



TPE-PME : VOS SALARIÉS SONT-ILS EXPOSÉS À DES FACTEURS DE PÉNIBILITÉ ?

Ce guide a été réalisé par les Services de Santé au Travail, les Organismes de Prévention de Basse-Normandie, en collaboration avec les Partenaires Sociaux.

Sommaire

FICHE PÉNIBILITÉ : DE QUOI PARLE-T-ON ?.....	P. 4-5
MISE EN PLACE DES FICHES INDIVIDUELLES DE PRÉVENTION DES EXPOSITIONS DITES «FICHES DE PÉNIBILITÉ».....	P. 6-9
LES FACTEURS DE PÉNIBILITÉ.....	P. 10-29
→ Manutention manuelle (port de charge)	p. 10-11
→ Manutention manuelle (pousser / tirer)	p. 12-13
→ Postures pénibles	p. 14-15
→ Vibrations mécaniques	p. 16-17
→ Agents chimiques dangereux	p. 18-19
→ Températures extrêmes	p. 20-21
→ Bruit	p. 22-23
→ Travail de nuit	p. 24-25
→ Travail en équipes successives alternantes	p. 26-27
→ Travail répétitif	p. 28-29
EXEMPLE DE FICHE PÉNIBILITÉ.....	P. 30
VOS CONTACTS EN BASSE-NORMANDIE.....	P.32

Fiche pénibilité : de quoi parle-t-on ?

CONTEXTE RÉGLEMENTAIRE

La loi n° 2010-1330 portant sur la réforme des retraites du 9 novembre 2010 :

- ➔ Renforce les principes généraux de prévention en complétant l'article L. 4121-1 du Code du travail « L'employeur prend les mesures nécessaires pour assurer la sécurité et protéger la santé physique et mentale des travailleurs. Ces mesures comprennent [...] des actions de prévention des risques professionnels et de la **pénibilité au travail** ».
- ➔ Donne une définition légale à la pénibilité au travail (article L. 4121-3-1 du Code du travail) : caractérisée par une exposition à un ou plusieurs facteurs de risques professionnels (appelés généralement «facteurs de pénibilité») susceptibles de laisser des traces durables, identifiables et irréversibles sur la santé.

Les 10 facteurs fixés par décret (article D. 4121-5 du Code du travail) sont liés à des contraintes physiques marquées (**manutentions manuelles, postures pénibles, vibrations mécaniques**), à des environnements physiques agressifs (**agents chimiques dangereux, travaux en milieu hyperbare, bruit, températures extrêmes**), ou à certains rythmes de travail (**travail de nuit, en équipes successives alternantes, travaux répétitifs**).

Attention pour les travaux en milieu hyperbare et le risque amiante, des fiches spécifiques sont à remplir (article R. 4412-120 du Code du travail pour l'amiante et R. 4461-13 pour le milieu hyperbare).

La loi s'applique à toutes les entreprises du secteur privé, quels que soient leur taille, leur statut juridique et leur domaine d'activité.

TRAÇABILITÉ ET COMMUNICATION

- ➔ L'employeur a l'obligation de consigner dans une fiche individuelle de prévention des expositions : les conditions de pénibilité auxquelles le travailleur est exposé, la période au cours de laquelle cette exposition est survenue, ainsi que les mesures de prévention mises en œuvre pour faire disparaître ou réduire ces facteurs durant ce laps de temps.

La fiche est mise à jour lors de toute modification des conditions d'exposition pouvant avoir un impact sur la santé du travailleur.

- ➔ Une copie à jour de la fiche de prévention des expositions professionnelles doit être communiquée au Service de Santé au Travail afin de l'intégrer au dossier médical du travailleur concerné.

La fiche de prévention des expositions doit être tenue à tout moment à disposition des travailleurs. Ces derniers peuvent notamment demander à ce que des informations contenues dans ce document soient modifiées. Une copie de cette fiche est remise au travailleur à son départ de l'établissement, en cas d'arrêt de travail de plus de 30 jours consécutifs à un accident du travail ou une maladie professionnelle ou d'au moins trois mois dans les autres cas. Les informations contenues dans ce document sont confidentielles et ne peuvent pas être communiquées à un autre employeur auprès duquel le travailleur sollicite un emploi.

Obligations particulières pour les entreprises (ou groupe) de plus de 49 travailleurs, dont au moins la moitié de l'effectif est exposée à la pénibilité : conclure un accord ou élaborer un plan d'action pour la prévention de la pénibilité sous peine d'une pénalité.

LES ENJEUX DE L'IDENTIFICATION DE LA PÉNIBILITÉ AU TRAVAIL

✓ **Identifier les facteurs de pénibilité doit avoir pour premier objectif la réduction de cette pénibilité.**



Préserver la santé des travailleurs : réduire la douleur et la fatigue, les maladies professionnelles et les accidents du travail, l'usure musculaire, articulaire ou neurologique et le nombre d'inaptitudes ou de restrictions d'aptitude.



Gagner en performance : diminuer l'absentéisme ou les arrêts, les coûts des maladies professionnelles et les accidents du travail.



Maintenir les seniors dans l'emploi : conserver des compétences et des savoir-faire.

GÉNÉRALITÉ

Tout employeur doit, pour chaque travailleur concerné par un ou des facteurs de pénibilité, remplir une fiche individuelle traçant l'exposition aux facteurs de pénibilité et les mesures de prévention associées.

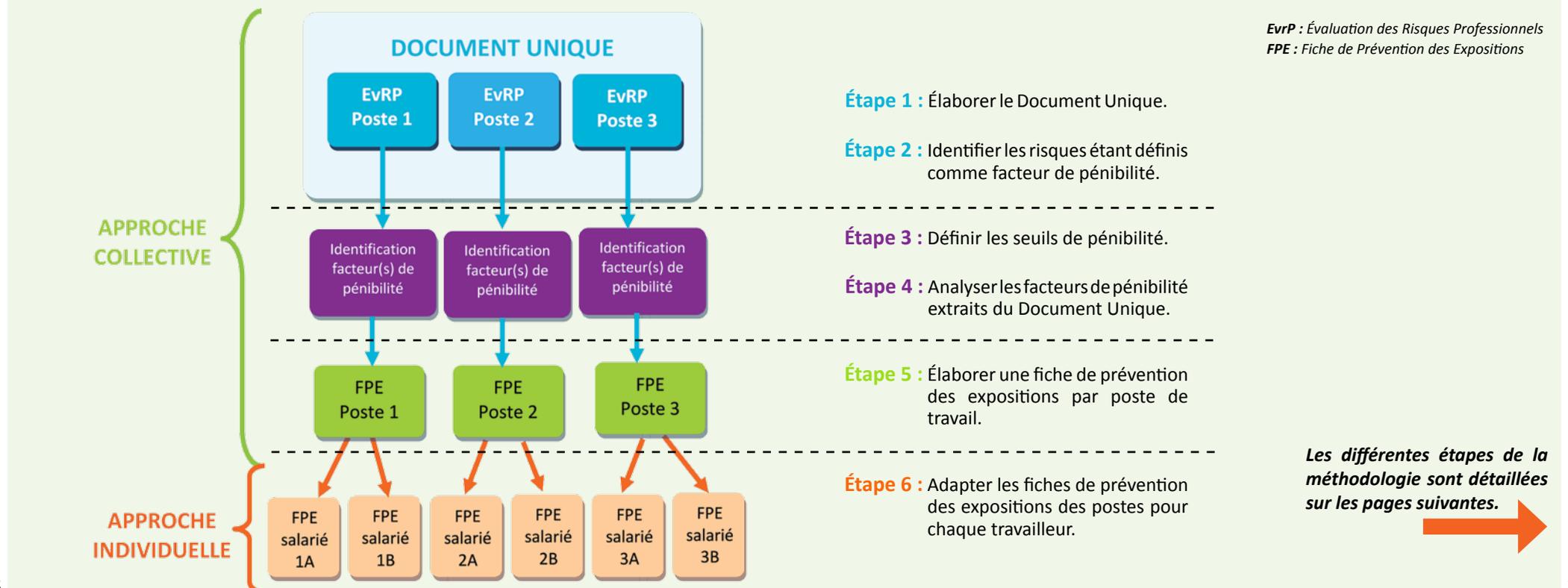
Le présent guide détaille chacun des facteurs de risque à prendre en compte et aide les entreprises à statuer sur la pénibilité. Les critères retenus sont parfois fixés par le Code du travail, les normes, les tableaux de maladies professionnelles, et des recommandations émises par des organismes reconnus.

Les niveaux d'exposition aux facteurs de risque doivent être susceptibles de laisser des traces durables, identifiables et irréversibles sur la santé. Pour mesurer ces expositions, les équipements de protection individuelle ne doivent pas être pris en compte.

Toutefois, à la date de publication de ce guide, la loi n'indique pas pour tous les facteurs de pénibilité le ou les niveaux d'exposition à partir desquels une exposition serait susceptible de laisser de pareilles traces si aucune mesure de prévention n'était prise.

Des décrets d'application sont prévus et viendront préciser la notion de seuil pour chacun de ces facteurs. Ainsi, les seuils de ce guide sont donnés à titre indicatif.

MÉTHODOLOGIE



MÉTHODOLOGIE

Étape 1 : Élaborer le Document Unique

L'identification des travailleurs exposés passe par celle des postes ou des activités de travail impliquant une exposition à un ou plusieurs facteurs de pénibilité. Cela consiste donc dans un premier temps à réaliser **l'évaluation des risques professionnels** en s'appuyant sur :

- l'analyse du travail réel par poste de travail,
- les accidents du travail et les maladies professionnelles,
- la fiche d'entreprise du médecin du travail,
- les échanges avec les travailleurs, les observations des postes de travail,...

Étape 2 : Identifier les risques définis comme facteur de pénibilité

Lors de l'élaboration du document unique, de nombreux risques peuvent être identifiés. Afin d'analyser la pénibilité au travail, il faut identifier pour les différents risques s'il s'agit d'un facteur de pénibilité, à savoir :

- Manutention manuelle
- Vibrations
- Températures extrêmes
- Travail en équipes successives alternantes
- Postures pénibles
- Substances chimiques dangereuses
- Bruit
- Travail de nuit
- Travail répétitif

Étape 3 : Définir les seuils de pénibilité

A quel niveau estime-t-on qu'une manutention est pénible ? À quelle température estime-t-on pouvoir avoir des traces durables, irréversibles et identifiables ?

Des logigrammes vous sont proposés pour vous aider à définir des seuils. Ces logigrammes sont le résultat de travaux et de réflexions menés au sein du groupe de travail PRST2 (Plan Régional Santé au Travail). **Les seuils d'exposition sont mentionnés à titre indicatif, il s'agit d'une base de référence permettant aux entreprises de mener leur propre diagnostic.**

Étape 4 : Analyser les facteurs de pénibilité

Une fois les seuils définis, l'analyse consiste à définir pour chaque risque, défini comme facteur de pénibilité, si l'exposition atteint le seuil.

Pour chaque facteur, il suffit de répondre aux questions par oui ou non jusqu'à l'indication « concerné par la pénibilité » ou « non concerné par la pénibilité ». **Il ne s'agit que d'indication.** La décision finale doit être issue d'une discussion avec les travailleurs et la direction.

Étape 5 : Réaliser une fiche de prévention des expositions par poste

L'analyse de la pénibilité va permettre d'identifier pour chaque poste les facteurs de pénibilité concernés. La rédaction de la fiche pourra donc être faite.

Étape 6 : Réaliser une fiche de prévention des expositions par travailleur

Pour chaque travailleur appartenant à un même poste, il faudra dupliquer la fiche réalisée pour un poste et l'adapter si besoin aux spécificités du travailleur.

La fiche de prévention des expositions doit mentionner (article D. 4121-6 du Code du travail) :

- Les conditions habituelles d'exposition appréciées, notamment, à partir du document unique, ainsi que les événements particuliers survenus ayant eu pour effet d'augmenter l'exposition.
- La période au cours de laquelle cette exposition est survenue.
- Les mesures de prévention organisationnelles, collectives ou individuelles mises en œuvre pour faire disparaître ou réduire les facteurs de risque durant cette période.

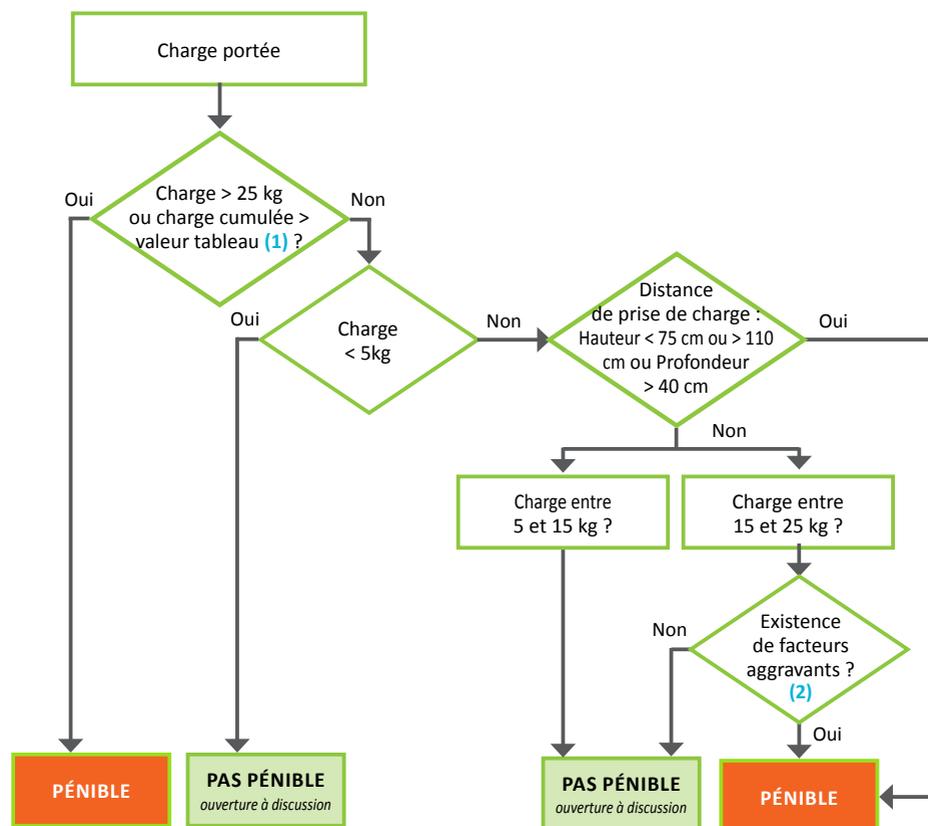
Cette fiche doit être mise à jour lors de toute modification des conditions d'exposition et au minimum une fois par an.

MANUTENTION MANUELLE (port de charge)



VOTRE TRAVAILLEUR EST-IL CONCERNÉ ?

Définition : toute opération de transport ou de soutien d'une charge, dont le levage, la pose, le port ou le déplacement, exige l'effort physique d'un ou de plusieurs travailleurs.



LES EFFETS SUR LA SANTÉ

Les manutentions manuelles peuvent être à l'origine de :

- Troubles musculo-squelettiques (TMS) des membres supérieurs notamment en ce qui concerne les épaules ...
- Atteintes du rachis lombaire, dorsal et cervical.

Tableaux des maladies professionnelles n° 98 pour le Régime Général et n° 57 BIS pour le Régime Agricole " Affections chroniques du rachis lombaire provoquées par la manutention manuelle (habituelle) de charges lourdes ".



ÉLÉMENTS À PRENDRE EN COMPTE



Lorsque l'on étudie le port de charge, il est important de prendre en compte les facteurs suivants :

- Masse unitaire de la charge.
- Distance de prise de charge (en hauteur et profondeur) pouvant entraîner des postures contraignantes.
- La masse de la charge cumulée en cas de port de charge répété. Le tableau ci-contre est issu de la norme NF X 35-109 (2011) et donne les limites d'acceptabilité.

(1) Valeur max acceptable de charge cumulée

1 min	90 kg
1h	2,5 T
2h	3,4 T
4h	5 T
6h	6,2 T
7h	6,8 T
8h	7,5 T

(2) Des facteurs aggravants peuvent intervenir lors du port de charge :

- Concernant la charge : volume, taille, préhension, équilibre de la charge...
- Concernant la tâche à réaliser : postures contraignantes associées, instabilité des appuis, fréquence et durée des manutentions...
- Concernant la situation de travail : espace nécessaire, ambiance thermique, cadence à respecter, distance de déplacement, passage par des obstacles...
- Maintien en continu d'une charge.



RÉFÉRENCES DOCUMENTAIRES ET OUTILS

Norme X 35-109 (2011) : manutention manuelle de charge pour soulever, déplacer, et pousser/tirer. Cette norme définit des conditions de travail :

- Acceptables.
- Acceptables sous conditions.
- Inacceptables.

NOTES PERSONNELLES

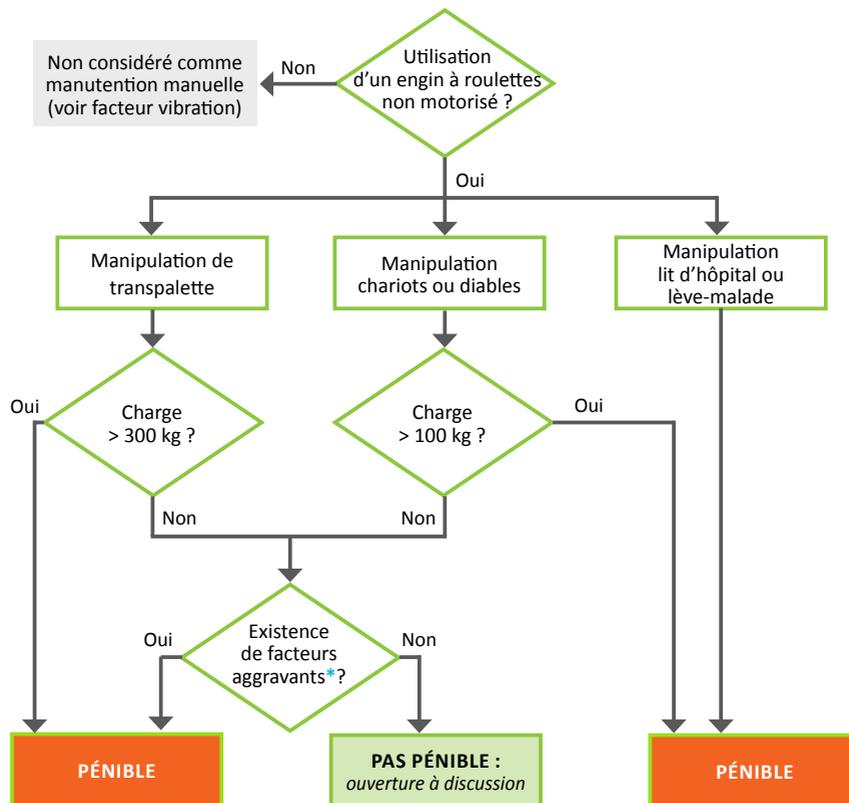
-
-
-
-
-

MANUTENTION MANUELLE (pousser / tirer)



VOTRE TRAVAILLEUR EST-IL CONCERNÉ ?

Définition : toute opération de transport, dont le levage, la pose, la poussée, la traction, ou le déplacement, exige l'effort physique d'un ou de plusieurs travailleurs.



LES EFFETS SUR LA SANTÉ

Les manutentions manuelles peuvent être à l'origine de :

- Troubles musculo-squelettiques (TMS) des membres supérieurs notamment en ce qui concerne les épaules ...
- Atteintes du rachis lombaire, dorsal et cervical.

Tableaux des maladies professionnelles n° 98 pour le Régime Général et n° 57 BIS pour le Régime Agricole " Affections chroniques du rachis lombaire provoquées par la manutention manuelle (habituelle) de charges lourdes ".

ÉLÉMENTS À PRENDRE EN COMPTE

Lorsque l'on étudie ce type de manutentions, il est important de prendre en compte les facteurs suivants :

- Le type d'engin utilisé.
- La masse déplacée.
- Les conditions de déplacement.

(*) En effet, des facteurs aggravants peuvent intervenir lors des actions de pousser et tirer.

- ❑ Concernant la charge : volume, taille, équilibre de la charge...
- ❑ Concernant la tâche à réaliser : postures contraignantes associées, instabilité des appuis, fréquence et durée des manutentions...
- ❑ Concernant la situation de travail : état des roulettes, état du sol, dénivelés, espace pour effectuer les manœuvres, ambiance thermique, cadence à respecter...

L'état du sol et des roulettes constitue un élément pouvant aggraver de manière considérable l'effort requis pour le déplacement de la charge

RÉFÉRENCES DOCUMENTAIRES ET OUTILS

Norme X 35-109 (2011) : manutention manuelle de charge pour soulever, déplacer, et pousser/tirer. Cette norme définit des conditions de travail :

- Acceptables.
- Acceptables sous conditions.
- Inacceptables.



Attention, pour les manutentions nécessitant la poussée et la traction, la norme citée s'appuie sur des forces de mise en mouvement et de maintien.

➔ Recommandation R367 de la CARSAT : Risques dus aux moyens de manutention à poussée et / ou à traction manuelle.

NOTES PERSONNELLES

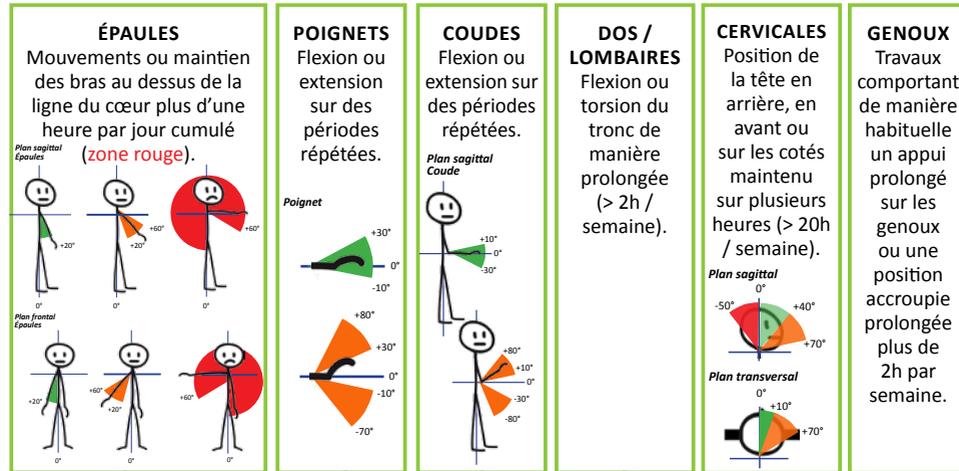
-
-
-

POSTURES PÉNIBLES

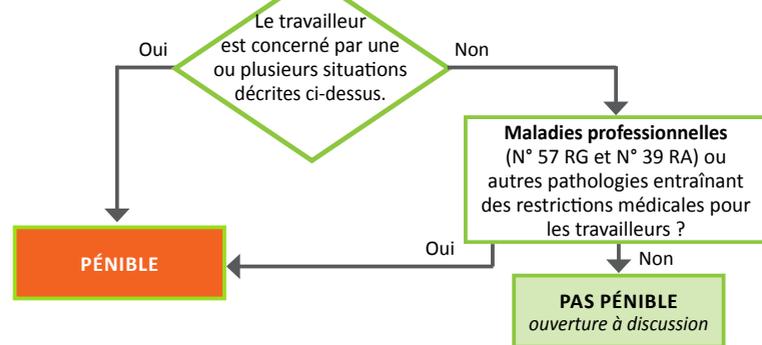


VOTRE TRAVAILLEUR EST-IL CONCERNÉ ?

Définition : les postures définies comme pénibles sont principalement celles qui comportent des angles extrêmes des articulations et/ou le maintien de position articulaire durant de longues périodes.



- Acceptable
- Non recommandé
- A éviter



LES EFFETS SUR LA SANTÉ

Toute posture pénible, lorsqu'elle est maintenue, peut entraîner progressivement : de l'inconfort, de la fatigue, des lésions musculo-squelettiques lorsqu'elles sont maintenues et répétées avec une réduction durable des capacités fonctionnelles.

Toute posture dite pénible constitue un facteur de risque de Troubles musculo-squelettiques (TMS) indemnisé au titre des tableaux de maladies professionnelles n° 57 pour le Régime Général et n° 39 pour le Régime Agricole "Affections périarticulaires provoquées par certains gestes et postures".



ÉLÉMENTS À PRENDRE EN COMPTE

Selon les normes, tout maintien d'une position pendant plus de 4 secondes est considéré comme posture de travail.

Facteurs aggravants :

- Efforts musculaires excessifs.
- Travail au froid.
- Vibrations.
- Travail en position maintenue.



L'incidence des postures sur la santé des travailleurs augmente avec les critères de pénibilité suivants : gestes répétitifs et manutention manuelle.



RÉFÉRENCES DOCUMENTAIRES ET OUTILS

Documentation :

- Norme EN 1005-4 (X 35-106-4) (2008) : évaluation des postures et mouvements lors du travail en relation avec les machines.
- Norme EN ISO 11226 (2000) : ergonomie - évaluation des postures de travail statiques.
- Norme EN ISO 14738 (2008) : sécurité des machines - prescriptions anthropométriques relatives à la conception des postes de travail sur les machines.
- Enquête SUMER 2010 : <http://travail-emploi.gouv.fr>.

Outils :

- Check-list OSHA.
- Questionnaire TMS.
- OREGÉ, Outil de Repérage et d'Évaluation des GEstes.
Ces trois outils sont disponibles sur www.inrs.fr
- ADAPT BTP : <http://www.oppbtp.com/Notre-metier/Conseil>
- Muska TMS : <http://www.muskatms.fr>

NOTES PERSONNELLES

-
-
-
-

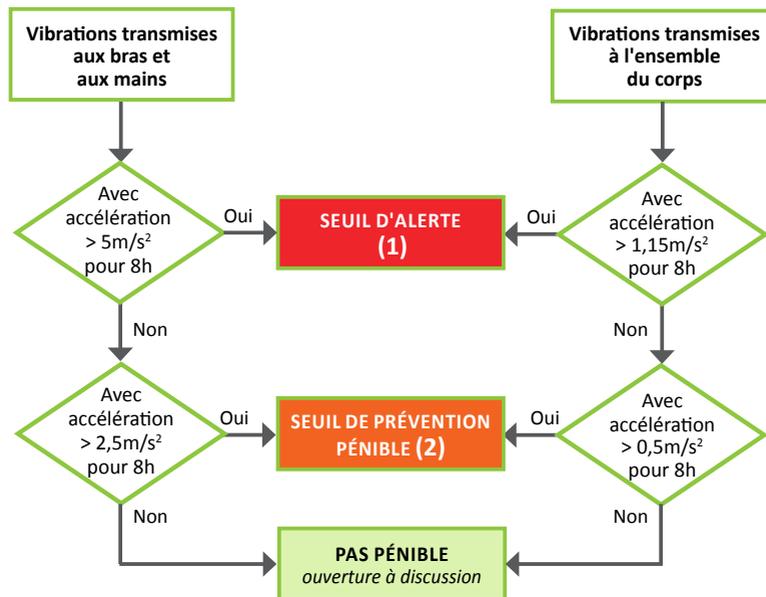
VIBRATIONS MÉCANIQUES



VOTRE TRAVAILLEUR EST-IL CONCERNÉ ?

Définition : il existe deux modes d'exposition :

- les vibrations transmises au système main-bras par des machines portatives, rotatives ou percutantes, guidées à la main ou par des pièces travaillées tenues à la main.
- les vibrations transmises à l'ensemble du corps par les machines et certaines machines industrielles fixes.



LES EFFETS SUR LA SANTÉ

Les vibrations peuvent être à l'origine d'inconfort. Si les vibrations transmises à l'ensemble du corps sont combinées avec une mauvaise posture, elles peuvent être à l'origine d'une augmentation de la pression discale (sciatique, vieillissement des disques, lombalgies chroniques...), et provoquer une atteinte des articulations intervertébrales (arthrose).

Les vibrations transmises au système main-bras peuvent entraîner des pathologies ostéo-articulaires (exemples : maladies de Kienböck et Köhler) ou angioneurotiques (type : syndrome de Raynaud).

Maladies professionnelles liées aux **vibrations transmises à l'ensemble du corps** (lombalgies - sciatiques ou cruralgies par hernies discales) : tableau n° 97 du Régime Général et n° 57 du Régime Agricole "Affection(s) chronique(s) du rachis lombaire provoquées par des vibrations de basses et moyennes fréquences transmises au corps entier".

Maladies professionnelles liées aux **vibrations du système main-bras** (ensemble de symptômes appelé « syndrome des vibrations ») : tableau n°69 du Régime Général et le n° 29 du Régime Agricole "Affections provoquées par les vibrations et chocs transmis par certaines machines-outils, outils et objets et par les chocs itératifs du talon de la main sur des éléments fixes".



ÉLÉMENTS À PRENDRE EN COMPTE



Il est nécessaire d'identifier les postes de travail concernés puis d'évaluer l'exposition quotidienne à partir du niveau d'émission vibratoire et de la durée d'exposition. Pour estimer l'émission, il est possible de se référer aux valeurs déclarées par les fabricants ou à des bases de données obtenues par des mesures en situation réelle. Souvent le mesurage s'avère nécessaire par manque d'information. Le matériel utilisé n'est pas le seul facteur à prendre en compte.

Facteurs aggravants :

- Mauvaise posture.
- Type et état des outils / engins.
- Entretien des engins (pneumatiques, sièges...).
- Conditions d'utilisation ou de conduite (vitesse, état des sols, dénivellation, passage sur plaque...).
- Travail au froid (environnement).



RÉFÉRENCES DOCUMENTAIRES ET OUTILS

Valeurs d'exposition journalière rapportées à une période de référence de huit heures déclenchant l'action de prévention prévue à l'article R. 4445-1 et à l'article R. 4446-1 du Code du travail :

(1) Seuil d'alerte : application immédiate de mesures permettant de ramener les valeurs d'exposition en dessous du seuil d'alerte (mise à l'arrêt des machines ou rotation de postes...).

(2) Seuil de prévention : mise en place de mesures préventives, renforcement du suivi médical des travailleurs.

Documentation :

- Norme ISO 2631-1 (1997) : vibrations transmises à l'ensemble du corps.
- Norme ISO 5349-2 (2001) : vibrations transmises au système main bras.
- Norme FD CEN/TR15350 (2006) : machines tenues à la main.

Outils :

- OSEV (Outil Simplifié d'Évaluation du risque Vibratoire) : www.inrs.fr
- Ministère du Travail : www.travailler-mieux.gouv.fr

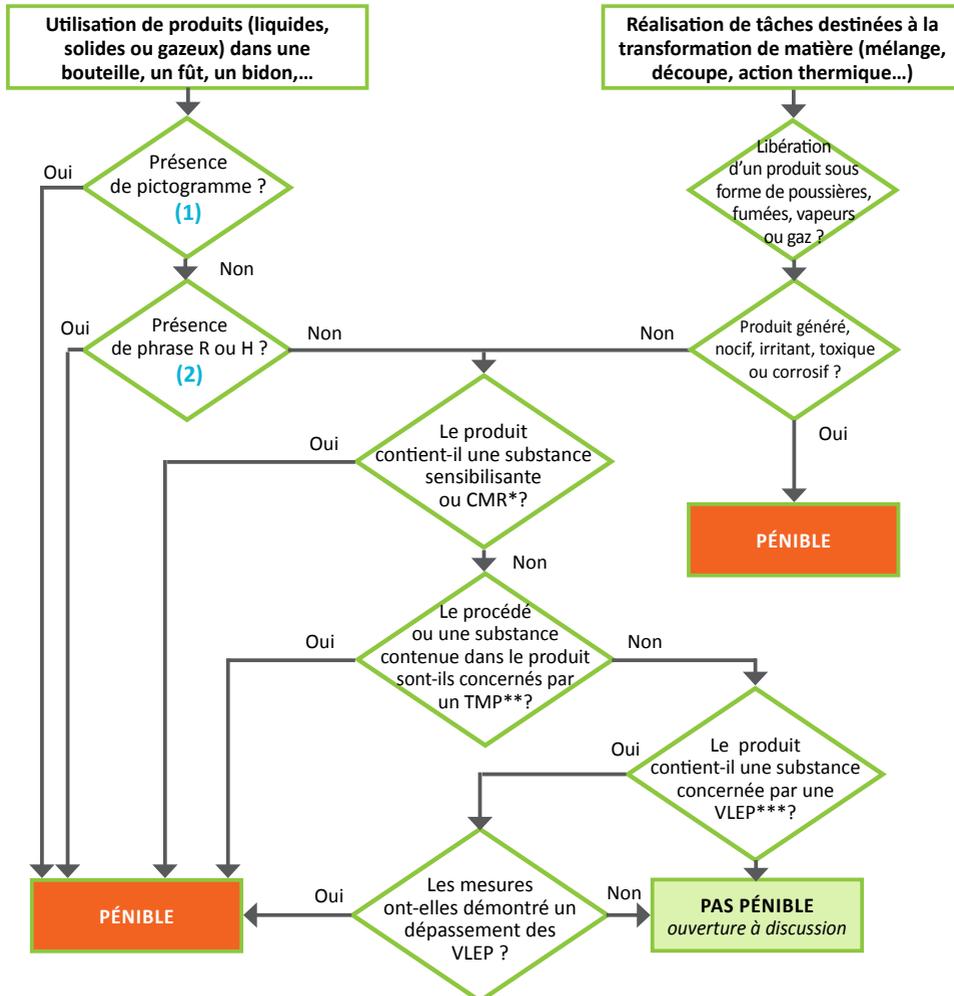
NOTES PERSONNELLES

-
-
-
-

AGENTS CHIMIQUES DANGEREUX

VOTRE TRAVAILLEUR EST-IL CONCERNÉ ?

Définition : exposition à des substances ou produits (sous forme liquide, vapeur, poussières, fumées...), ayant un effet sur la santé.



LES EFFETS SUR LA SANTÉ

L'exposition à des substances dangereuses peut être à l'origine de maladies professionnelles telles que dermatoses, cancers, affections pulmonaires, ... Pour en savoir plus, consulter les tableaux des maladies professionnelles en fonction des substances chimiques utilisées (www.inrs-mp.fr).

18 *Cancérogènes, Mutagènes et toxiques pour la Reproduction ** Tableau des Maladies Professionnelles *** Valeur Limite d'Exposition Professionnelle

ÉLÉMENTS À PRENDRE EN COMPTE



Avant la loi pénibilité, les Agents Chimiques Dangereux faisaient déjà l'objet de fiches de traçabilité de l'exposition. Ces fiches restent valables sur les expositions antérieures à février 2012.

L'identification de ce facteur sera facilitée par la réalisation de votre évaluation des risques chimiques. Il est primordial dans un premier temps de faire l'inventaire des produits ou substances auxquels les travailleurs sont susceptibles d'être exposés. Afin d'identifier les dangers, il est important d'obtenir les **Fiches de Données de Sécurité** de ces produits auprès des fournisseurs (à défaut des fiches toxicologiques existent pour certaines substances).

Information permettant d'identifier les dangers pour la santé

Ancien étiquetage



(2) Les phrases de risque (R) suivantes indiquent un danger pour la santé : 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 45, 46, 48, 49, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68.

Nouvel étiquetage



Les mentions de danger H300 et suivantes (H300 à H373) indiquent un danger pour la santé.

Les informations concernant les risques pour l'environnement et l'incendie / l'explosion ne sont pas à prendre en compte pour l'analyse de la pénibilité.

RÉFÉRENCES DOCUMENTAIRES ET OUTILS

- Méthodologie d'évaluation simplifiée du risque chimique, ND 2233 de l'INRS.
- Valeurs limites d'exposition professionnelle aux agents chimiques en France, ED 984 de l'INRS.

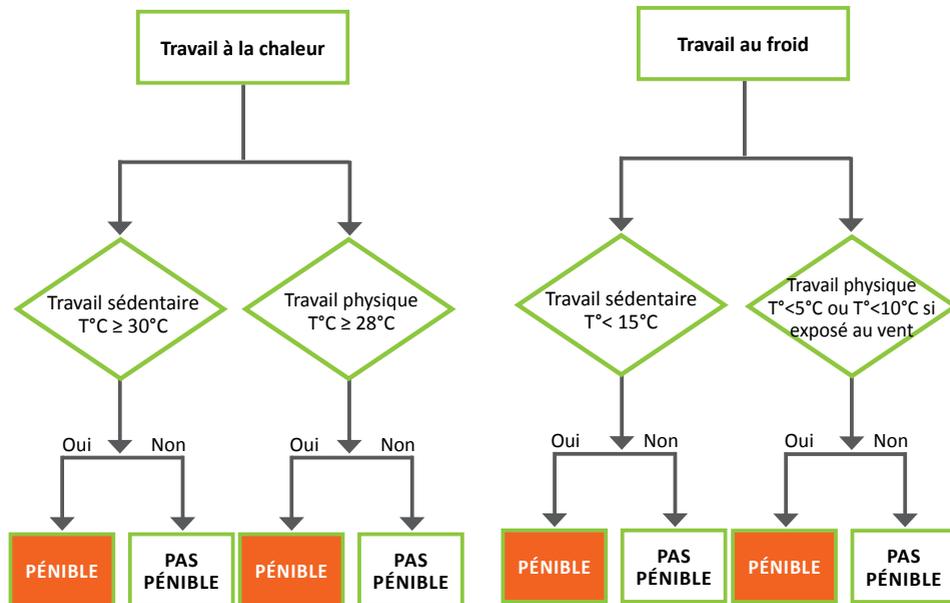
NOTES PERSONNELLES

-
-
-
-
-

TEMPÉRATURES EXTRÊMES



VOTRE TRAVAILLEUR EST-IL CONCERNÉ ?



LES EFFETS SUR LA SANTÉ

Les principaux effets sur la santé d'une **exposition directe au froid** sont la fatigue, l'hypothermie et les gelures, le syndrome de Raynaud, ainsi qu'un risque accru de Troubles Musculo-Squelettiques (TMS).

Les principaux effets sur la santé d'une **exposition directe au chaud** sont la fatigue, la tachycardie, les crampes musculaires, l'épuisement physique, les nausées, les maux de tête, les troubles de la vigilance, les coups de chaleur, l'insolation, les coups de soleil...

Tableau des maladies professionnelles n° 58 pour le Régime Général "Affections professionnelles provoquées par le travail à haute température".



ÉLÉMENTS À PRENDRE EN COMPTE



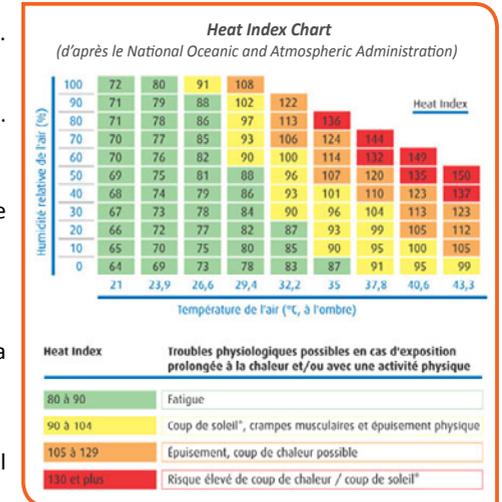
L'adaptation de la température à l'organisme humain doit être prévue durant le temps de travail et doit être prise en compte dès la conception des locaux et l'implantation des équipements.

Il n'existe pas de définition réglementaire du travail à la chaleur ou au froid, mais un certain nombre de facteurs sont à prendre en compte pour juger du lien Température/Pénibilité :

- L'humidité relative qui doit être proche de 50%.
- Les mouvements et courants d'air.
- Le type d'activité (sédentaire, modérée, intense...).

Facteurs aggravants :

- Tenue vestimentaire / absence de tenue adéquate ou de protection.
- Infrastructures ou conditions climatiques.
- Écarts de température entre le sol et la tête > 3°C en travail immobile.
- Une vitesse de l'air > 0,8m/s.
- Hygrométrie du lieu/poste de travail < 30% ou > 70%.
- Contacts avec des surfaces ou liquides chauds ou froids.
- Choc thermique (changement brutal ou rapide de la température).



RÉFÉRENCES DOCUMENTAIRES ET OUTILS

Documentation :

- Articles R. 4213-7 et R. 4223-13 à 15 du Code du travail.
- Norme ISO 7730 (2006) : confort thermique et calcul de l'indice PMV (ambiance chaude).
- Normes ISO 15 43 et ISO 11 079 (2008) : ambiance froide.
- Recommandations INRS TC 109 (2006).

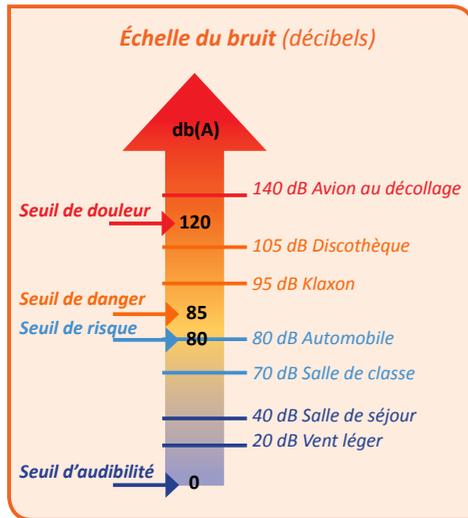
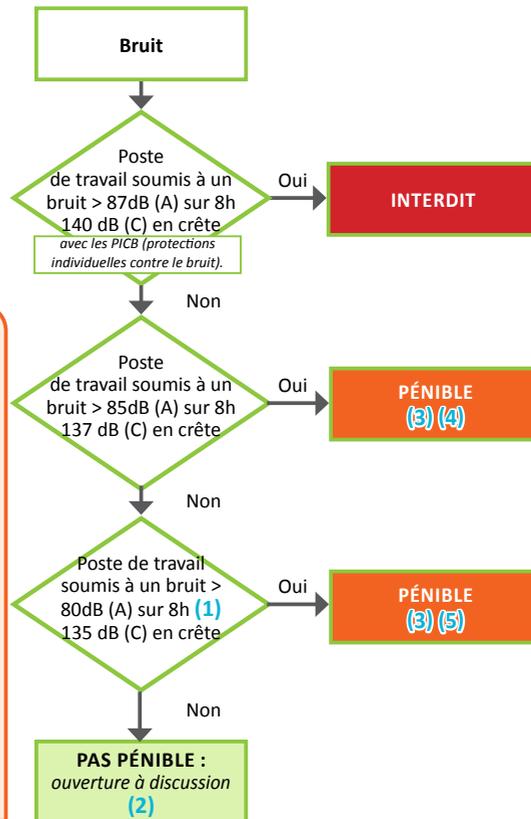
NOTES PERSONNELLES

-
-

BRUIT

VOTRE TRAVAILLEUR EST-IL CONCERNÉ ?

Définition : on parle de bruit lorsqu'un ensemble de sons est perçu comme gênant et à partir d'un certain niveau il peut même être considéré comme dangereux.



LES EFFETS SUR LA SANTÉ

(2) Outre des troubles ou la perte d'audition, le bruit peut entraîner d'autres effets néfastes : fatigue, stress, troubles cardio-vasculaires, troubles du sommeil, troubles de la digestion, augmentation du nombre d'accident du travail...

Tableaux des maladies professionnelles n° 42 pour le Régime Général et n° 46 pour le Régime Agricole : "Atteinte(s) auditive(s) provoquée(s) par les bruits lésionnels".

ÉLÉMENTS À PRENDRE EN COMPTE



Les facteurs à prendre en compte pour le bruit sont la puissance sonore de la source, la durée de l'émission et les fréquences émises.

- (3) Contrairement à la valeur limite d'exposition, le port des protecteurs individuels n'entre pas en compte pour les seuils déclenchant l'action (4) et (5) ni dans la détermination de la pénibilité d'un poste de travail.
- (4) A partir de 85 dB(A) sur 8h, obligation du port de protecteurs individuels et de mise en œuvre d'un programme de réduction du bruit (article R. 4434-2 du Code du travail).
- (5) A partir de 80 dB(A) sur 8h, obligation de mise à disposition de protecteurs individuels et de formation des travailleurs (article R. 4436-1 du Code du travail).

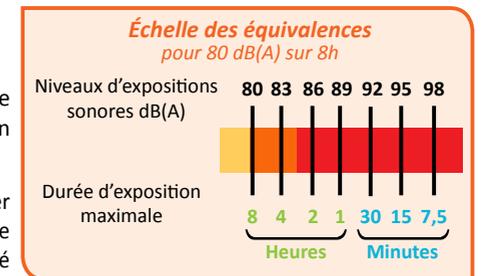
Facteurs aggravants :

- Consommation de certains médicaments.
- Exposition à certains produits chimiques, notamment des solvants, pouvant aggraver les effets du bruit.

RÉFÉRENCES DOCUMENTAIRES ET OUTILS

Méthode et outils :

- (1) - On estime atteindre les 80 dB(A) lorsque l'on est obligé d'élever la voix avec un interlocuteur situé à 1 m.
- En cas d'exposition non continue, préciser sur la fiche de prévention des expositions le nombre d'heures moyen d'exposition adapté (journalier, hebdomadaire, mensuel...).



Références normatives et réglementaires :

- Brochure INRS : ED 6020 Moins fort le bruit.
- Décret n° 2006-892 du 19 juillet 2006.
- Articles R. 4431-1 et suivants, article R. 4213-5 du Code du travail.
- Norme EN ISO 9612 (2009) : métrologie en ambiances sonores.

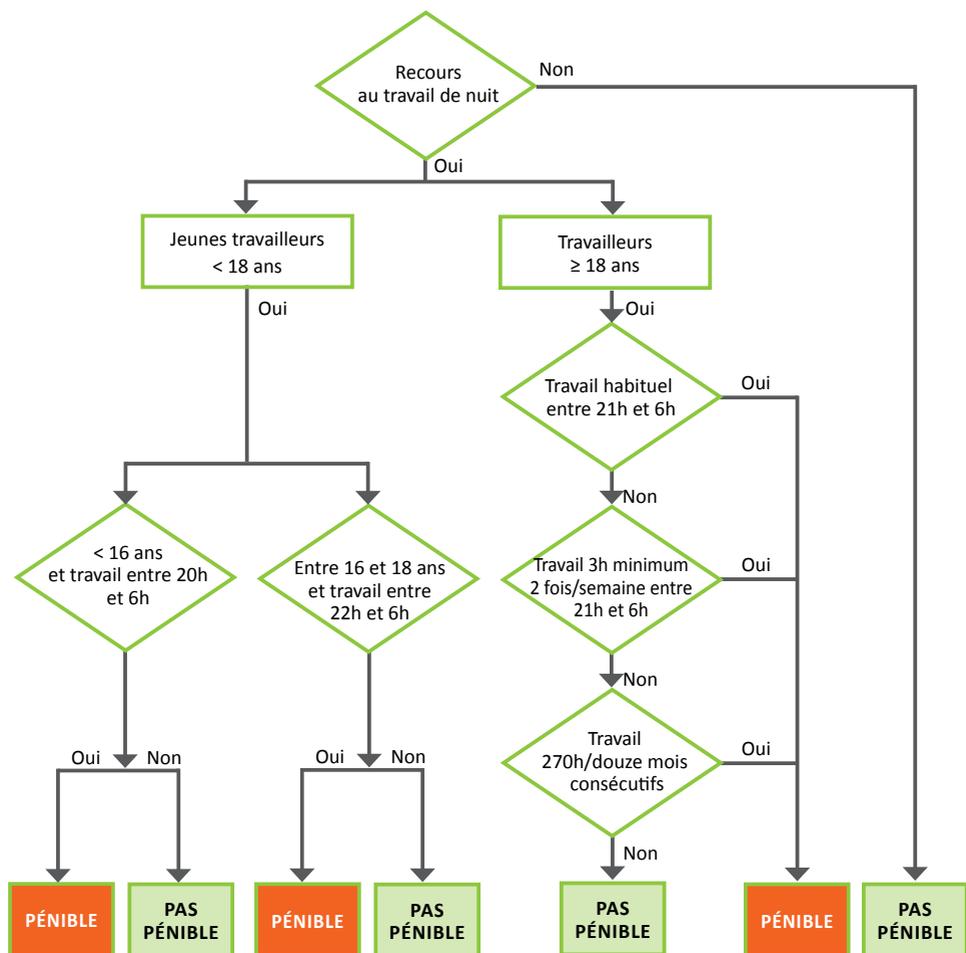
NOTES PERSONNELLES

-
-
-

TRAVAIL DE NUIT



VOTRE TRAVAILLEUR EST-IL CONCERNÉ ?



LES EFFETS SUR LA SANTÉ

Le travail de nuit peut entraîner des perturbations chrono-biologiques (perturbation des rythmes du sommeil, de l'alimentation,...) et engendrer des difficultés de récupération, de l'irritabilité, des palpitations cardiaques, des troubles digestifs, une prise de poids...



ÉLÉMENTS À PRENDRE EN COMPTE



L'âge des travailleurs, la fréquence des heures effectuées de nuit sur une semaine, le nombre de nuits par an, la plage horaire entre 20h et 6h sont les éléments à prendre en compte pour caractériser le travail de nuit et les travailleurs de nuit.



RÉFÉRENCES DOCUMENTAIRES ET OUTILS

Définitions : Travail de nuit, travailleurs de nuit

L. 3122-29 : « Tout travail entre 21 heures et 6 heures est considéré comme travail de nuit. Une autre période de neuf heures consécutives, comprise entre 21 heures et 7 heures incluant, en tout état de cause, l'intervalle compris entre 24 heures et 5 heures, peut être substituée à la période mentionnée au premier alinéa par une convention ou un accord collectif de travail étendu ou un accord d'entreprise ou d'établissement. »

L. 3122-31 : « est considéré comme travailleur de nuit tout travailleur qui : 1° Soit accomplit, au moins deux fois par semaine, selon son horaire de travail habituel, au moins trois heures de son temps de travail quotidien durant la période définie à l'article L. 3122-29 ou à l'article L. 3122-30. »

R. 3122-8 : « [...] est considéré comme travailleur de nuit, au sens de l'article L. 3122-31, le travailleur qui accomplit, pendant une période de douze mois consécutifs, deux cent soixante dix heures de travail. »

L. 3163-1 : « [...] est considéré comme travail de nuit : 1° Pour les jeunes travailleurs de plus de seize ans et de moins de dix-huit ans, tout travail entre 22 heures et 6 heures ; 2° Pour les jeunes travailleurs de moins de seize ans, tout travail entre 20 heures et 6 heures. »

Documentation :

- Site mieux travailler : <http://lesrapports.ladocumentationfrancaise.fr/BRP/104000435/0000.pdf>
www.travailler-mieux.gouv.fr/IMG/pdf/Version_finale-travail_de_nuit_A5.pdf
- Horaires atypiques : www.inrs.fr/publications/ED5023.html



Le travail de nuit est soumis par le Code du travail à des conditions de mise en place, à des contreparties compensatrices et à une surveillance médicale renforcée.

NOTES PERSONNELLES

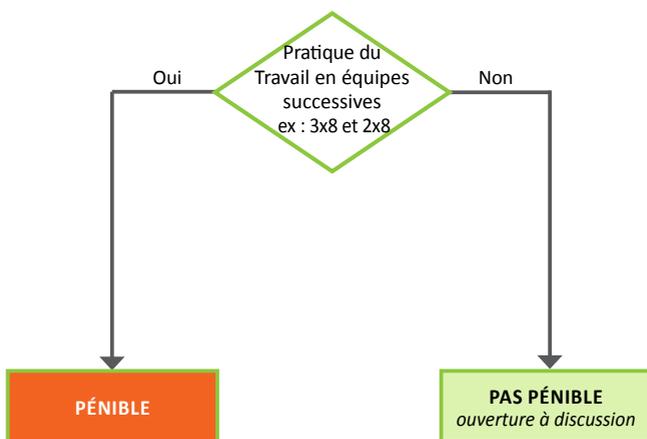
-
-

TRAVAIL EN ÉQUIPES SUCCESSIVES ALTERNANTES



VOTRE TRAVAILLEUR EST-IL CONCERNÉ ?

Définition : tout mode d'organisation du travail en équipe selon lequel des travailleurs sont occupés successivement sur les mêmes postes de travail, selon un certain rythme, y compris rotatif, de type continu ou discontinu, entraînant pour les travailleurs la nécessité d'accomplir un travail à des heures différentes sur une période donnée de jours ou de semaines.



LES EFFETS SUR LA SANTÉ

Le travail en équipes successives peut entraîner des perturbations chrono-biologiques (perturbation des rythmes du sommeil, de l'alimentation,...) et engendrer des difficultés de récupération, de l'irritabilité, des palpitations cardiaques, des troubles digestifs, une prise de poids...



RÉFÉRENCES DOCUMENTAIRES ET OUTILS

I) **Directive européenne du 4 novembre 2003 (2003/88/CE)**, relative à l'aménagement du temps de travail, précisant le travail en équipes successives alternantes, appelé plus communément travail posté.

Le travail posté, comme par exemple les 3x8, 2x8, 2x12, fait partie des organisations temporelles atypiques.

II) **Aucune définition, dans le Code du travail, de la notion du travail en équipes successives alternantes.**

En revanche:

- Obligation d'indiquer la composition nominative de chaque équipe, soit par affichage soit par tenue d'un registre constamment mis à jour (article D. 3171-7 du Code du travail);
- Interdiction d'affecter un même salarié à deux équipes successives sauf raisons impérieuses de fonctionnement (article R. 3122-1 du Code du travail);
- Pas de dépassement de 35 heures hebdomadaires en moyenne sur une année (article L. 3132-15 du Code du travail).

Facteurs aggravants :

Coexistence avec les autres facteurs de pénibilité listés dans l'article D. 4112-5 du Code du travail :

- Contraintes physiques.
- Environnement physique agressif.
- Travail de nuit.
- Port de charges.
- ...

NOTES PERSONNELLES

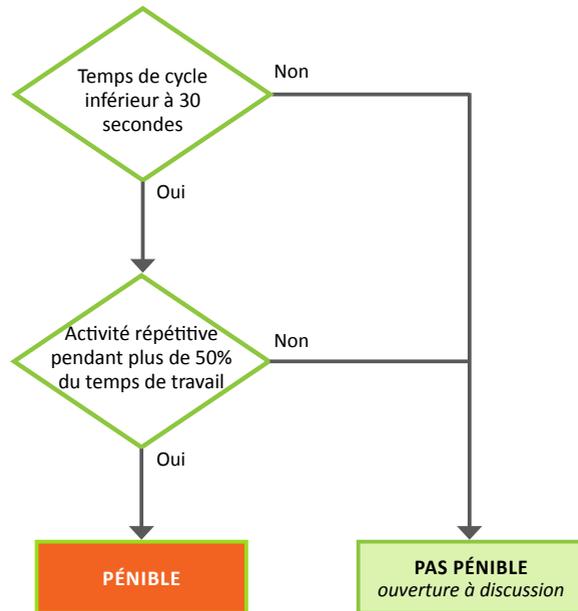
-
-
-
-

TRAVAIL RÉPÉTITIF



VOTRE TRAVAILLEUR EST-IL CONCERNÉ ?

Définition : le travail répétitif est caractérisé par la répétition d'un même geste à une cadence contrainte, imposée ou non par le déplacement automatique d'une pièce ou par la rémunération à la pièce, avec un temps de cycle défini (article D. 4121-5 du Code du travail).



LES EFFETS SUR LA SANTÉ

Les gestes répétitifs à fréquence élevée constituent l'un des facteurs de risque bien identifié des TMS. Les Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) sont indemnisés aux tableaux n° 57 du Régime Général et n° 39 du Régime Agricole "Affections périarticulaires provoquées par certains gestes et postures".



ÉLÉMENTS À PRENDRE EN COMPTE



Le risque d'atteinte musculo-squelettique est aggravé lorsque la fréquence d'actions est supérieure à 40 actions techniques par minute.

Facteurs aggravants :

- Vibrations.
- Travail au froid.
- Efforts musculaires.
- Postures contraignantes.
- Contraintes psychologiques et organisationnelles.
- Travail de nuit.



RÉFÉRENCES DOCUMENTAIRES ET OUTILS

Documentation :

- Norme EN 1005-5 (2007) : appréciation du risque relatif à la manutention répétitive à fréquence élevée.
- Norme ISO 12228-3 (2007) : manipulation de charges faibles à fréquence de répétition élevée.

Ces normes proposent une identification des risques basée sur la durée des activités répétitives, des modes de calcul spécifiques de la répétitivité des gestes (www.afnor.org).

Outils :

- Check-list OSHA.
- Questionnaire TMS.
- OREGÉ, Outil de repérage et d'évaluation des gestes.
Ces trois outils sont disponibles sur www.inrs.fr
- Muska TMS: <http://www.muskatms.fr>

NOTES PERSONNELLES

-
-
-
-
-

Exemple de fiche pénibilité

FICHE DE PREVENTION DES EXPOSITIONS A CERTAINS FACTEURS DE PENIBILITE

Cette fiche doit être actualisée en cas de modification des conditions d'exposition; elle est communiquée au service de santé au travail et remise au travailleur à son départ de l'entreprise ou en cas d'arrêt de travail consécutif à un accident de travail ou une maladie professionnelle d'au moins 30 jours (3 mois pour un autre motif). Conformément à l'article L. 4121-3-1, le travailleur peut demander à l'employeur la rectification des informations figurant sur la présente fiche.

Nom :

Unité(s) de travail concernée(s) : Atelier

(source DUER)

Poste ou emploi : Opérateur polyvalent

	Risque identifié		Période d'exposition		Mesures de prévention en place			Commentaires, précision, événements particuliers (résultats de mesurages...)
	Non	Oui	Debut	fin	Organisationnelles	Collectives	Individuelles	
Manutentions manuelles	X				Construction d'un atelier complémentaire, donc plus d'espace de manutention	Mise en place d'un pont roulant. Transpalette Diabie Table		Charge entre 5 et 15 kg Pas pénible
Postures pénibles	X							
Vibrations mécaniques	X							
Agents chimiques dangereux (y compris les poussières et les fumées)*	X							
Températures extrêmes								
Le bruit		X	01/01/13 01/11/13	31/03/13 31/12/13	Augmentation des pauses café dans la journée		Radiateur au poste, gants, gilets	bruit ambiant de l'atelier, poste à côté de celui du poinçonnage
Travail de nuit	X							
Travail en équipes successives alternantes	X							
Travail répétitif	X				Rotation des postes			

*L'exposition à l'amiante est consignée dans la fiche d'exposition prévue à l'article R. 4412-110 du code du travail

Vos contacts en Basse-Normandie

SERVICES DE SANTÉ AU TRAVAIL



CMAIC
9 Rue du Docteur Laennec - 14203 HÉROUVILLE-SAINT-CLAIR
Tél. : 02 31 46 26 60
Email : prevention@cmaic.fr
Site internet : www.cmaic.fr



PST
10 avenue du 43^{ème} Régiment d'Artillerie - 14000 CAEN
Tél. : 02 31 72 75 00 | Email : pst@pst14.fr
Site internet : www.lasanteautravail.fr



SANTRAVIR (frontières Calvados, Orne et Manche)
11 Place du Champ de Foire - BP 60004 - 14 501 VIRE Cedex
Tél. : 02 31 66 27 07
Email : assistants.sstvire@wanadoo.fr
Site internet : www.santravir.sitew.fr



SANTÉ BTP 50
50 pl Napoléon - 50100 CHERBOURG OCTEVILLE
Tél. : 02 33 10 05 40



SISTM 50
CS 43509 - 107 rue Auguste Grandin
50009 SAINT-LÔ Cedex
Tél. : 02 33 57 12 93 | Email : communication@sistm50.com
Site internet : www.sistm50.com



ASTIF
Place Pierre Sépard - 61100 FLERS
Tél. : 02 33 65 26 87 | Email : astif61@astif.fr
Site internet : www.astif61.fr



CIST 61
40 rue du puits au verrier - 61000 ALENÇON
Tél. : 02 33 28 19 19 | Email : cist61@cist61.fr



SIST-BTP 61
23 Avenue de Basingstoke - 61000 ALENÇON
Tél. : 02 33 29 01 60 | Email : sistbtp61@wanadoo.fr
Site internet : www.sistbtp.com

ORGANISMES DE PRÉVENTION



ARACT (ASSOCIATION RÉGIONALE POUR L'AMÉLIORATION DES CONDITIONS DE TRAVAIL)

Parc Athéna - 12 rue Ferdinand Buisson - 14280 SAINT-CONTEST
Tél. : 02 31 46 13 90 | Email : v.vivier@anact.fr
Site internet : www.basse-normandie.anact.fr



CARSAT (CAISSE D'ASSURANCE RETRAITE ET DE LA SANTÉ AU TRAVAIL)

Antenne du service prévention
Unité - 10 rue Alfred Kastler - 14053 CAEN Cedex
Tél. : 02 31 46 89 30 | Email : prevention@carsat-normandie.fr
Site internet : www.carsat-normandie.fr



DIRECCTE (DIRECTION RÉGIONALE DES ENTREPRISES, DE LA CONCURRENCE, DE LA CONSOMMATION, DU TRAVAIL ET DE L'EMPLOI)

3 Place Saint Clair - BP 70 034
14 202 HÉROUVILLE-SAINT-CLAIR Cedex
Tél. : 02 31 47 73 00 | Email : dr-bnorm.polet@direccte.gouv.fr
Site internet : www.basse-normandie.direccte.gouv.fr



MSA (MUTUALITÉ SOCIALE AGRICOLE)

Mayenne Orne Sarthe
30 rue Paul Ligneul - 72032 LE MANS Cedex 9
Tél. : 02 43 39 43 39
Email : msa536172blfwbsst.blf@mayenne-orne-sarthe.msa.fr
Site internet : www.msa-mayenne-orne-sarthe.fr

Côtes Normandes

CS 80205 - 50005 SAINT-LÔ Cedex
Tél. : 02 31 25 39 39 | Email : contact@cotesnormandes.msa.fr
Site internet : www.msa-cotesnormandes.fr



OPPBP (ORGANISME PROFESSIONNEL DE PRÉVENTION DU BÂTIMENT ET DES TRAVAUX PUBLICS)

27 Rue des Bénédictins - 14000 CAEN
Tél. : 02 31 44 23 61
Site internet : www.oppbtp.com



Pour toute question
ou complément
d'information,
n'hésitez pas à nous
contacter.

Ont été associés à ce guide méthodologique:



UPAR