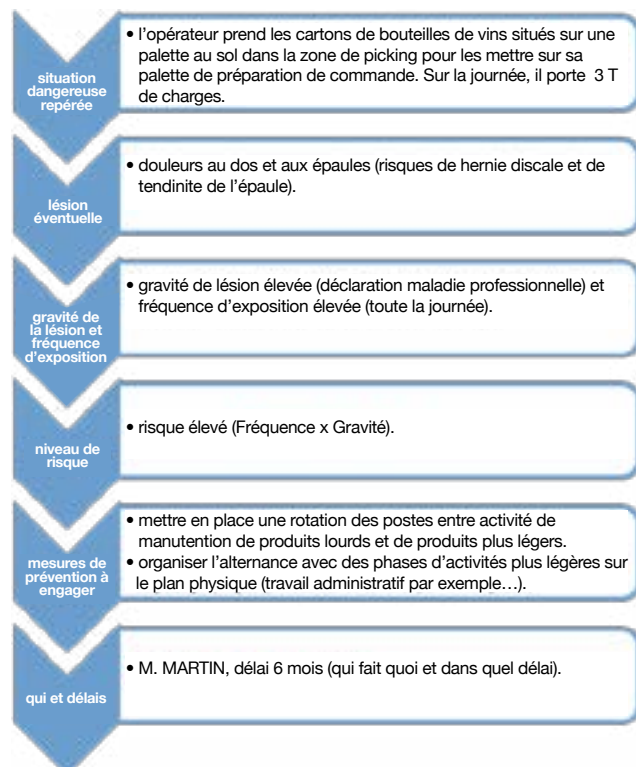


## 4 - INTEGRER l'évaluation du risque TMS dans le Document Unique

Pour ce faire, **décrire** les situations de travail à risque de TMS avec précisions dans le D.U. L'évaluation de la fréquence d'exposition et de la gravité du dommage va permettre de **calculer** le niveau de risque de chaque situation identifiée, de les **hiérarchiser**, puis **d'articuler** les solutions.



## 5 - POUR ALLER PLUS LOIN

Pour approfondir l'analyse de risque et les moyens de prévention pour le métier des préparateurs de commande :

- Consulter les brochures suivantes :
- Document INRS ED 6039 (téléchargeable sur [inrs.fr](http://inrs.fr))
  - les fiches CRAMIF (téléchargeable sur [cramif.fr](http://cramif.fr))
  - Recommandation R.461 ([ameli.fr](http://ameli.fr))

- Consulter les sites internet :
- [travailler-mieux.gouv.fr](http://travailler-mieux.gouv.fr)
  - [inrs.fr](http://inrs.fr)

- Se rapprocher :
- des instances représentatives du personnel
  - des fédérations professionnelles
  - du Comité Technique Régional
  - de la Carsat Nord-Picardie
  - de votre médecin du travail.

**50 % des accidents du travail sont liés aux manutentions manuelles.**

**90 % des maladies professionnelles enregistrées (hernie discale, tendinite du coude et de l'épaule, syndrome du canal carpien...) sont de type Troubles Musculo-Squelettiques (TMS).**

Document réalisé avec le concours du CTR 03  
Source dessins : INRS

## Action prévention

Intégrer le risque TMS pour les préparateurs de commande dans le document unique

### Secteurs :

Entrepôts de commerces, de la distribution et de la logistique



Dans ces secteurs, le préparateur de commande est une des fonctions les plus exposées aux accidents du travail et aux maladies professionnelles.

Conception Impression Carsat Nord-Picardie GRP 004/001/01-15

# 1 - REPERER les facteurs de risque auxquels le préparateur de commande est exposé

Le préparateur de commande est-il exposé aux facteurs de risque suivants ?

- **le port de charges** (nombre de colis, poids, distance parcourue..)
- **le tirer/pousser** d'un équipement ou d'une charge (rolls, transpalette manuelle, conteneur roulant...)
- **les postures contraignantes** (dos penché en avant, bras en l'air, accroupi, bras en avant...)
- les ambiances physiques comme le **froid**, **l'éclairage faible**, **les nuisances sonores** (compresseur, groupe frigorifique...)
- **les vibrations** (chariot autoporté, outil portatif...)
- **l'organisation du travail par commande vocale** (appauvrissement de l'activité, perte de sens du travail...)
- **l'isolement du salarié** : faible soutien de l'équipe et du manager.
- **le travail monotone.**



# 2 - EVALUER ces facteurs de risque dans les situations de travail du préparateur de commande

- Rendre factuel le plus possible le risque identifié lors de la situation de travail (poids transporté, poids d'un colis...)
- Décrire la situation de travail en faisant le lien avec les difficultés rencontrées.
- Favoriser l'expression des salariés sur leur travail.

**Exemple** : 2 heures par jour, le préparateur de commandes se courbe, bras en avant pour aller chercher des colis sous la lisse de 80 cm. Il ressent des douleurs au dos et aux épaules.



**Exemple** : toute la journée, le préparateur de commande porte des colis de 1 à 5 kg. Cela représente 3,4 T sur la journée. Il ressent des douleurs au dos.



# 3 - RECHERCHER des pistes de solutions pour améliorer les situations de travail

Mettre en avant « ce qui va bien » et ce qui doit être conservé et « ce qui doit être amélioré » avec certaines priorités.

Pour trouver des leviers d'actions :

- **Agir sur le management** : Impliquer le management de proximité dans la prévention, s'assurer du comportement exemplaire, favoriser l'entraide...
- **Agir sur l'aménagement** : préférer les racks dynamiques à ceux statiques afin de réduire les postures dos penché, les bras au dessus du cœur, aménager les allées de circulation ...
- **Agir sur l'organisation du travail** : le passage du listing au guidage vocal est générateur de risques et d'insatisfactions, conserver des marges de manœuvres afin de faire face aux aléas, **limiter les hauteurs de palette à 1,80m** et le poids des colis...
- **Agir sur les équipements** : mettre à disposition les équipements d'aide à la manutention, comme des distributeurs de palettes, des filmeuses de palettes, des chariots pince pour l'étêtage des palettes.
- **Agir sur la formation** : déployer la formation PRAP (prévention des risques liés à l'activité physique) afin d'identifier et comprendre les contraintes au poste et faciliter la mise en œuvre d'améliorations (techniques, humaines, organisationnelles).

→ **DEFINIR DES BONNES PRATIQUES**