

## LES PRINCIPAUX MOYENS DE PREVENTION CONSEILLES POUR LES PETITS

### Outils

Table de mise en rayon  
Escabeau sécurisant  
Chariot à roulettes  
Diable  
Transpalette manuel



### Organisation

Rotation sur les postes de travail  
Alternance des tâches  
Aménagement poste encaissement

### Equipements de protection individuelle

Gants de manutention  
Chaussures de sécurité  
Tenue de travail

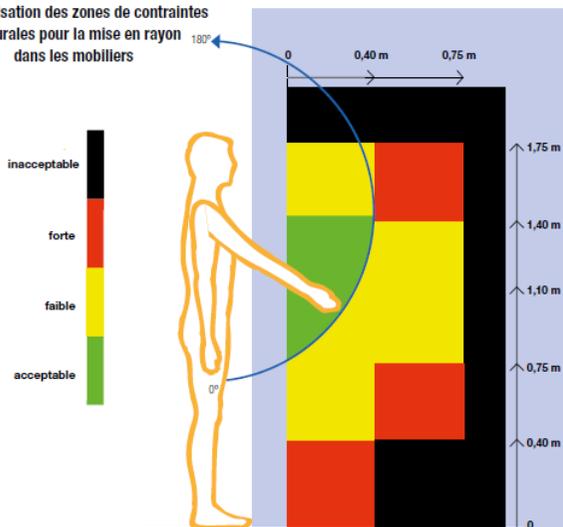


### Manutention

Limiter le poids des charges  
Limiter la hauteur de la prise manuelle des produits  
Adopter les bonnes postures

contrainte à risque minimum	contraintes		
	acceptables	sous conditions	inacceptables
Poids des charges à déplacer (Kg)	5	15	25
Poids d'un chariot poussé/tiré (Kg)	100	200	400

Schématisation des zones de contraintes posturales pour la mise en rayon dans les mobiliers



Norme NF X 35-109



## QUELQUES RAPPELS SUR LA REGLEMENTATION

### Article L 4121-1 du code du travail

L'employeur prend les mesures nécessaires pour assurer la sécurité et protéger la santé physique et mentale des travailleurs.

Ces mesures comprennent :

- 1° Des actions de prévention des risques professionnels et de la pénibilité au travail
- 2° Des actions d'information et de formation
- 3° La mise en place d'une organisation et de moyens adaptés

### Article R 4541-5 du code du travail :

Lorsque la manutention manuelle ne peut être évitée, l'employeur doit :

Evaluer si possible préalablement les risques que font encourir les opérations de manutention pour la sécurité et la santé des travailleurs

Organiser les postes de travail de façon à éviter ou à réduire les risques notamment dorsolombaires (...)

### Article R 4541-8 du code du travail :

L'employeur doit faire bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles :  
D'une formation sur les risques qu'ils encourrent (...)  
D'une formation adéquate à la sécurité relative à l'exécution de ces opérations (...)

### NORME NF X 35-109

Aucune charge ne doit dépasser 15 Kg tant pour les hommes que pour les femmes, quelque soit l'âge. Des coefficients de correction diminuent le poids de la charge selon les conditions de manutention :

*Hauteur de prise et dépose pénalisante en deçà de 0,75 m et au-delà de 1.10 m.*

*Difficulté de préhension (objets glissants, sans poignée, froids, chauds, coupants).*

*Distance de déplacement (supérieure à 2 m) , conditions d'environnement (bruit; vibrations; poussières; sols dégradés; encombrement*

*Conditions d'organisation (contrainte de temps, cadence imposée, tâches multiples*

**eist** 97.1  
Santé au Travail

CENTRE INTERPROFESSIONNEL DE SANTE  
AU TRAVAIL

SECURITE SOCIALE  
DE LA GUADELOUPE  
CAISSE GENERALE

L'Assurance  
Maladie  
RISQUES PROFESSIONNELS



## PREVENTION DES RISQUES LIES A L'ACTIVITE PHYSIQUE ET AUX MANUTENTIONS MANUELLES

## Commerces alimentaires de proximité en Guadeloupe

### Groupe de pilotage :

Dr D. DORCE — Dr P. FONTANA — Mme V. ROUCE

Mme M-A GOBINDOSS — Mme N. RICHOL

Mme F-L DUHAMEL — Mme G. CALICAT — Mme C.. RIGOT

Mr P. LATCHMAN — Mr J-L GIRADON

## ENQUETE SUR LE PETIT COMMERCE EFFECTUEE EN 2015

**Principaux résultats :** 192 salariés en 2015 travaillant dans 45 petits commerces différents .

**75,4 %**

des salariés ont présenté au moins une douleur au cours des 12 derniers mois

- 66 % des douleurs étaient considérées **liées ou très liées** au travail par les salariés

- Le **dos** était la zone la plus atteinte

- La population la plus atteinte était représentée par les **femmes** entre 40 et 49 ans

- Parmi ceux ayant présenté au moins une douleur :

18,6 % ont eu un arrêt de travail

53,8 % ont consulté un médecin

21,4 % ont consulté un kinésithérapeute



**91 %**

des salariés n'ont **pas bénéficié d'une information et formation** sur les risques liés à la manutention manuelle

- 23,4 % des salariés présentaient une obésité

- Le caddie est utilisé comme aide à la manutention par 54 % des salariés.



**34 %**

des salariés n'utilisent aucun outil d'aide à la manutention

- D'après le questionnaire de Karasek évaluant le stress :

34 % des salariés étaient dans la zone « Stressée »

**81 %**

des salariés avaient un faible soutien social au travail (relations entre collègues et employeur)

Dans notre enquête, les 3 principaux facteurs de risque (statistiquement significatifs) sont :

- Absence de formation sur les risques liés aux manutentions manuelles
- Absence de soutien social
- Absence d'outil d'aide à la manutention

## LES PRINCIPAUX FACTEURS DE RISQUES OBSERVES LORS DE L'ENQUETE

### Facteurs liés à la charge

Le poids des charges est souvent important ( par exemple les bidons d'eau). Les cartons ne disposent généralement pas d'anses (difficulté de préhension)



### Facteurs liés aux postures

La hauteur des rayonnages est souvent trop élevée (>1m80) contraignant les salariés à élever les bras au dessus du plan des épaules (risque de blessure des épaules). Les salariés soulèvent trop souvent les charges à même le sol (risque de blessure du dos)



### Facteurs liés aux locaux

L'espace de travail est souvent exigu, les locaux de stockage sont généralement encombrés, et le sol parfois en mauvais état (fissures)



### Facteurs d'ambiance

Beaucoup de salariés sont exposés à l'alternance de températures extrêmes (passage en chambre froide) et aux intempéries (réception à l'extérieur). Les locaux de stockage sont souvent insuffisamment éclairés

### Facteurs organisationnels

On observe parfois :

- Une polyvalence des tâches
- Un temps de pause écourté
- Des volumes de travail soutenu dans la journée (pics d'activités)

Professionnels, [LA CGSS VOUS ACCOMPAGNE.](#)

Connectez vous sur :

<https://www.ameli.fr/employeur/prevention/aides-financieres> puis appelez nous au 0590 214 603 ou 0590 214 634 ou [risques.professionnels@cgss-guadeloupe.fr](mailto:risques.professionnels@cgss-guadeloupe.fr) », [pour toutes informations complémentaires](#)

## LES PRINCIPAUX EFFETS SUR LA SANTE ET LE TRAVAIL

### Les accidents du travail (AT)

Les manutentions sont la première des accidents de travail (hors trajets). Elles peuvent être la conséquence de contusions, d'écrasements ou de chutes. Dans le cadre de notre enquête, très peu d'AT ont été déclarés

### Les Troubles musculo squelettiques (TMS)

Un TMS est une affection des os, tendons, nerfs et/ ou muscles situés à la périphérie des articulations. On distingue principalement :

#### Les TMS du membre supérieur (TMS-MS)

La plupart d'entre elles peuvent faire l'objet d'une déclaration en maladie professionnelle, parlez en à votre médecin (tendinites de l'épaule, du coude, syndrome canal carpien...)



#### Les TMS du dos (lombalgies et sciatiques)

Les lombalgies sont des affections caractérisées par des douleurs touchant le bas du dos et sont surtout dues aux manutentions manuelles, à un travail physique dur, à des postures contraignantes...



## Répartition des douleurs selon l'enquête 2015

