

Lombalgies
aigües

Courbatures

Hernies discales

Tendinite

Déchirures
musculaires

Fatigues
musculaires

Contractures

Douleurs

L'employeur

Votre encadrement est l'interlocuteur privilégié pour toute question relative à votre poste de travail.
Informez-vous ! Formez-vous !

Le médecin du travail

Votre suivi individuel en santé au travail a lieu périodiquement.
Vous pouvez toutefois demander à rencontrer votre médecin du travail dans d'autres situations : apparition de symptômes, grossesse...
N'hésitez pas à le contacter !



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, chez AIST 21.
© JPM & Associés • www.jpm-associes.com • 01/2021

LES RISQUES LIÉS AUX MANUTENTIONS MANUELLES

SALARIÉ

www.aist21.com



CONSEILS DE SANTÉ AU TRAVAIL





les caractéristiques de la charge

- Absence de poignée
- Volume
- Instabilité
- Répartition de la masse
- Encombrement



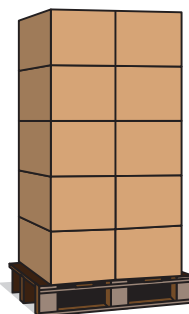
l'organisation du travail

- Cadence
- Procédure qualité
- Flexibilité
- Temps de récupération



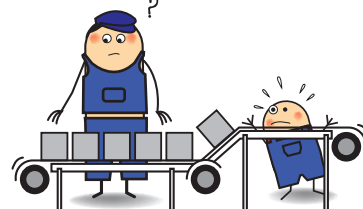
le nombre de manutentions

- Tonnage quotidien
- Temps et durée de manutention



la situation de travail

- Distances de déplacement
- Hauteur de prise et de dépose
- Profondeur de prise et de dépose
- Encombrement au poste de travail



l'environnement de travail

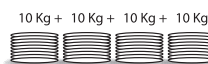
- Bruit
- Vibrations
- Poussières
- Température/humidité
- Eclairage



Evaluer le poids à transporter



Diviser les charges, faire plusieurs voyages



Demander de l'aide à un collègue



Utiliser les aides à la manutention mises à ma disposition



Aménager la situation de travail



Appliquer les techniques de port de charges



Signaler les dysfonctionnements / entretenir les équipements

