

Soulever et porter

Le dos et la colonne vertébrale sont les parties du corps les plus sollicitées lorsque l'on soulève ou porte des charges. Les absences au travail dues à des accidents ou des problèmes de santé causés par le soulèvement, le port ou le transport de lourdes charges doivent être évitées.

Une bonne technique pour soulever les charges soulage les disques intervertébraux et tout l'appareil locomoteur. Si la charge est lourde ou volumineuse, il est recommandé d'utiliser des outils d'aide comme des grues, des chariots élévateurs, des diables ou des chariots de manutention.

Dispositions légales

L'art. 41 al. 2 et 2bis OPA exige:

- ² Pour soulever, porter et déplacer des charges lourdes ou volumineuses, des outils appropriés doivent être mis à disposition pour permettre une manipulation sûre et préservant la santé.
- ^{2bis} L'employeur doit informer les travailleurs des dangers inhérents à la manipulation de charges lourdes ou volumineuses et les former pour qu'ils puissent soulever, porter et déplacer des telles charges de manière correcte.

LTr 3 L'art. 25 al. 1 et 2 exige:

- ¹ Pour éviter que le travailleur ait à manipuler à la main des charges, l'employeur met en place des mesures d'organisation appropriées et met à sa disposition des moyens adaptés, notamment des équipements mécaniques.
- ² Si la manipulation manuelle des charges ne peut être évitée, des outils appropriés doivent être mis à disposition et utilisés pour soulever, porter et déplacer des charges lourdes ou volumineuses pour permettre une manipulation sûre et préservant la santé.

Identification des dangers Soulever et porter

L'«Identification des dangers Soulever et porter» (Suva, n° de commande 88190.f) est un guide pour l'évaluation de dangers potentiels pour le système musculosquelettique, notamment de la colonne lombaire lors de la manipulation manuelle de charges.

Le résultat montre si l'activité concernée présente un risque possible ou probable de contraintes excessives et si des mesures sont nécessaires.

Aide à la formation

Pour la formation des collaborateurs, la brochure «Soulèves correctement – portes correctement» (n° de commande 44018.f) peut être commandée auprès de la SUVA.