



Direction des études
Mission Santé-sécurité au travail dans les fonctions publiques (MSSTFP)

MANUTENTION MANUELLE

Introduction

Les manutentions manuelles sont partout :

- Un maçon qui décharge des sacs de ciment sait qu'il exécute des manutentions,
- Une secrétaire qui archive ou déplace des piles de dossiers ne le sait pas neuf fois sur dix.

Un risque commun, méconnu

Ce sont les activités banales qui sont dangereuses. Il faut les sortir de l'anonymat, le problème demeure insoluble tant que nous n'aurons pas conscience que nous exécutons sans arrêt des gestes qui sont sources d'accident et qui nous prennent un temps très important.

Le risque de manutention au quotidien reste une notion diffuse, sans contour précis. Aussi, mettre en évidence les problèmes de manutention est difficile.

Principaux textes

Réglementation

Directive européenne du 29 mai 1990.

Code du travail : article L. 4121 ; R. 4541-1 à 2.

Arrêté du 15 juin 1993 pris en application de l'article R. 4612-7 et R. 4541-11 du Code du travail.

Bibliographie

Travail & Sécurité : Janvier 1995.

Manutentions manuelles : aide-mémoire INRS T.J. 18.

Méthodes d'analyse des manutentions manuelles : INRS ED 776.

Ce qu'il faut retenir

Ce risque, rencontré dans la vie quotidienne, est trop souvent sous-estimé.

Les risques liés aux manutentions manuelles doivent être supprimés chaque fois qu'une mécanisation est possible.

En fonction de l'évaluation des risques, les actions de prévention porteront sur la technique, l'organisation et l'homme.

Développement

Définition

Manutentions manuelles : activités qui consistent à saisir un objet lourd ou non, le prendre, le tirer, le pousser, le traîner, le baisser, le soulever, etc., tout ce qui concerne le déplacement d'un objet à la main.

Tout le monde fait des manutentions, partout, à tout moment. En effet, la majorité des gens qui travaillent exécutent des opérations manuelles complémentaires, qui les aident à réaliser leur tâche principale. On fait sans arrêt des manutentions manuelles, non pas sans le savoir, mais plutôt en les ignorant. Dans notre vie domestique, dans le bricolage, l'entretien, nous allons toujours au plus pressé, à ce qui apparemment sera le moins coûteux, c'est pareil dans l'entreprise. On ne réfléchit pas aux gestes qui en servent d'autres, qui font eux partie intégrante de la tâche principale. C'est souvent un problème de rangement ou d'organisation.

Accidents du travail / maladie professionnelle

Un accident du travail sur trois avec arrêt de maladie est dû aux manutentions manuelles.

- 26 % résultent de la manipulation d'objets
- 6 % résultent de transport manuel

Un accident de manutention sur trois provoque une affection ostéo-articulaire, un lumbago ou une hernie. En 2000, les troubles musculosquelettiques (TMS) représentaient 62% des maladies professionnelles recensées. 100000 lombalgies sont déclarées comme accident du travail (3% de l'ensemble des accidents du travail avec arrêt) et plus de 2000 comme maladies professionnelles chaque année.

Les lombalgies représentent la première cause d'invalidité du travail chez les moins de 45 ans.

Leur fréquence augmente avec l'âge, jusqu'à un pic situé vers 45- 50 ans.

Le risque lié à la manutention n'est pas nouveau puisque déjà mentionné au 19ème siècle.

Son émergence actuelle s'explique notamment par des changements dans l'organisation du travail. Le juste à temps, le flux tendu ou stock zéro imposent un niveau de charge de travail relativement constant. Beaucoup de tâches imposent également des gestes fins, précis et répétés.

Facteurs de Risques

Risques liés à l'activité physique

Les lombalgies ont généralement une origine multifactorielle. Le plus souvent la survenue de la douleur peut être attribuée à l'effet cumulatif d'expositions répétées à :

- La manutention manuelle de charges lourdes,
- aux postures pénibles flexion du tronc associée à sa rotation),
- aux vibrations transmises au corps entier (dangerosité reconnue entre 2 et 10 Hz),
- au travail physique dur (reconnu par une augmentation de la fréquence cardiaque de 30 battements par minute par rapport au repos).

Les risques de chute peuvent résulter de la manutention manuelle :

- La charge peut gêner les mouvements, donc le rattrapage d'un déséquilibre,
- le port de charge peut augmenter les forces exercées par le pied sur le sol et amener à dépasser les limites d'une résistance au glissement,
- La charge peut gêner la visibilité et ainsi empêcher de détecter un obstacle, une zone glissante ou dangereuse.

Dans la chute, la charge peut provoquer ou aggraver une blessure.

Les risques psychosociaux et organisationnels

Les contraintes psychosociales au travail sont susceptibles de favoriser des pathologies ostéoarticulaires par :

- Un effet direct sur l'intensité des contraintes mécaniques,
- une augmentation de la tension des muscles génératrice de fatigue musculaire,
- la réduction de l'irrigation sanguine des ligaments et des tendons,
- la diminution des capacités de défense anti-inflammatoires.

Plusieurs études font apparaître qu'une association entre des symptômes de stress au travail et de contraintes physiques liées à la manutention manuelle se traduit par des problèmes de dos.

Prévention

Conformément aux principes de prévention (article L. 4121-1 du C.T.) les risques liés aux manutentions manuelles doivent être :

1°- Supprimés chaque fois qu'une mécanisation est possible.

2°- Evalués et analysés (risques résiduels).

A cette fin, on étudie le circuit de la matière première de l'entrée dans l'établissement à la transformation et jusqu'à la sortie. Toutes les opérations manuelles mises en évidence seront étudiées à partir de critères objectifs (nombre de gestes, répétitions, ampleur, rotation, adaptation, etc.). La compréhension des mécanismes facteurs de risques nécessitera de connaître le ressenti des opérateurs et d'analyser leur travail par une étude ergonomique.

3°- Associations des acteurs de prévention

- L'opérateur : l'interrogation des opérateurs permettra la mise en évidence des «savoirs faire» et des procédures ou organisations qui tout en réduisant les risques peuvent amener des gains de production,
- Le médecin de prévention : l'arrêté du 15/06/93 précise le rôle du médecin de prévention, celui-ci doit procéder à une évaluation des postes de travail en tenant compte des particularités des administrations,
 - caractéristiques de la charge (poids, encombrement, difficulté de préhension, instabilité),
 - exigences de la tâche (rythmes, contraintes de temps),
 - conditions générales d'ambiances de travail,
- Le C.H.S. : l'évaluation des risques santé liée à la manutention doit être présentée au C.H.S. Cette étude sera intégrée au document unique et fera l'objet d'une analyse et d'une proposition d'actions,
- Experts, etc...

4°- Plan d'actions

En fonction des critères de hiérarchisation des risques prédéfinis, des actions compensatoires afin de limiter les risques devront être mis en place.

Ces actions nécessiteront des approches :

- Techniques : (mécanisation, réduction du poids unitaire des charges, conception d'outils, etc.),
- Organisationnelles : (modification de flux, réduction des distances, unification ou séparation des tâches, allouer plus de temps aux tâches répétitives, etc.),
- humaines : (formation gestes & postures, enrichissement des tâches, responsabilisation, etc.).

Une fois réalisées, les actions devront être maintenues, réévaluées, adaptées, ce qui nécessite un suivi et une pérennisation de la démarche.