



# Minister Zdrowia

---

ZPM.050.11.2025.IP  
Warszawa, 23 czerwca 2025

Pan  
Szymon Hołownia  
Marszałek Sejmu  
Rzeczypospolitej Polskiej

Szanowny Panie Marszałku,

odpowiadając na interpelację nr 9947, Pana Marcina Józefaciuka Posła na Sejm RP, z dnia 27 maja 2025 r., w sprawie nierówności w dostępie do posiłków regeneracyjnych oraz wyższej wypadkowości wśród mężczyzn”, uprzejmie przedstawiam poniższą informację.

Wymagania dotyczące norm dźwigania określa rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 14 marca 2000 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny pracy przy ręcznych pracach transportowych oraz innych pracach związanych z wysiłkiem fizycznym (Dz.U. z 2018 r., poz. 1139). Normy dźwigania są zróżnicowane, między innymi, ze względu na płeć oraz wiek pracownika (podział na osoby dorosłe i osoby młodociane). Natomiast pracodawca jest obowiązany oceniać ryzyko zawodowe występujące przy ręcznych pracach transportowych, biorąc pod uwagę między innymi indywidualne predyspozycje pracownika, takie jak sprawność fizyczną, wiek i stan zdrowia. Sprawność fizyczna wynika między innymi z wysokości (wzrostu) i masy ciała pracownika. Z kolei charakter wykonywanej pracy wpływa bezpośrednio na pozycję ciała przyjmowaną podczas pracy, siłę zewnętrzną (najczęściej masę podnoszonego ładunku) oraz czas lub częstość wykonywania czynności pracy.

Natomiast normy dotyczące zużycia energii przez pracowników podczas pracy fizycznej powstają przy uwzględnieniu parametrów fizjologicznych (poziomu wydolności fizycznej – maksymalnego pochłaniania tlenu VO<sub>2</sub>max). Najczęściej wykorzystywana jest zasada, by w codziennej pracy zawodowej pracownik o przeciętnej wydolności nie przekraczał 1/3 swych maksymalnych możliwości.

Ponadto wskazać należy, że w Centralnym Instytucie Ochrony Pracy – Państwowym Instytucie Badawczym w ramach VII Programu Wieloletniego planowane jest podjęcie tematu dotyczącego aktualizacji wartości kosztu energetycznego czynności roboczych na różnych stanowiskach pracy z uwzględnieniem płci pracownika. W ramach tego zadania

zaktualizowane zostaną tabele wartości wydatku energetycznego na różnych stanowiskach pracy z uwzględnieniem płci pracownika. Przeprowadzona zostanie szczegółowa analiza bilansu energetycznego pracowników w ramach konsultacji eksperckich. Planowane są również konsultacje ze specjalistami ds. bhp i przedstawicielami przedsiębiorstw m.in. na temat problemów i potrzeb związanych z przeprowadzaniem oceny ciężkości pracy i szacowania kosztu energetycznego jak również możliwości wykorzystania narzędzi wspomagających powyższe procesy w ich codziennej pracy.

Z wyrazami szacunku  
z upoważnienia Ministra Zdrowia  
Wojciech Konieczny  
Sekretarz Stanu  
/dokument podpisany elektronicznie/