



LA MANUTENTION MANUELLE

SUR VOTRE LIEU DE TRAVAIL

Dans les Hautes-Alpes :

> 27% des salariés déclarent avoir des manutentions et du port de charges pénibles (soit près de 10 000 salariés)
 > Les manutentions manuelles (et pénibles : faux mouvement, torsion, perte de contrôle d'un moyen de manutention) arrivent en tête des déclarations d'accident du travail avec un arrêt supérieur à 3 jours soit 568 A.T (*) (*données CARSAT 2014)

Le risque pour le maintien dans l'emploi augmente avec la pénibilité de la manutention et l'existence de TMS (2.5 % des salariés présentent un risque de maintien dans l'emploi chez ceux n'ayant ni manutention, ni TMS et 33.5% chez ceux déclarant des manutentions pénibles et pour qui le médecin du travail constate des TMS)(*)

(*Résultat de l'observatoire Evrest pour 2014-2015 et données Dossier Médical Santé Travail GEST05).

**Des solutions existent pour prévenir les risques liés aux manutentions manuelles :
demandez conseil à votre Médecin du Travail !**

SENSIBILISER / IDENTIFIER

LES SIGNES D'ALERTE

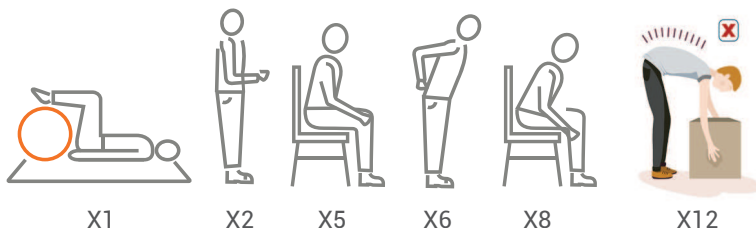
- Vous tirez, déplacez, soulevez des charges
- Vous travaillez dans un environnement contraignant (escaliers, espaces exigus, sols inégaux, ambiance thermique froide, intempéries, bruit...), avec des facteurs aggravants (poids, absence de prise, forme de la charge, cadence rapide, gestes répétitifs...)
- Vous avez souvent mal au dos
- Vous ressentez une douleur qui descend dans la jambe

LES EFFETS SUR LA SANTÉ

- Certaines postures lors des manutentions favorisent les lésions de la colonne vertébrale. Le risque est aggravé s'il y a flexion et/ou torsion du rachis
- Fatigue, douleurs musculaires ou ligamentaires, lumbago, hernie discale
- Accident de travail (écrasement de pied, doigt...)

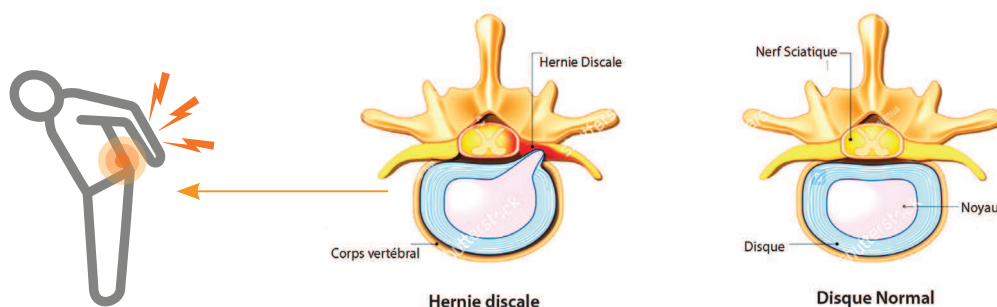
LA PRESSION DISCALE :

La position,
un facteur multiplicateur aggravant



LES EFFETS SUR LE TRAVAIL

- Perturbation de l'organisation de l'entreprise (arrêts maladie, restrictions médicales, reclassements...)
- Risque de perte d'emploi pour le salarié
- Coût : en moyenne 67000 € en 2006 pour une hernie discale opérée (hors coûts indirects pour l'entreprise : remplacement du personnel, baisse de productivité ; hors coûts restant à la charge du salarié ...franchises, forfaits hospitalier, perte de revenus ...).



EVALUER LE RISQUE

Chacun est acteur de la prévention !

L'ENTREPRISE



L'employeur

a l'obligation de réaliser l'évaluation des risques (poids des charges, moyens d'aide à la manutention, facteurs aggravants...). Il participe à donner au SST les moyens d'évaluation et de surveillance médicale.



Le salarié

alerte l'employeur et/ou le médecin du travail s'il juge que les manutentions lui sont pénibles, dangereuses ou que les aides sont inadaptées. Il respecte les mesures de prévention mises en place.



Le médecin du travail ou l'infirmier

conseille l'employeur et les salariés pour éviter les altérations de la santé. Lors des consultations il dépiste les signes précoces d'atteinte à la santé du salarié. Il alerte l'employeur et le CSE sur les situations à risque.



L'intervenant en prévention des risques professionnels

aide à évaluer l'exposition sur le lieu de travail : poids des charges, fréquence, organisation... Il analyse l'activité.

AGIR

Supprimer le danger

- Eviter le recours à la manutention manuelle dès la conception et le process (silo à farine à la place de sacs, bâches à eau pour les essais en charge, toupies à béton, centrale de distribution des fluides dans les garages, centrale de nettoyage...),
- Mettre en place des aides mécaniques (pont roulant, camion grue, engins de levage...)

Réduire le risque

$$\text{Risque} = \text{Danger} \times \text{Exposition}$$

- **Organisationnel** : stockage fonctionnel, voies de circulation larges et dégagées, optimisation du circuit des produits (livraisons au plus près par les fournisseurs, diminution du nombre de manipulations...)
- **Technique** : plan incliné, aides à la manutention (chariots, transpalettes, monte-charge), sols réguliers et de plain-pied, locaux spacieux, plans de travail réglables en hauteur et mise à hauteur (tables élévatrices), accessoires de préhension (ventouses, sangles, poignées...), privilégier les conditionnements réduits (25 kg plutôt que 50),

Protection individuelle

- Tenue de travail adaptée aux exigences des manutentions
- Chaussures de sécurité et gants de manutention.

FORMER / INFORMER

- Des restrictions réglementaires ou médicales existent (moins de 18 ans, femme enceinte...)
- Utilisation correcte des moyens mécaniques
- Formation du type prévention des risques liés à l'activité physique
- Réalisation d'échauffements et d'étirements.



OUI



NON



PAS DE TORSION

Lors de manutentions manuelles et port de charges, portez sans risques !

- Se rapprocher de la charge,
- Décaler les pieds et entourer la charge,
- Fléchir les genoux.

EN SAVOIR PLUS

- Pour toute question, contactez votre Médecin du Travail (voir ses coordonnées sur l'affichage obligatoire dans votre entreprise)
- Consulter les sites www.inrs.fr et www.travail-emploi.gouv.fr
- Tableau des Maladies Professionnelles n°98.

04 92 51 34 23
Gap - Embrun - Briançon
www.gest05.org
www.presanse-pacacorse.org