre solo il 16% dei lavoratori in ufficio segnalava questo problema. Il 31% dei dipendenti ha segnalato dolori e indolenzimento nella regione della spalla durante il lavoro da casa, mentre solo il 17% dei lavoratori in ufficio segnalava questo problema.

Questo dipende in molti casi da uno spazio di lavoro non ergonomico, che può avere un effetto negativo sulla produttività. **Fortunatamente la semplice aggiunta di un mouse esterno al laptop in dotazione può migliorare molto l'ergonomia in ambienti di lavoro non convenzionali.**



Mouse wireless Logitech MX Anywhere 3

Il 50%

dei dipendenti che lavora da casa per la prima volta registra dolori e indolenzimento nella regione del collo.

Il 31%

dei dipendenti segnala dolori e indolenzimento nella regione della spalla.

Mouse esterni: la componente mancante per il laptop

Il dolore causato da una configurazione ergonomica inadeguata è un rischio lavorativo comune. Quando i laptop vengono corredati di mouse esterni i lavoratori sono molto più efficienti, ma soprattutto hanno maggiori probabilità di evitare configurazioni ergonomiche inadeguate, che possono provocare stanchezza e dolori muscolari.⁶ L'utilizzo di un trackpad incorporato provoca un'attivazione supplementare dei muscoli del collo e della spalla rispetto all'utilizzo di un mouse esterno.

Queste conclusioni provengono da uno studio condotto da un'entità Logitech unica: Logi Ergo Lab.

Studio di Logi Ergo Lab

Per ottenere una miglior comprensione di cosa accade quando si utilizza un trackpad o un mouse esterno, Logitech si è rivolta a Logi Ergo Lab. Più che uno spazio fisico, Logi Ergo Lab è un approccio con basi scientifiche e incentrato sulle persone per il design, lo sviluppo e la reinvenzione di strumenti che aiutano gli utenti a sentirsi meglio nell'ambiente di lavoro. Questa entità è alla base dello sviluppo di prodotti Logitech ed è costituita da un gruppo articolato di professionisti, da ingegneri a designer, da product designer a gruppi business. Ergo Lab ha confrontato l'utilizzo dei trackpad integrati e quello dei mouse esterni con i computer laptop, per determinare quanto segue:



Valutazione delle posizioni relative del braccio quando si utilizza un mouse esterno o un trackpad, Logi Ergo Lab

- Quali sono gli effetti sulle **prestazioni**?
- Quali sono gli effetti in termini di **attivazione muscolare**?
- Quali sono gli effetti sulla **postura**?

Lo studio è stato eseguito su 23 partecipanti, ai quali sono stati consegnati due laptop diversi ed è stato chiesto di eseguire attività con il trackpad incorporato e poi di eseguirle utilizzando due mouse portatili. Le attività erano costituite da operazioni di puntamento e clic ed esercizi di trascinamento e rilascio della selezione.

Come i mouse esterni migliorano la produttività dei lavoratori

Lo studio di Ergo Lab ha preso in considerazione le prestazioni relative ottenibili con i mouse rispetto ai trackpad misurando la "velocità di esecuzione" (il volume di dati spostati da una posizione a un'altra in un tempo predefinito) o in questo caso la velocità e l'accuratezza con cui i partecipanti hanno portato a termine le attività. Quando hanno utilizzato un mouse, i partecipanti hanno fatto registrare un incremento della produttività del 50% rispetto a quando hanno utilizzato il touchpad.²

- **I mouse sono più ergonomici dei touchpad¹**
- **I lavoratori sono più produttivi del 50% se utilizzano un mouse invece di un trackpad²**
- **La velocità aumenta del 30% se si utilizza un mouse invece di un trackpad³**



Mouse wireless Logitech M317

Il mouse esterno riduce la tensione muscolare

I sensori applicati ai partecipanti hanno rilevato che i muscoli del collo e della spalla sono meno attivati (e quindi più rilassati) quando si utilizza il mouse che quando si utilizza il trackpad. Di fatto, quando gli utenti hanno utilizzato un trackpad hanno fatto registrare un incremento dell'attività muscolare del 45% nel collo e nella spalla rispetto a quando hanno utilizzato un mouse. Inoltre con il trackpad è stato registrato un incremento del 25% dell'attività muscolare nell'avambraccio, che può accrescere l'affaticamento o l'indolenzimento.



Mouse wireless Logitech M535

Collegamento tra mouse esterno e postura

Secondo studi esistenti⁷ di ergonomia dello spazio di lavoro, in genere i trackpad obbligano gli utenti a bloccare la parte superiore del braccio con l'avambraccio piegato verso il corpo, una posizione denominata "flessione" del gomito. Braccio bloccato significa parte superiore del corpo bloccata, e da qui possono derivare stanchezza e disagio muscolare. Logitech Ergo Lab ha analizzato più da vicino le articolazioni delle spalle, e ha rilevato che l'utilizzo del trackpad richiede una rotazione interna della spalla con un angolo di quasi 40 gradi. Per contro i partecipanti allo studio che utilizzavano un mouse hanno mostrato una postura molto migliore, con una rotazione della spalla e un'estensione del gomito inferiori.

Lo studio conclude che i lavoratori producono di più, molto di più, se utilizzano un mouse esterno anziché il trackpad integrato, e che questo avviene con un minor carico sulla muscolatura di collo, spalle e avambracci.



Misurazione degli effetti sulla postura dell'utilizzo di un mouse esterno, The Logi Ergo Lab

I dipendenti producono di più ... molto di più... utilizzando un mouse anziché un trackpad integrato.

*“L'utilizzo di un laptop è associato a posture inadeguate e non equilibrate che possono produrre carichi e indolenzimento sul collo, la spalla e il braccio. L'utilizzo di un mouse esterno anziché del trackpad incorporato nel laptop consente una maggior flessibilità nelle posture del braccio, riducendo il lavoro di alcuni muscoli. **Nei test "fianco a fianco" un mouse esterno risulta più produttivo (in termini di velocità combinata con l'accuratezza) rispetto a un trackpad.** Un mouse esterno dovrebbe essere una delle prime misure per migliorare il comfort e le prestazioni quotidiane del dipendente che utilizza un laptop, a casa o in ufficio”.*



David Rempel, MD, MPH (UC Berkeley, San Francisco) e membro del Logitech Scientific Advisory Board.

Come i mouse esterni ottimizzano gli investimenti in capitale

La fornitura di un mouse esterno con il laptop è uno degli investimenti più intelligenti che l'ufficio IT può eseguire. Oltre a migliorare le prestazioni generali, **un investimento in mouse esterni può contribuire a ridurre gli effetti causati da una configurazione di lavoro al computer inadeguata, che possono andare dalla stanchezza generale allo stress.**

I costi sostenuti dalle aziende per ognuno di questi problemi di salute possono essere impressionanti e includere indennizzo del dipendente, riabilitazione medica e ospedaliera e spese legali. I costi indiretti includono turnover elevato, assenteismo, produttività bassa e morale non ottimale.

I vantaggi diffusi dei mouse esterni

Oltre al miglioramento delle prestazioni e della comodità del dipendente, l'aggiunta di un mouse esterno al laptop ha altri effetti meno evidenti, ma altrettanto importanti. Il numero di professioni che richiede l'utilizzo di un computer continua a crescere. Secondo alcune stime, entro il 2023 il 90% della forza lavoro dovrà saper usare in qualche misura il computer per eseguire la propria attività.⁸ Questo non farà che incrementare il rischio rappresentato da una configurazione inadeguata della postazione di lavoro al computer. I millennial, che ora rappresentano la generazione più numerosa nell'organico delle aziende, hanno adottato una visione completa del benessere, che va ben oltre la semplice difesa dalle malattie. Questi dipendenti sono molto più propensi a investire nel loro benessere, e si attendono che i loro datori di lavoro facciano lo stesso.⁹

Tuttavia spesso le aspirazioni non salariali espresse dai dipendenti e le soluzioni di fatto offerte dai datori di lavoro non coincidono. Secondo uno studio di GlobalWebIndex del 2020, oltre un dipendente su cinque che lavora da casa ha dichiarato che non dispone della postazione adeguata per la sua attività.

Due dipendenti su tre di aziende globali vorrebbero che il datore di lavoro offrisse attrezzature per l'home office più adeguate.¹⁰



Kit mouse e tastiera wireless Logitech MK540 Advanced

Il messaggio che la fornitura di strumenti ottimali comunica ai dipendenti

Anche se datori di lavoro e dipendenti concordano sui vantaggi operativi della fornitura degli strumenti di lavoro ottimali ai dipendenti, la percentuale di leader aziendali che ritiene che l'organizzazione dia la priorità alle condizioni di lavoro dei dipendenti alla scrivania (75%) è superiore alla percentuale di dipendenti (52%). Un fattore determinante per questo sfasamento di percezione è la comunicazione inadeguata delle politiche e delle procedure per una postazione di lavoro ergonomica.¹¹ Per i datori di lavoro, questo rappresenta spesso un'opportunità mancata di connessione con i dipendenti a un livello più profondo ed emotivo. Quando i datori di lavoro fanno la loro parte e offrono ai dipendenti strumenti che semplificano il lavoro, dimostrano rispetto per la salute e il benessere del lavoratore, e questo a sua volta genera fedeltà e maggior soddisfazione sul lavoro.

La distribuzione di laptop anziché di computer desktop è solo la metà dell'opera quando si tratta di migliorare le condizioni della nuova forza lavoro mobile. L'inclusione di un mouse esterno con un laptop è un passo essenziale verso l'incremento della produttività dei dipendenti e il miglioramento del loro comfort quotidiano.

L'inclusione standard di un mouse esterno con una configurazione laptop è un metodo semplice per migliorare la produttività dei dipendenti e il loro comfort quotidiano a casa, al lavoro o dovunque si trovino.

Le soluzioni Logitech si rivolgono a un pubblico diversificato

Logitech offre soluzioni affidabili e in grado di soddisfare qualsiasi esigenza, con una gamma di prodotti che contribuisce a garantire il comfort di una forza lavoro diversificata. Sappiamo che non tutte le situazioni sono uguali, e per questo offriamo mouse e tastiere con molte forme e dimensioni. I nostri prodotti, affidabili e durevoli, sono testati a fondo per garantire anni di utilizzo.



Kit mouse e tastiera wireless Logitech MK540 Advanced



Mouse wireless compatto
Logitech MX Anywhere 3

logitech®

**Scopri la gamma
completa di mouse e
tastiere Logitech per
le aziende visitando
logitech.com/workdesk**

Note:

- 1 Studio Logitech Ergonomic Lab con 23 partecipanti in ottobre 2019, con due mouse Logitech standard e due trackpad standard incorporati.
- 2 In base alla velocità di esecuzione in bit/secondo, combinando una media tra velocità e accuratezza per tutti i dispositivi inclusi nel test. Studio Logitech Ergonomic Lab con 23 partecipanti in ottobre 2019, con due mouse Logitech standard e due trackpad standard incorporati.
- 3 In base ai bit/secondo per tempo di spostamento medio per tutti i dispositivi inclusi nel test. Test Logitech Ergonomic Lab con 23 partecipanti in ottobre 2019, con due mouse Logitech standard e due trackpad standard incorporati.
- 4 Studio scientifico condotto da Logitech, 2020.
- 5 Sondaggio condotto da Logitech in luglio 2020 su un campione di 804 decision maker IT e business in aziende con oltre 1000 dipendenti (U.S.A.) e oltre 500 dipendenti (Germania e Cina).
- 6 Studio scientifico condotto da Logitech dal titolo "Come i mouse e i touchpad influenzano la postura e l'attività muscolare durante l'utilizzo di computer laptop", 2020.
- 7 Conte et al. (2014). Kinematic and electromyographic differences between mouse and touchpad use on laptop computers. *International Journal of Industrial Ergonomics* 44 , 413-420.
- 8 Tindula, Rob. "Is Your Employer Responsible for Ergonomic Related Injuries?" Thrive Global, 2 Nov. 2018, <https://thriveglobal.com/stories/is-your-employer-responsible-for-ergonomic-related-injuries/>
- 9 Welltok, "Millennials: Raising the Bar for Wellbeing," 2019.
- 10 Studio GlobalWebIndex, 2020.
- 11 Studio scientifico condotto da Logitech, 2019.