

Travail et grossesse ne sont pas incompatibles !

- ✓ Dans tous les cas, une évaluation des risques est nécessaire : trouvez conseil en toute confidentialité auprès de votre médecin du travail dès votre projet de grossesse.
- ✓ Des aménagements de poste sont envisageables pour permettre de vivre au mieux votre grossesse au travail.

*C'est un heureux évènement...
... parlez-en le plus tôt possible !*



Votre médecin du travail peut vous conseiller et répondre à vos questions
AIST 21 • 03 80 77 85 30 • contact@aist21.com • www.aist21.com

Pour toute reproduction, citez l'AIST 21.
© JPM Partner • www.jpm-partner.com • 05/2022



Quels risques ?

RISQUES PHYSIQUES

- La station debout prolongée
- Les contraintes posturales (penchée en avant ou bras levés par exemple)
- Les efforts physiques, le port de charges
- Les vibrations, les déplacements professionnels
- Le bruit (les basses fréquences au 3^{ème} trimestre)
- Les contraintes thermiques
- Les radiations ionisantes
- Le travail de nuit, les horaires postés



RISQUES INFECTIEUX

Toxoplasmose

contact avec les animaux, la terre, les aliments

Rubéole (vaccin à faire avant toute grossesse)

contact prolongé et/ou répété avec un malade

Cytomégalovirus

contact avec la salive, les urines, les larmes, les sécrétions sexuelles...



RISQUES CHIMIQUES

Tous les produits chimiques n'auront pas une incidence sur votre santé ou celle de votre enfant.

Pour les produits toxiques pour la reproduction, il existe une classification CMR et une réglementation spécifique (retrait du poste de travail avec garantie de rémunération).



Quelles recommandations ?

RISQUES PHYSIQUES

- ✓ Portez des **bas de contention**
- ✓ **Évitez** les changements brusques de température
- ✓ Portez des vêtements de travail **adaptés**
- ✓ Buvez suffisamment et mangez **équilibré**



- ✓ **Bruit** : à partir du 6^{ème} mois, vous ne devez pas être exposée à des sons graves (basses fréquences)
- ✓ **Travail de nuit** : vous pouvez demander un poste de jour
- ✓ **Radiations ionisantes** : vous êtes protégée par de nombreuses dispositions réglementaires, consultez-les

RISQUES INFECTIEUX

- ✓ **Toxoplasmose** : mettez des lunettes et des gants de protection pour éviter tout contact oculaire et cutané

- ✓ **Rubéole** : la législation prévoit de retirer les femmes enceintes non immunisées des postes à risques

- ✓ Avant tout projet de grossesse, vos **vaccinations** doivent être à jour et adaptées aux risques de votre métier (coqueluche, rubéole...) : faites le point avec un professionnel de santé
Des mesures d'hygiène rigoureuses restent la base de prévention la mieux adaptée pour vous protéger.



RISQUES CHIMIQUES

- ✓ **Étiquettes** : elles signalent le danger des produits. Apprenez à les lire même sur les produits les plus courants. Attention : s'il n'y a pas d'étiquettes, renseignez-vous avant de les manipuler !

- ✓ **Des protections** doivent être mises en place dans votre entreprise pour éviter l'exposition cutanée et respiratoire : utilisez-les !

