

# Information prévention

agir pour votre santé au travail

Vous travaillez dans  
une entreprise  
des Industries  
AgroAlimentaires ?



**Protégez-vous...**  
des risques à l'origine  
des Troubles  
Musculo-Squelettiques (TMS)



Région



Provence-Alpes-Côte d'Azur



Le syndicat

## Réglementation

L'employeur a l'obligation d'assurer la sécurité et de protéger la santé des travailleurs (articles L. 4121-1 à L. 4121-5 du code du travail) notamment en :

- évaluant l'ensemble des risques auxquels les salariés sont susceptibles d'être exposés dans l'exercice de leur activité et qui ne peuvent être évités ;
- planifiant la prévention en y intégrant, dans un ensemble cohérent, la technique, l'organisation, les conditions de travail, les relations sociales et l'influence des facteurs ambiants.

C'est dans ce cadre que s'inscrit la prévention des TMS ou celle des risques liés aux manutentions manuelles de charges (articles L. 4541-1, R. 4541-1 à R. 4541-11 du code du travail).

L'évaluation des risques doit être réalisée avec la participation des salariés et des représentants du personnel à partir des situations réelles de travail. La démarche d'évaluation des risques, formalisée par le document unique, a pour objectif de définir et de mettre en oeuvre un programme de prévention. Ce programme de prévention prendra en compte les aspects humains, techniques et organisationnels du travail.

## Les TMS

Les Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) sont liés :

- à l'hypersollicitation des membres supérieurs : les plus couramment rencontrés concernent les tendinites de l'épaule, du coude ou du poignet, particulièrement le syndrome du "canal carpien".
- à des postures prolongées accroupies, contraignantes pour les genoux.
- aux efforts importants pour porter des charges lourdes ou des charges moins lourdes mais à répétition qui, associés à des postures contraignantes, sont susceptibles de provoquer des lombalgies.

Ces gestes et ces postures peuvent avoir des répercussions importantes sur la santé lorsqu'ils sont réalisés :

- avec une fréquence, une répétitivité et une intensité qui vont au-delà de la résistance normale de l'organisme, soumettant les articulations à des angulations importantes,
- dans des conditions d'ambiance de travail difficiles,
- dans des conditions d'organisation du travail mal adaptées ou contraignantes,

Ces effets peuvent être accentués :

- par un travail effectué sous contraintes de temps (raideur du geste ou de la posture) ;
- du fait d'une exposition au froid, à un milieu humide voir mouillé ;
- par une exposition à des vibrations ;

## La particularité des Industries Agro Alimentaires

Dans ce secteur, les postes cumulent généralement plusieurs facteurs évoqués dans cette fiche.

Agir sur ces problèmes nécessite la mise en oeuvre d'une approche globale qui implique des actions dans des domaines très variés. Par exemple agir sur l'organisation des plannings de production, des phases de production, sur l'augmentation des marges de manoeuvre du salarié (stock intermédiaire, gestion des temps,...).

## Le port de charges et le travail en postures spécifiques

### ▶▶▶ Le saviez-vous ?

*Le port de charge est souvent associé à d'autres activités telles que le tri, le conditionnement, la palettisation, de plus, il est souvent exécuté sous forte contrainte de temps.*

*Le port de charges est à l'origine de pathologies de la colonne vertébrale et des articulations.*

*Les efforts « bras levés » accentuent l'apparition des tendinites des membres supérieurs (épaule, coude, poignet). Ceux en posture accroupie peuvent entraîner des lésions au niveau des genoux (par atteinte des ménisques).*



PRÉCAUTIONS À PRENDRE

### LES RECOMMANDATIONS EMPLOYEURS

**Avec le concours des salariés, supprimer ou réduire les risques liés aux manutentions et aux postures contraignantes partout où cela est possible :**

- ▶ Prévenir les risques liés à la manutention : réduire au minimum le port de charges, assistance à la manutention, chariots électriques, système de mise à niveau automatique...
- ▶ Agir sur les activités de palettisation : baisser la hauteur des palettes, mettre en place un système de mise à niveau automatique de la palette, mettre en place des systèmes de filmage automatique...
- ▶ Veiller au bon fonctionnement du matériel : vérification annuelle, plans de maintenance préventive,...
- ▶ Limiter l'encombrement de l'atelier et prévoir des emplacements spécifiques pour le stockage à proximité du poste de travail.
- ▶ Veiller au bon état des sols.
- ▶ S'assurer de la bonne compréhension et de l'implication des salariés à la prévention des risques professionnels :
  - Informer les salariés des risques qu'ils encourent et les former, si possible sur le poste de travail, à la bonne utilisation du matériel mis à disposition.
  - Organiser le travail de façon à permettre aux salariés de tourner sur différents postes et donc de varier les contraintes posturales.
  - Favoriser le transfert de « savoir faire de prudence entre les salariés »,
  - Avec le concours des salariés, organiser le travail pour réduire au minimum le port de charges et faciliter l'utilisation des moyens mis à disposition ;
- ▶ Lorsque l'activité le permet, fournir aux salariés des postes assis ou au moins des sièges « assis debout », mettre en place des barres « repose-pied » de type comptoir de bar,
- ▶ ...

PRÉCAUTIONS À PRENDRE

### LES RECOMMANDATIONS SALARIÉS

- ▶ Être force de proposition et alerter le CHSCT et/ou les délégués du personnel sur les problèmes rencontrés
- ▶ Participer à l'organisation du travail pour limiter les risques :
  - Dans la mesure du possible, organiser les différentes tâches à effectuer pour limiter les déplacements et les ports de charges,
  - Favoriser le travail à deux pour la manutention de charges lourdes.
  - Organiser les rotations sur différents postes afin de solliciter d'autres muscles,
- ▶ Utiliser le matériel mis à disposition :
  - Penser à adapter régulièrement la hauteur du poste de travail en fonction de la tâche à effectuer,
  - Utiliser systématiquement les équipements de levage et les moyens d'aide à la manutention mis à disposition,
  - Utiliser les sièges mis à disposition pour varier les postures (assis, assis debout, debout, marche,...). Dans la mesure du possible, adopter la posture la mieux adaptée à la situation.
- ▶ Maintenir les sols propres et désencombrer les lieux de circulation

# EXPOSITION LIÉS AU TRAVAIL

## Les solutions pour se protéger

### L'activité de tri qualité

Cette activité est présente sur de nombreux postes des Industries Agro Alimentaires. En effet, la matière travaillée (fruits, légumes, viandes, ...) est vivante et donc sujette à des transformations au fil du temps. Les salariés procèdent à une vérification de la qualité des produits avec lesquels ils travaillent (transformation, conditionnement,...). Ainsi, les légumes détériorés ne sont pas emballés, un produit dont l'emballage est défectueux n'est pas expédié...

#### ▶▶▶ Le saviez-vous ?

**L'activité de tri qualité implique pour les salariés une concentration importante souvent associée à l'adoption de postures rigides maintenues (notamment au niveau du cou pour maintenir une inclinaison de la tête).**



#### LES RECOMMANDATIONS EMPLOYEURS

- ▶ S'assurer de la bonne qualité des ambiances de travail (température, éclairage, bruit,...)
- ▶ Organiser l'activité de façon à permettre aux salariés de se ménager des temps de récupération mentale et musculaire.
- ▶ Prendre en compte cette activité de contrôle/d'autocontrôle qualité lors du calcul des cadences.
- ▶ Organiser le travail de façon à permettre aux salariés de tourner sur différents postes et donc de varier les contraintes posturales.
- ▶ S'assurer de l'adéquation, de la disponibilité et du renouvellement des EPI (protections auditives, casques, chaussures, ...).

#### LES RECOMMANDATIONS SALARIÉS

- ▶ Se ménager régulièrement des temps de récupération pendant lesquels il sera important de se détendre (étirements musculaires, « se changer les idées »),
- ▶ Porter les Equipement de Protection Individuelle nécessaires (protections auditives, casques, chaussures, ...).

### Le travail dans l'urgence

#### ▶▶▶ Le saviez-vous ?

**Le travail dans l'urgence (travail en flux tendu, problèmes de planification de l'activité de travail,...) ou hors fonctionnement normal de l'activité sont des facteurs d'accroissement des TMS. Dans ces deux situations, le salarié peut être contraint de ne pas appliquer certains "savoir faire de prudence".**

# RÉDUIRE LES FACTEURS D'EXPOSITION LIÉS AU TRAVAIL

## Des activités qui exposent, des solutions pour se protéger

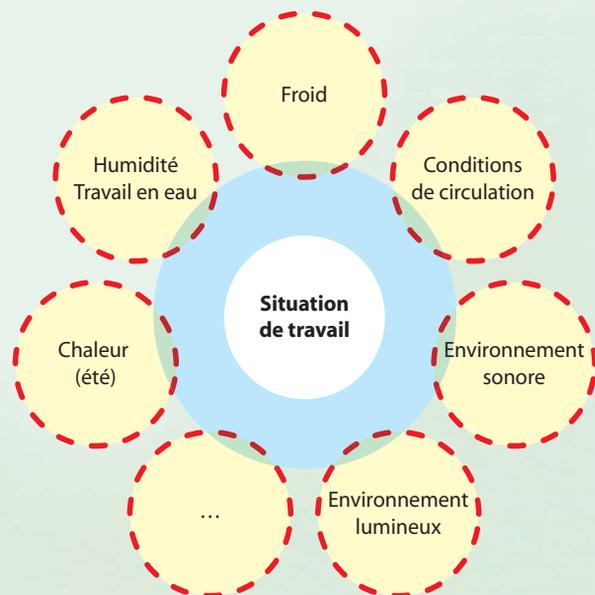
### L'environnement de travail

#### ▶▶▶ Le saviez-vous ?

Les facteurs environnementaux du poste de travail peuvent intervenir de façon importante dans la construction des pathologies de type TMS. Par exemple, le travail au froid ou l'exposition aux vibrations sont connus comme des facteurs particulièrement aggravants pour les TMS.

#### ▶▶▶ Le travail au froid :

Le travail au froid (éventuellement en posture statique) prolongé entraîne un refroidissement des extrémités et une diminution de la dextérité. Ce travail au froid participe à la survenue des TMS, il est donc conseillé d'alterner ce travail au froid avec des périodes de travail dans de meilleures conditions de température.



PRÉCAUTIONS À PRENDRE

#### LES RECOMMANDATIONS EMPLOYEURS

- ▶ Fournir au personnel des vêtements de travail et EPI adaptés à l'environnement de travail.
- ▶ S'assurer du confort thermique des salariés en maintenant les locaux à une température adaptée, en envisageant en cas de besoin des moyens de chauffage compatibles avec l'activité et conformes à la réglementation (aménagement localisés de sources de chaleurs, ...).
- ▶ Éviter de positionner les postes de travail sous les courants d'air froid (bouches d'aération ...).
- ▶ S'assurer des bonnes conditions de luminosité dans lesquelles s'effectue l'activité de travail,
- ▶ Veiller à l'environnement sonore des locaux dans lesquelles s'effectue l'activité de travail,
- ▶ Mettre en place une source d'eau potable à proximité des postes de travail,
- ▶ Organiser l'activité de façon à ce que les salariés puissent se déplacer, organiser le maintien en ordre et en propreté des allées de circulation,
- ▶ Organiser le travail de façon à permettre aux salariés de varier les expositions aux différents facteurs environnementaux.

PRÉCAUTIONS À PRENDRE

#### LES RECOMMANDATIONS SALARIÉS

- ▶ Porter les vêtements de travail et EPI mis à disposition.
- ▶ En cas de travail au froid, éviter autant que possible les postures statiques.
- ▶ Penser à s'hydrater régulièrement en cas de fortes chaleurs.
- ▶ Maintenir propre l'état des sols et désencombrer les lieux de circulation.

Aux contraintes rencontrées habituellement sur les postes de travail des IAA peuvent s'ajouter des facteurs de risques supplémentaires pour la santé de l'individu (par exemple le travail en horaires atypiques). Il est nécessaire d'être alors d'autant plus vigilant sur son hygiène de vie (sommeil, alimentation, activité physique,...).

Cette fiche de sensibilisation aux TMS a été réalisée grâce à la participation d'entreprises de l'industrie agroalimentaire du Vaucluse et des Bouches-du-Rhône et au travail collectif des organismes suivants :

**La FRIAA - Fédération Régionale des Industries Agro Alimentaires**

Cité de l'alimentation • Rue Pierre Bayle • BP 11548 • 84916 AVIGNON Cedex 9 • Tél. 04 90 31 55 19

**ACT Méditerranée** (Association Régionale pour l'Amélioration des Conditions de Travail – Réseau de l'ANACT)

Europarc de Pichaury • 1330, rue Guillibert de la Lauzière BT C1 • 13856 AIX-EN-PROVENCE cedex 3  
Tél. : 04 42 90 30 20

**DDTEFP 84** (Direction Départementale du Travail, de l'Emploi et de la Formation Professionnelle du Vaucluse)

72 route de Montfavet BP 131 - 84022 AVIGNON Cedex Tél. 04 90 14 75 00

**DRTEFP PACA** • (Direction Régionale du Travail, de l'Emploi et de la Formation Professionnelle Provence- Alpes-Côte d'Azur)

180 avenue du Prado 13285 MARSEILLE cedex 8 • Tél. 04 91 15 12 12

**Les organisations syndicales :** CFDT, CFE CGC, CFTC, CGT, FO

Nous remercions les Services de Santé au Travail des départements des Bouches du Rhône et du Vaucluse pour la participation de leurs médecins et IPRP.

### **Votre contact :**

Les Services de Santé au Travail de votre département développent une approche pluridisciplinaire de la prévention des risques professionnels. En associant des compétences médicales, techniques et organisationnelles, ils contribuent, dans chaque entreprise, à l'évaluation des risques et à la réalisation des actions de prévention.

Le **médecin du travail**, conseiller de l'employeur, des salariés et de leurs représentants, consacre un tiers de son temps à l'analyse du milieu de travail, élabore la fiche d'entreprise qui consigne les risques professionnels, les moyens préconisés pour les prévenir et les effectifs des personnels exposés.

**Directeur de la publication :**

Gérard CASCINO •  
Directeur Régional du Travail, de l'Emploi et de la  
Formation Professionnelle  
180, avenue du Prado 13285 MARSEILLE cedex 8

**Dépôt légal :** mars 2008

**Réalisation :** DRTEFP PACA et ACT Méditerranée