

MANUTENTION DANS LES MÉTIERS DU NETTOYAGE

Agents de service, techniciens de surface, femmes de chambres...



VOTRE DOS EST LA CHARPENTE DE VOTRE CORPS

Il est particulièrement sollicité durant votre travail :
il faut en prendre soin !

Comment ça marche ?

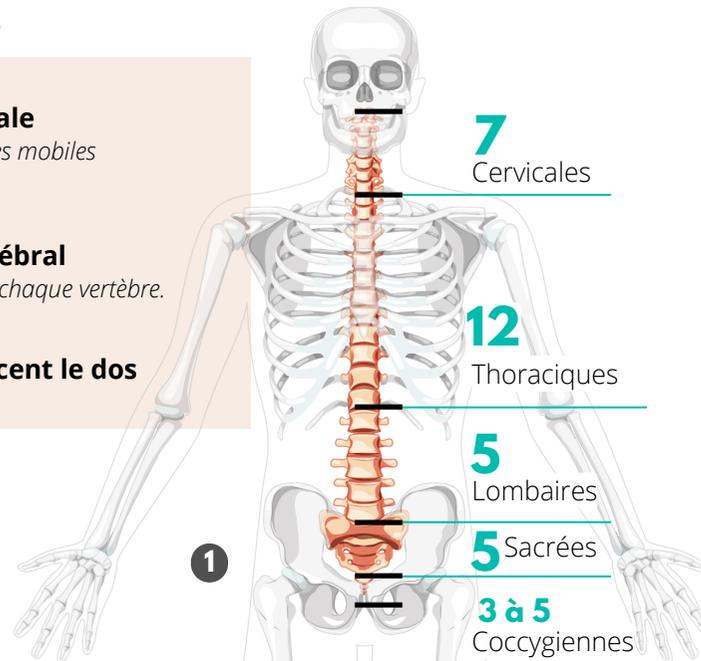
1 La colonne vertébrale

Formée de pièces osseuses mobiles entre elles : les vertèbres.

2 Le disque intervertébral

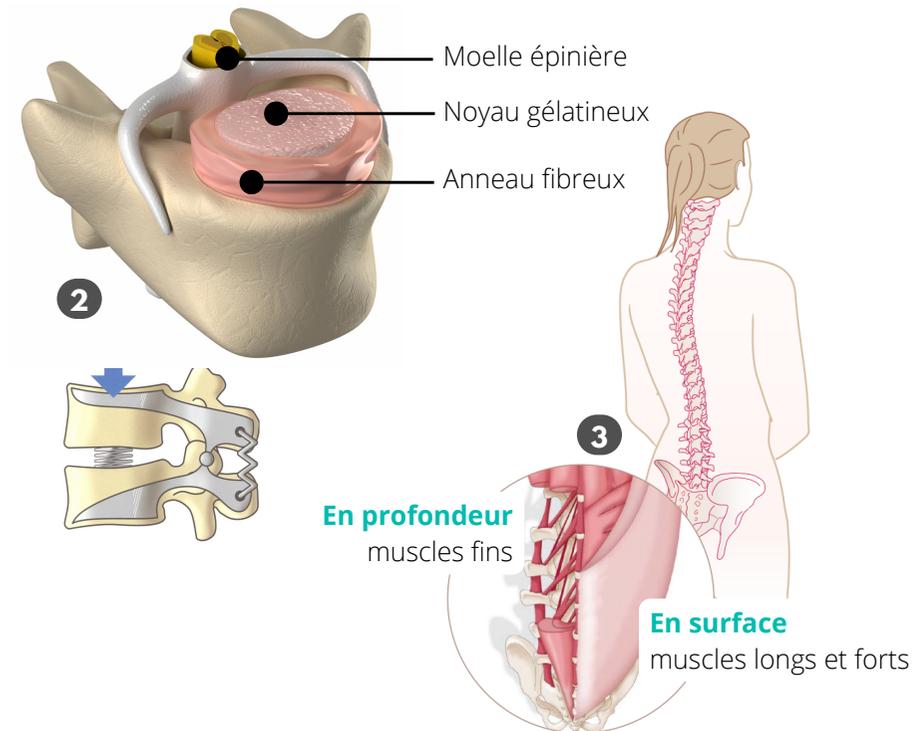
Est un amortisseur entre chaque vertèbre.

3 Les muscles renforcent le dos



POURQUOI VOTRE DOS PEUT-IL ÊTRE EN DANGER ?

- **Les postures** : dos penché en avant, en torsion
- **Le port de charges lourdes et/ou répétitif**
- **Les espaces de travail restreints**
- **Le matériel de travail inadapté**
- **L'organisation du travail** : contraintes de temps...
- **Les temps de récupération insuffisants**
- **L'usure liée au vieillissement**
- **Les antécédents médicaux** : arthrose, traumatismes...



PLUS D'INFOS

EXEMPLES DE SITUATIONS DE TRAVAIL

GESTES ET POSTURES DE TRAVAIL

- **Aspiration du sol** : sous les meubles, sur la moquette ou les tapis
- **Lavage du sol** : sous les meubles
- **Nettoyage des escaliers, plinthes et meubles bas**
- **Nettoyage des sanitaires** : bacs de douche - WC
- **Réfection des lits**



MANUTENTION ET DÉPLACEMENTS

- **Équipements de travail** : aspirateur - seau d'eau
- **Poubelles et conteneurs poubelles**
- **Meubles**
- **Consommables** : produits ménagers, papiers WC, recharges savon.
- **Matériel lors du chargement/déchargement du véhicule de service**



ÉQUIPEMENT DE TRAVAIL

- **Détérioré** : roue d'un chariot de ménage ou d'un aspirateur – manche télescopique de l'aspirateur
- **Inadapté à la tâche à réaliser** : poids, puissance, taille,
- **Manquant** : absence de chariot de ménage, de point d'eau et de vidoir
- **En nombre insuffisant**



ORGANISATION DU TRAVAIL

- **Méconnaissance du mode opératoire** : fiche de poste
- **Méconnaissance des équipements disponibles et de leur utilisation**
- **Travail dans la précipitation**
- **Exigence de qualité / rapidité**



FACTEURS PSYCHOSOCIAUX

- **Relations conflictuelles** : équipe de travail, avec la hiérarchie, avec la clientèle
- **Sentiment d'insécurité** : environnement de travail, horaires
- **Surcharge de travail ressentie** : nombre de tâches, surfaces, chambres
- **Impossibilité de rendre la qualité souhaitée**
- **Interruptions de tâches**
- **Rythmes et façons de faire imposés**
- **Précarité de l'emploi, employeurs multiples**



PRÉCONISATIONS

PRINCIPES DE PRÉVENTION SUR LE CHAMP COLLECTIF

ACTIONS ORGANISATIONNELLES

- **Disposer de temps suffisant** : surfaces à prendre en charge, temps de trajet
- **Adapter les équipements à la nature des tâches à réaliser** : définir les besoins avec le salarié avant le début de la prestation
- **Renforcer les équipes en cas de prestations complémentaires**
- **Maintenir les mêmes collectifs de travail sur les chantiers** afin de faciliter l'entraide et la répartition du travail (meilleure connaissance des missions)

ACTIONS TECHNIQUES

- **Choisir des matériels adaptés à la morphologie des salariés et aux tâches à réaliser** :
 - Procédés de nettoyage selon les surfaces, les besoins du site : pré-imprégnation
 - Chariot de ménage adapté aux surfaces à nettoyer et à la configuration des lieux
 - Préférer des équipements légers et maniables
- **Organiser l'évacuation des déchets** pour limiter la manutention manuelle de charges,
- **Prendre en compte les facteurs environnementaux** (froid, bruit, insalubrité...).

PRINCIPES DE PRÉVENTION SUR LE CHAMP INDIVIDUEL

- **Sensibiliser les collaborateurs sur les bonnes postures de travail**
 - FAUSSE BONNE IDÉE : la ceinture lombaire !
Elle n'a aucune indication dans la prévention ! Elle peut vous être prescrite pendant la phase douloureuse aiguë. Elle ne doit pas être portée en continu car elle empêche vos muscles de travailler !
 - LA BONNE IDÉE : améliorer le tonus des muscles de votre dos et vos abdos avec des échauffements et des étirements !
- **Former les professionnels à l'utilisation des équipements mis à leur disposition.**
- **Remonter les problèmes rencontrés sur le terrain et les éventuels besoins en équipements identifiés.**

VOS INTERLOCUTEURS :

- **VOTRE RESPONSABLE - MANAGER** : il n'est pas toujours avec vous sur le chantier !

Vous pouvez échanger avec lui/elle sur :

- Les demandes particulières non comprises dans la prestation générant une charge supplémentaire
- Un équipement abîmé, tout dysfonctionnement dans votre matériel
- Des propositions d'amélioration

- **VOTRE MÉDECIN DU TRAVAIL** : conseiller de l'employeur et des salariés, il peut venir étudier votre poste de travail, faire des préconisations, vous recevoir en cas de problèmes médicaux.

*Le savez-vous ? **Tout salarié peut demander à tout moment une visite médicale.***

- **VOTRE MÉDECIN TRAITANT** :

Si vous avez des douleurs qui persistent.

Certains TMS peuvent être reconnus en maladie professionnelle.