

POUR PRÉSERVER VOTRE SANTÉ TOUT AU LONG DE VOTRE CARRIÈRE

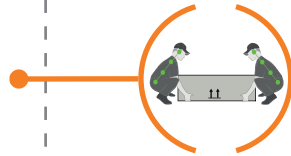
BRUIT

- S'éloigner de la source sonore dans la mesure du possible
- Porter des protections auditives en permanence



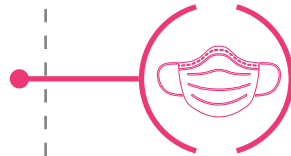
MANUTENTION

- Utiliser les aides mécaniques
- Organiser les stockages de proximité
- Penser à l'entraide entre collègues
- Réduire les poids unitaires
- Se préserver en utilisant les bons gestes



POUSSIÈRES

- Travailler à l'humide si possible
- Privilégier les outils équipés d'aspiration
- Porter un équipement de protection respiratoire avec filtre de type P3



ATTENTION AMIANTE :
PAS FORMÉ = PAS TOUCHER

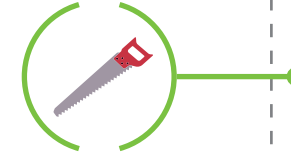


NE PAS MANGER, NI BOIRE, NI FUMER SUR
LE LIEU DE TRAVAIL



VIBRATIONS

- Privilégier les outils avec dispositifs anti-vibratiles
- Se former à l'utilisation du matériel
- Alternier les tâches
- Utiliser des gants adaptés



GENOUILÈRE À POCHE

POSTURES CONTRAIGNANTES

- Travailler à la bonne hauteur en utilisant les aides matérielles adéquates (ex : lève plaques, établi, échaffaudage, ...)
- Alternier les tâches
- Se préserver en utilisant les outils adaptés (plus légers) et en effectuant les bons gestes
- Porter les EPI selon les besoins (ex : genouillères)



PRODUITS CHIMIQUES

- Être formé et s'informer sur les produits utilisés et leurs risques pour la santé (Fiches de Données de Sécurité - FDS)
- Respecter les règles d'hygiène (lavage des mains régulier, entretien des tenues de travail, ...)
- Porter les gants adaptés et les maintenir en bon état



GANT ANTI-VIBRATIONS

VIBRATIONS

Coude (arthrose)

Poignet (ostéonécrose)

Main (trouble circulatoire,
syndrome de Raynaud)

POSTURES CONTRAIGNANTES

ÉLEVATION DES BRAS :
Épaule (coiffe des
rotateurs)

DOS PENCHÉ EN AVANT :
Rachis (lombalgie, hernie
discale)

**ACCROUPLI,
AGENOUILLEMENT :**
Genou (hygroma, atteinte
méniscale)

PRODUITS CHIMIQUES

CIMENT, ENDUIT, COLLE :
Peau

PEINTURE, SOLVANT :
Peau
Poumons

Troubles neurologiques

PLOMB :
Troubles digestifs,
perturbation sanguine



BRUIT

Surdité
Acouphènes
Troubles de l'équilibre
Fatigue, irritabilité

MANUTENTION

Épaule (coiffe des
rotateurs)

Coude (épicondylite)

Rachis (lombalgie, hernie
discale)

POUSSIÈRES

SILICE :
Poumons (silicose et
complication cancer, ...)

AMIANTE :
Poumons (fibrose, plaque
pleurale, mésothéliome)
et (cancer broncho-
pulmonaire)

BOIS :
Sinus (cancer),
Poumons (pathologie
pulmonaire)

**AUTRES POUSSIÈRES
(LAINES MINÉRALES,
PLÂTRE...):**
Poumons
Peau

Vous pouvez contacter votre équipe santé travail



**RÉPÉTITIVITÉ + DURÉE
=
PLUS DE
CONSÉQUENCES
SUR LA SANTÉ**