

Zoom sur

## Manutention manuelle

### La manutention, on s'en charge



Tous secteurs confondus, les manutentions manuelles figurent chaque année parmi les principales causes d'accidents du travail et de maladies professionnelles. Pour autant, les risques liés aux manutentions ne sont pas une fatalité. Des solutions de prévention existent pour préserver la santé et la sécurité des salariés exposés.

❖ [Lire la suite](#)



Dépliant

"Mal au dos. Osez bouger pour vous soigner."



Publication

"Entrepôts du commerce et de la grande distribution"



Publication

"Méthode d'analyse des manutentions dans le BTP"



Internet

"Risques liés à l'activité physique"

Actualités

### Risques psychosociaux

#### Le coût du stress



© Eva Minem / INRS

supérieur.

❖ [Le coût du stress](#)

2 à 3 milliards d'euros par an. C'est, selon une étude de l'INRS, l'estimation du coût social du stress professionnel en France. Ces chiffres, qui intègrent les dépenses de soins, celles liées à l'absentéisme, aux cessations d'activité et aux décès prématurés, constituent une évaluation a minima. Le coût réel du stress est vraisemblablement nettement

#### Étude

##### Les accidents du travail en 2007

Une publication de la Direction de l'animation de la recherche, des études et des statistiques (Dares) dresse le bilan de l'accidentalité au travail en 2007. Elle confirme notamment que le risque d'accident est plus faible dans les établissements de plus de 500 salariés et, dans une moindre mesure, dans les TPE que dans les établissements de taille intermédiaire.

❖ [L'étude de la Dares \[PDF\]](#)

#### Amiante

##### Vers une révision de la réglementation ?

Suite à la publication d'un avis de l'Agence française de sécurité sanitaire de l'environnement et du travail (Afsset) sur la toxicité des fibres courtes et fines d'amiante, le ministère chargé du Travail lance une campagne expérimentale de prélèvement et de mesure par microscopie électronique. Les experts de l'INRS participeront à cette opération qui pourrait aboutir à des modifications de la réglementation. Actuellement, seules les fibres de diamètre supérieur à 0,2 µm sont prises en compte dans les mesures d'exposition effectuées en entreprise.

❖ [Le communiqué du ministère chargé du Travail](#)

❖ [L'avis de l'Afsset \[PDF\]](#)

En Question

#### Comment prévenir les risques liés au froid ?

Les salariés travaillant à l'extérieur peuvent être exposés à des températures extrêmement basses pendant l'hiver. Dans ces conditions, des solutions techniques (abris, vêtements grand froid, gants, bottes fourrées, bonnet...) permettent une protection efficace. Pour le travail continu en extérieur par temps froid, il faut prévoir des abris chauffés. Les équipements de protection individuelle contre le froid génèrent un inconfort qui peut avoir des incidences sur la pénibilité du travail (mobilité réduite, diminution de la dextérité manuelle, augmentation de la dépense énergétique lors de l'exécution de la tâche...) et occasionner d'autres risques. Ces différents éléments sont à prendre en compte dans la planification des tâches et l'organisation générale du travail.

Le dossier **Travail au froid**

Vient de paraître



Publication

Bien vieillir au travail  
Depuis le 1er janvier 2010, les entreprises de plus de 50 salariés sont tenues de mettre en place des actions à destination des seniors visant notamment à favoriser leur

## Risques chimiques

### 9pictos.com

L'entrée en vigueur du nouveau système de classification et d'étiquetage des produits chimiques (règlement CLP) modifie sensiblement les repères et les habitudes des entreprises. Pour accompagner ce changement important, l'INRS lance une campagne d'information. Le dispositif comprend notamment un spot de sensibilisation, des quiz et un site événementiel [www.9pictos.com](http://www.9pictos.com) proposant des ressources utiles sur le nouvel étiquetage.

❖ [Le site www.9pictos.com](http://www.9pictos.com)

❖ [Le focus CLP](#)

## Juridique

### Rayonnements ionisants

Deux arrêtés publiés le 24 novembre 2009 portent homologation de décisions de l'Autorité de sûreté nucléaire. Le premier fixe les conditions d'exercice des fonctions d'une personne compétente en radioprotection externe à l'établissement. Le second modifie la liste des appareils pour lesquels la manipulation requiert un certificat d'aptitude à manipuler les appareils de radiologie industrielle (Camari).

❖ [Le premier arrêté du 24 novembre 2009 \[PDF\]](#)

❖ [Le second arrêté du 24 novembre 2009 \[PDF\]](#)

### Équipements de protection individuelle

Un arrêté du 22 octobre 2009 fixe le nouveau modèle de la déclaration de conformité CE relative aux équipements de protection individuelle (EPI), à compter du 29 décembre 2009. L'arrêté du 18 décembre 1992 sera abrogé.

❖ [L'arrêté du 22 octobre 2009 \[PDF\]](#)

[Toutes les actualités juridiques](#)

## Sur le web



#### PARI-Maintenance

Aider les entreprises à mieux intégrer la sécurité lors des opérations de maintenance ; tel est l'objectif du logiciel PARI-Maintenance (programme d'analyse des risques lors des interventions en maintenance). Ce nouvel outil est téléchargeable gratuitement sur le site de la CRAM Alsace-Moselle.



#### Prévention dans les PME en Europe [PDF]

Eurogip vient de publier une note thématique dressant un panorama des actions de prévention mises en œuvre dans les PME européennes.

maintien dans l'emploi. Ce document propose des pistes d'action concrètes pour prévenir les risques de vieillissement prématuré liés au travail.

❖ [Le document](#)

#### Publication

Le cancer de la vessie  
Un ouvrage collectif coordonné par l'INRS propose une synthèse des connaissances actuelles sur la prévention du cancer de la vessie en milieu professionnel. Cette publication est la 6e de la collection Avis d'experts lancée en 2004 avec l'éditeur EDP Sciences.

❖ [Présentation de l'ouvrage](#)

#### Publication

Quais de chargement des poids lourds  
Cette brochure propose une série de recommandations pour optimiser la conception des quais de transbordements et prévenir ainsi les risques liés aux opérations de chargement et de déchargement des poids lourds.

❖ [La brochure](#)

Toutes les nouveautés INRS

## Agenda

29 janvier - Tours  
*Colloque Sommeil et rythme de travail*

10 au 13 mars - Paris  
Expobois 2010

16 au 17 mars - Marseille  
Préventica Méditerranée

8 et 9 avril - Paris  
6es Journées annuelles de la prévention INPES

[Consulter l'agenda complet](#)



## Manutention manuelle

### La manutention, on s'en charge

Tous secteurs confondus, les manutentions manuelles figurent chaque année parmi les principales causes d'accidents du travail et de maladies professionnelles. Pour autant, les risques liés aux manutentions ne sont pas une fatalité. Des solutions de prévention existent pour préserver la santé et la sécurité des salariés exposés.

Les manutentions manuelles constituent une activité largement répandue dans la majorité des entreprises. Selon l'enquête Sumer\*, 40 % des salariés sont amenés à manipuler des charges dans le cadre de leur travail. Contusions, fractures, entorses, lombalgies, troubles musculosquelettiques (TMS)... Depuis de nombreuses années, les manutentions manuelles figurent inmanquablement parmi les premières causes de sinistralité. Selon les statistiques de la Caisse nationale de l'assurance maladie des travailleurs salariés (CNAMTS), elles sont responsables d'un accident sur trois et des trois quarts des TMS recensés en France. Les préparateurs de commande et, d'une façon plus générale, les ouvriers du BTP, de l'industrie du bois ou de la grande distribution figurent parmi les principales victimes. Mais aucun secteur n'est épargné.

Lombalgie : un risque majeur

Les manutentions manuelles impliquent des efforts physiques, mais également des contraintes posturales. Elles

s'effectuent souvent à des rythmes soutenus qui sur sollicitent les organismes. Parmi les pathologies résultantes, les douleurs lombaires ou lombalgies sont les plus à craindre. La mauvaise prise en charge de ces affections invalidantes peut en effet compromettre toute reprise d'activité. Pour les salariés peu qualifiés dont les compétences professionnelles reposent essentiellement sur les capacités physiques, les conséquences des lombalgies s'avèrent parfois catastrophiques. Difficilement reclassables dans d'autres fonctions, ces employés risquent d'être durablement exclus du monde du travail.

#### Une nouvelle norme

En matière de prévention, la première tâche a été de remettre à plat la réglementation qui encadre les manutentions manuelles. Jusqu'à présent, le Code du travail définissait les valeurs limites pour le poids unitaire des charges manipulées. Si pour les femmes le seuil était fixé à 15 kg, pour les hommes, la charge maximale autorisée pouvait, sous conditions, atteindre 105 kg ! Les experts de l'INRS ont largement contribué à la définition de nouvelles valeurs plus compatibles avec les capacités physiques moyennes des salariés. La nouvelle norme NF X35-109, homologuée en décembre 2009, s'applique désormais indistinctement aux femmes et aux hommes âgés de 18 à 65 ans. Elle définit une valeur "acceptable", 15 kg, et une valeur "sous conditions" de 25 kg maximum. La norme précise également que le tonnage cumulé ne peut en aucun cas dépasser 10 t. par personne et par jour.

#### Agir sur la technique et sur l'organisation du travail

La première étape de la démarche de prévention consiste à repérer les situations de travail impliquant des manutentions manuelles. Si cette évaluation révèle des problèmes, il faut alors procéder à une analyse ergonomique plus poussée. Pour cela, les entreprises peuvent solliciter les services prévention des Caisses régionales d'assurance maladie (CRAM) ou encore faire appel à des consultants spécialisés. Lorsque les risques sont avérés, leur prévention suppose le plus souvent d'agir simultanément sur l'organisation du travail et les équipements, les postes. Les actions à mettre en oeuvre peuvent revêtir des formes diverses : optimisation des flux internes, mise en place d'une alternance des tâches, réduction de la cadence de travail, réduction des charges unitaires, utilisation de conditionnements facilitant la préhension, recours à des aides mécaniques (chariots, transpalettes, tables élévatrices)... L'entreprise doit également veiller à ce que les salariés disposent des équipements de protection individuelle appropriés (gants, chaussures de sécurité). Il est enfin recommandé de compléter le dispositif de prévention par des actions de sensibilisation et de formation des salariés. Les formations PRAP (prévention des risques liés à l'activité physique), dispensées par l'INRS et par les CRAM, apparaissent incontournables. Elles permettent aux préventeurs d'entreprise d'aborder avec pertinence les questions de santé et de sécurité liées aux manutentions manuelles.

\* L'enquête Sumer (Surveillance médicale des risques) décrit les contraintes organisationnelles, les expositions professionnelles de type physique, biologique et chimique auxquelles sont soumis les salariés.



#### Dépliant

"Mal au dos. Osez bouger pour vous soigner."



#### Publication

"Entrepôts du commerce et de la grande distribution"



#### Publication

"Méthode d'analyse des manutentions dans le BTP"



#### Internet

"Risques liés à l'activité physique"

[www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

La Lettre d'information est éditée par le département *Produits d'information* de l'Institut national de recherche et de sécurité (INRS).  
Directeur de la publication : Stéphane PIMBERT, directeur général de l'INRS. Rédacteur en chef : Jacques GOZZO. Routage : logiciel SYMPA. Copyright INRS. Tous droits réservés. Conformément à la loi 2004-801 du 6 août 2004 (...) modifiant la loi 78-17 du 6 janvier 1978, vous disposez d'un droit d'accès, de modification, de rectification et de suppression des données qui vous concernent. Pour l'exercer, adressez-vous à l'INRS - 30 rue Olivier Noyer - 75014 Paris ou écrivez à [contact@kiosque.inrs.fr](mailto:contact@kiosque.inrs.fr)

[Nous contacter](#) | [Modifier ses données personnelles](#) | [Se désabonner](#)