



FICHE RISQUE N°4



Les manutentions manuelles de charges

On entend par manutention manuelle, toute opération de transport ou de soutien d'une charge (levage, pose, poussée, traction, port ou déplacement), qui exige l'effort physique d'un ou plusieurs travailleurs. Cette définition ne se résume donc pas uniquement au port manuel de charges, elle inclut, entre autres, les efforts de traction / poussée liés à l'utilisation d'un transpalette manuel ou d'un chariot.

QUELS SONT LES MÉTIERS EXPOSÉS ?

Tous les secteurs d'activité peuvent être concernés, mais plus particulièrement :

- Tous les métiers du BTP, en particulier les maçons, couvreurs, charpentiers, poseurs de revêtements de sol, plaquistes, carreleurs, échafaudeurs ...
- Transport et logistique : livraison, stockage, déménagement, magasinage, préparation de commandes...
- Industrie et maintenance,
- Commerce et grande distribution,
- Secteurs du soin, du médico-social et de la petite-enfance.

QUELLES CONSÉQUENCES ?

Elles peuvent survenir sous forme d'accidents du travail ou être d'apparition progressive :

- Pathologies touchant les os, les articulations ou les tendons : entorses, luxations, fractures, lombalgies, hernies discales et sciatiques, tendinites, lésions des ménisques du genou...
- Troubles cardiovasculaires : hypertension artérielle, accident vasculaire cérébral (AVC), infarctus du myocarde...
- Lésions musculaires : déchirures, contractures...

À CONSULTER

www.inrs-mp.fr

Maladies professionnelles :

- **Tableau n°79**
Lésions chroniques du ménisque
- **Tableau n°98**
Affections chroniques du rachis lombaire provoquées par la manutention manuelle de charges lourdes

Janvier 2014

Crédits photo : Fotolia



FICHE RISQUE N°4

+ D'INFOS

Code du travail :

www.legifrance.gouv.fr

articles R 4541-1 à R 4541-11

Institut de recherche en santé
et sécurité au travail :

www.irsst.qc.ca

www.travailler-mieux.gouv.fr

Institut national de recherche
et sécurité : www.inrs.fr

Recommandation CNAM R 367

« Prévention des risques dus aux
moyens de manutention à poussée

ou à traction manuelle » : www.ameli.fr

OBLIGATIONS POUR L'EMPLOYEUR

- Éviter le recours à la manutention manuelle de charges : priorité aux appareils de levage,
- Évaluer les risques que représentent les manutentions qui n'ont pu être évitées : caractéristiques de la charge, effort physique requis, caractéristiques du milieu de travail, exigence de l'activité...
- Mettre en place des mesures d'organisation appropriées et des moyens adaptés (aides mécaniques, moyens de préhension),
- Former le personnel aux risques liés à la manutention,
- Transmettre les résultats de l'évaluation des risques au médecin du travail,
- Respecter les restrictions spécifiques aux jeunes de moins de 18 ans et aux femmes (poids unitaire de charge).

COMMENT AMÉLIORER LA SITUATION ?

Actions organisationnelles :

- Améliorer les modes opératoires pour éliminer les manutentions inutiles,
- Planifier et réguler la charge de travail pour éviter les pics d'activité,
- Organiser des rotations de poste, l'alternance des tâches et des pauses suffisantes,
- Travailler à plusieurs (charges encombrantes),
- Privilégier une hauteur de travail comprise entre 0,75 m et 1,10 m,
- Manutentionner sur de faibles distances : < 2 m pour du transport manuel de charge et < 10 m pour un effort de pousser/tirer manuel,
- Entretien et maintenir les dispositifs d'aide à la manutention.

Actions techniques :

- Veiller aux caractéristiques de la charge : prise facile, poignées, poids unitaire, stabilité, encombrement...
- Concevoir et entretenir l'espace de travail : espace dégagé, sol en bon état (non glissant, sans obstacles, ni seuils ou ornières), surface horizontale (pente < 2 %), largeur d'allée suffisante, mise à hauteur des plans de travail, outils et pièces à manipuler (établi, servante, convoyeur, rampe de chargement...),
- Utiliser des outils d'aide à la manutention : si possible mécanisés (chariot automoteur, gerbeur électrique, potence, treuil, préhenseur à ventouse...), ou à défaut manuels (diable, chariot, transpalette...),
- Porter des équipements de protection individuelle adaptés : chaussures de sécurité, gants de manutention...