

Bad Vibrations

RISQUE

N'en déplaise aux Beach Boys : les vibrations, c'est pas tout bon* ! Qu'elles atteignent l'ensemble du corps ou le système main-bras, elles sont responsables de nombreuses pathologies. Conducteurs d'engins, de chariots automoteurs, chauffeurs routiers, utilisateurs de meuleuses, de marteaux piqueurs : de nombreux corps de métiers sont concernés. Les douleurs et la gêne peuvent, à long terme, se muer en d'irréversibles lésions...

*Sortie en 1966, la chanson "Good vibrations" ("bonnes vibrations") des Beach Boys connut un succès rapide et durable.

Il faut distinguer deux types de vibrations : les basses et moyennes fréquences transmises à l'ensemble du corps lors de la conduite d'engins, et les vibrations et chocs transmis au système main-bras. Dans ces deux cas, c'est la régularité qui pose problème : le risque est présent quand l'employé utilise la machine, l'outil ou l'équipement vibrant sur le long terme. Selon les personnes, les premiers troubles peuvent se présenter au bout de quelques mois... ou après des années.

Sur l'ensemble du corps, les pathologies les plus fréquentes sont principalement les douleurs lombaires, les hernies discales et la dégénérescence précoce de la colonne vertébrale. Les affections provoquées par les vibrations transmises au système main-bras sont plus nombreuses encore. Elles touchent la circulation sanguine (Syndrome de Raynaud), le système nerveux et les muscles (perte de sensibilité tactile et de force de préhension, syndrome du canal carpien), les os et les articulations (raideur, douleurs, arthrose).

Questions pour des vibrations

Avant même de mesurer les valeurs limites d'exposition aux vibrations, l'employeur doit s'interroger sur les situations à risques : quels engins, machines ou équipements sont susceptibles d'émettre des vibrations ? Les employés sont-ils contraints d'adopter des postures contraignantes, des positions assises prolongées, sont-ils obligés de se contorsionner sur le siège pour améliorer leur visibilité, lever et transporter des charges lourdes ? Font-ils des efforts importants d'appui ou de guidage de la machine ou de l'outil ?

Travaillent-ils de longues périodes sans repos, dans un environnement froid et/ou humide ?... Ensuite, vient le temps de l'estimation du niveau d'émission vibratoire. Après avoir vérifié les valeurs de vibrations fournies par les fabricants de machines, le chef d'entreprise peut se reporter aux valeurs officielles mentionnées dans le guide "Vibrations et mal au dos" de l'INRS (ED 6018) ou mesurer précisément le niveau avec l'exposimètre EVEC. Enfin, ce niveau permet d'évaluer la durée journalière d'exposition aux vibrations, grâce, par exemple, au petit calculateur en ligne développé par l'INRS. Les valeurs limites d'exposition fixées par la réglementation sont connues : 5 m/s² pour mains et bras, 1,15 m/s² pour le corps entier.

Sus aux vibrations !

Une fois les niveaux de vibrations connus, le plus efficace est évidemment de les supprimer. Comment ? En utilisant si possible des outils ou des procédés qui ne génèrent pas de vibrations ou dont les vibrations ne sont pas transmises au corps. Par exemple, tapis roulant et bande transporteuse remplacent avantageusement un transpalette... On peut aussi réduire les vibrations en entretenant les sols et les surfaces de roulement, en optant pour des engins moins vibrants ou des machines équipées de systèmes anti-vibratiles. Choisir un siège avec de meilleures suspensions, ou tout simplement parfaire les réglages en fonction de la taille, du poids de l'utilisateur, permettent de réduire le niveau des vibrations. La maintenance régulière des engins et de leurs systèmes anti-vibratiles, la formation des conducteurs, le choix de la bonne posture, l'aménagement des postes de travail, sont autant de mesures efficaces et pas forcément coûteuses pour préserver les salariés des mauvaises vibrations.

>>> PLUS D'INFOS

Dossier complet sur le site www.inrs.fr
A télécharger : ED 6018 : "Vibrations et mal de dos"

>>> TEMOIGNAGE

Philippe Cros

Contrôleur de Sécurité au Centre Interrégional de Mesures Physiques à Limoges.



© P. CROS

A partir de quoi peut-on dire qu'une vibration représente un risque professionnel ?

Ce risque dépend à la fois de l'émission vibratoire* et de la durée réelle quotidienne d'exposition. Pour le déterminer précisément (à un poste de travail), on déduit de ces deux grandeurs (accélération et durée) la valeur de l'exposition quotidienne. L'enquête SUMER 2003 a permis d'évaluer qu'en France, trois millions de travailleurs sont exposés régulièrement à des vibrations pouvant affecter leur état de santé.

*caractérisée par l'accélération équivalente exprimée en m/s²

Quels sont les professions les plus touchées ?

Les conducteurs d'engins dans le BTP, les mines et carrières, les exploitations forestières, les chauffeurs routiers, les caristes souffrent plutôt des vibrations sur l'ensemble du corps. En revanche, les vibrations transmises au système main-bras affectent davantage les professionnels qui utilisent des machines portatives dont le niveau vibratoire est élevé : scies à chaîne, meuleuses, plaques vibrantes, tondeuses, décapeurs, etc.

Quels outils sont à la disposition des employeurs ?

L'INRS a publié en février 2008 un guide de bonnes pratiques (ED 6018 : Vibrations et mal de dos). Il définit les méthodologies pour déterminer et évaluer l'exposition aux vibrations. Un dossier WEB est également disponible sur www.inrs.fr, sous le même intitulé. Il fournit un calculateur d'exposition vibratoire. Mais pour une évaluation précise de l'exposition, seul un mesurage au poste de travail est efficace. Les CRAM sont dotées de Centres de Mesures Physiques (CMP) qui effectuent les mesures in situ, à la demande des entreprises ou des contrôleurs de sécurité.

Contact

CRAM Centre Ouest
Centre Interrégional de Mesures Physiques
208 rue de Toulouse - 87000 Limoges
Tel : 05 55 30 03 70 - Fax : 05 55 30 03 79
limoges.cimp@cram-centreouest.fr



© Yves Coulsson - INRS



© P. Caumes

ALERTE

Contre le virus H1N1, l'entreprise s'organise

Cet automne, les médias annoncent que le virus de la grippe A devrait gagner en virulence : toutes les entreprises et les salariés sont concernés.

Pour assurer la continuité de leur activité tout en protégeant la santé des employés, les chefs d'entreprise doivent s'organiser. La pandémie peut entraîner un taux d'absentéisme constant de 25% (40% au pic de la contamination, pendant deux semaines). Pour ne pas interrompre la bonne marche de l'entreprise, l'employeur doit savoir quels postes il peut mettre en veille temporairement et hiérarchiser les missions au sein de sa société. Il doit également anticiper sur la formation des éventuels remplaçants et veiller à maintenir le bon niveau des stocks.

Le masque...

Concernant la santé des salariés, le chef

d'entreprise (aidé par le CHSCT et le médecin du travail si possible), doit organiser les postes de manière à limiter les contacts directs entre les opérateurs. En effet, le virus se transmet à l'homme par les sécrétions respiratoires (toux, éternuements...) et par les mains. Une surface de travail, un loquet de porte, peuvent être contaminés.

Pour contenir le méchant H1N1, il faut donc éviter les réunions, limiter le nombre de visiteurs et essayer de tenir une distance minimale entre les personnes (au moins 1m)... L'occasion est toute indiquée pour tester le travail à domicile ! Dans l'entreprise, les mesures d'hygiène basiques doivent être scrupuleusement et quotidiennement respectées : porter un masque adapté, se laver les mains sont des gestes essentiels !

Des locaux bien ventilés, nettoyés et des déchets dûment éliminés, limitent également la transmission du virus.

... et la plume

Pour faciliter l'accès des employés (mais aussi des intervenants des entreprises extérieures et éventuellement des clients) à l'ensemble de ces mesures, il peut être utile de créer un site Internet ou de rédiger une lettre d'information. En attendant le vaccin...

PLUS D'INFOS

- >>> **A lire sur le site www.inrs.fr**
- > un dossier web complet : "Se préparer à la pandémie grippale"
- > une page d'informations : "Questions-réponses sur la pandémie grippale"

MOBILISÉS !

"Les agents de la Cram sont formés pour identifier les risques psychosociaux"



Didier Encontre, psychologue du travail à la Cram Aquitaine

La prévention des risques psychosociaux est au cœur du programme de prévention engagé par la Branche Risques professionnels de l'Assurance Maladie. Elle vise un double objectif : promouvoir l'évaluation de ces risques et leur prévention, mais aussi développer la capacité des moyens d'intervention du réseau en entreprises. En Aquitaine, la Cram a engagé des actions pour répondre à la forte demande d'information et de prévention des entreprises.

Que sont les risques psychosociaux (RPS) ?

Sous l'expression "risques psychosociaux" (RPS), on regroupe les risques qui mettent en jeu à la fois l'intégrité physique et la santé mentale des salariés et qui impactent le bon fonctionnement des entreprises. Aujourd'hui, le stress est le risque psychosocial le plus répandu. Il fait l'objet de la mobilisation des entreprises comme des préventeurs. L'accord des partenaires sociaux sur le stress au travail, signé le 2 juillet 2008, en est la traduction concrète. Cependant, la prévention doit aussi prendre en compte les phénomènes de violence physique, relationnelle, les pratiques de harcèlement, quand ils sont également présents dans l'entreprise.

A-t-on des données chiffrées sur ce type de risque ?

La quatrième enquête de la Fondation de Dublin chiffre à 20 milliards d'Euros le coût économique du stress dans l'Union européenne "à 15". Pour la France, le coût social du stress au travail est évalué entre 800 et 1 600 millions d'Euros, selon les hypothèses de l'INRS. Les facteurs de stress peuvent être liés à la charge de travail, à l'absence d'autonomie, à l'organisation du travail, aux relations de travail, aux relations avec les usagers ou les clients,...

conséquences peuvent être individuelles : dégradation de la santé du salarié, ou collectives : baisse de la productivité ou de la qualité, mauvaises relations internes,...

Quelles actions sont menées par la Cram concernant les RPS ?

L'action de la Cram s'inscrit dans le programme national d'actions de la Caisse nationale. Nos techniciens sont formés pour identifier des facteurs de stress dans les établissements qu'ils visitent. Ils peuvent conseiller utilement les chefs d'entreprise, les CHSCT et les salariés. Depuis 2005, nous proposons des formations : "Prévenir le stress organisationnel". Ces formations, essentiellement délivrées en intra, constituent la première étape pour démarrer une prévention des RPS, sous forme de conduite de projet. Plus globalement, la Cram peut orienter les entreprises vers des consultants spécialisés, capables d'intervenir auprès des entreprises pour les aider à faire un diagnostic des risques psychosociaux et à construire un plan de prévention adapté.

>>> PLUS D'INFOS

Consultez notre service de documentation qui vous orientera vers le correspondant de votre établissement : 05.56.11.64.36 documentation.prevention@cramaquitaine.fr

FAQ

Qui, dans l'entreprise, est chargé de prévenir les accidents de trajet ?

Les accidents de trajet, survenus sur le trajet aller/retour entre le domicile et le lieu de travail, représentent plus d'un tiers des accidents mortels liés au travail. Leurs conséquences sont supportées par les salariés comme par les entreprises. C'est donc à l'employeur et à ses employés de rechercher ensemble des solutions pour supprimer ou maîtriser ce risque : télétravail, restauration sur place, prime au transport en commun, formation des conducteurs, aménagement des parkings... tout est envisageable.

Du 16 au 22 septembre prochains a lieu la semaine de la mobilité et de la sécurité routière : une bonne occasion pour apprendre à bouger autrement et concilier prévention du risque routier et développement durable !

Renseignements sur

www.bougezautrement.gouv.fr

PRATIQUE

Substitution de CMR : la preuve par l'exemple

L'Agence française de sécurité sanitaire de l'environnement et du travail (Afsset) a annoncé, le 30 avril dernier, l'ouverture d'un nouveau site Internet dédié à la substitution des CMR.

www.substitution-cmr.fr est destiné à tous les professionnels et acteurs de la prévention qui souhaitent engager une démarche de substitution des substances chimiques cancérigènes, mutagènes ou toxiques pour la reproduction (CMR) dans leur établissement.

Cette plateforme toute de rose et blanc vêtue, à la navigation claire et aisée, propose de nombreuses informations : principes de la substitution, définitions des CMR et données sur les utilisations, réglementation, manifestations, collaborations, etc.

Concrètement, on rentre le nom du produit et le numéro d'identification ainsi que les données toxicologiques sur les produits et l'on obtient une liste de produits de substitution.

La bonne idée, c'est d'avoir recensé des données disponibles et des expériences de terrains réussies ou non en matière de substitution. D'ici fin 2009, 59 nouvelles substances CMR devraient compléter la base de données en ligne, sans cesse alimentée par les industriels et par les agents des Cram.



NOUVEAUTÉ

Napo dans... Attention aux produits chimiques

Un nouveau DVD de Napo, c'est toujours un évènement ! Cette fois-ci, Napo est le héros (malgré lui), de 7 saynètes mettant en lumière l'importance et la signification de l'étiquetage de 8 produits chimiques dangereux (suite à la nouvelle réglementation concernant l'étiquetage des agents chimiques dangereux). Il fallait bien que Napo mette les pieds dans le plat de la prévention : car si les étiquettes changent,

les dangers demeurent... Le blockbuster de la rentrée à visionner entre collègues !

>>> PLUS D'INFOS

DV 0386, "Napo dans... Attention aux produits chimiques" à demander en prêt au service Documentation Prévention de la Cram Aquitaine (05 56 11 64 36).