



Manutention manuelle

Fiche à destination des employeurs

Parlez-en avec votre médecin du travail ou son équipe

Définition

La manutention manuelle concerne toute opération de transport ou de soutien d'une charge dont le levage, la pose, la poussée, la traction, le port ou le déplacement exigent l'effort physique d'un ou plusieurs travailleurs. Article R 4541-2 du Code du travail

Cette fiche s'adresse aux employeurs dont les salariés sont exposés à de la manutention manuelle et au port de charge. Différents types d'actions sont présentés pour permettre à chaque entreprise de construire une véritable démarche de prévention.

Les facteurs de risques

La manutention manuelle ne se réduit pas au poids de la charge. D'autres éléments sont à prendre en compte.

Caractéristiques de la charge

- > Poids
- > Encombrement
- > Instabilité
- > Difficultés de préhension

Caractéristiques du poste de travail

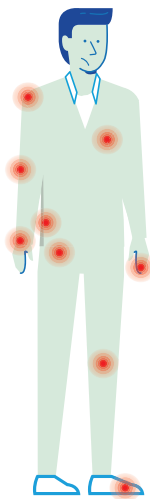
- > Exiguïté
- > Distance de la charge
- > État du sol
- > Implantation nécessitant des torsions ou des flexions du buste

Exigences imposées par la tâche

- > Cadence élevée
- > Temps de récupération insuffisant

Conditions générales des ambiances de travail

- > Chaleur
- > Froid
- > Humidité



Des impacts possibles sur votre santé



Atteintes ostéo articulaires

- > Tendinites de l'épaule, du coude et du poignet
- > Pathologies lombaires (lumbagos, lombalgies, hernies discales, sciatiques, cruralgies...)
- > Lésions des membres inférieurs (atteintes méniscales, hygroma, arthroses du genou ou de la hanche...)

Pathologies cardiovasculaires

- > Hypertension
- > Infarctus du myocarde

Risques accidentels

- > Écrasements (mains, doigts, pieds...)
- > Contusions

Maladies professionnelles

Les maladies professionnelles (reconnues par le régime général) liées à la manutention et au port de charges :

- > Affections périarticulaires provoquées par certains gestes et postures de travail - Tableau n°57
- > Lésions chroniques du ménisque à caractère dégénératif - Tableau n°79
- > Affections chroniques du rachis lombaire provoquées par la manutention manuelle de charges lourdes - Tableau n°98

Références utiles

Publications INRS :

- ED 776 : Méthode d'analyse des manutentions manuelles
- ED 761 : Le dos, mode d'emploi
- TJ 18 : Manutention manuelle : aide-mémoire juridique
- DMT 80TF88 : « Pathologie lombaire. Effets de la manutention manuelle, de la posture et de l'exposition aux vibrations »

Norme NF X 35-109 :

Ergonomie - Manutention manuelle de charge pour soulever, déplacer et pousser/tirer - Méthodologie d'analyse et valeurs seuils

Actions techniques

- > Automatiser ou mécaniser les manutentions manuelles et les flux de matières.
- > Avoir des moyens de manutention adaptés.
- > Réduire les poids unitaires des charges.
- > Diminuer l'encombrement des charges.
- > Améliorer la stabilité des charges.
- > Faciliter la préhension des charges (poignées, encoches...).
- > Donner des informations sur les caractéristiques des charges (poids, centre de gravité...).
- > Aménager l'espace de travail pour limiter les postures contraignantes.
- > Diminuer les distances de déplacement des charges.
- > Adapter les conditions de stockage au poids et à la fréquence de manipulation (le plus lourd et le plus fréquent à niveau).

Actions organisationnelles

- > Supprimer les manutentions inutiles.
- > Optimiser les flux et les implantations.
- > Alternier les tâches.
- > Favoriser la polyvalence.
- > Diminuer la fréquence de manipulation des charges.
- > Favoriser le travail à deux, l'entraide.
- > Permettre des phases de récupération suffisantes.



Actions humaines

- > Former les personnels à la Prévention des Risques liés à l'Activité Physique (PRAP).
- > Former à l'utilisation des engins de manutention.



En complément de cette fiche, un **support de prévention** a été réalisé pour les salariés. Il présente :

- les facteurs de risques,
- les impacts possibles sur la santé,
- des conseils de prévention,
- le suivi individuel renforcé.

Retrouvez ce support sur le site de l'AHI33
www.ahi33.org



Parlez-en avec votre médecin du travail ou son équipe