

Les vibrations mains-bras et corps entier



QUEL EST LE PROBLÈME ?



Nous distinguons deux types de vibrations :

- les vibrations corps entier, notamment pour les chauffeurs et les conducteurs d'engins de travaux publics, sont susceptibles d'entraîner des pathologies de la colonne vertébrale (*hernie discale...*),
- les vibrations main-bras lors de l'utilisation et de la tenue de machines-outils vibrantes, sont susceptibles d'entraîner des affections ostéo-articulaires (*coude et poignet notamment*), vasculaires (*syndrome de Raynaud*), musculaires et neurosensorielles.

- L'effet des vibrations est majoré en cas d'exposition au froid et à l'humidité.

Les Valeurs Limites d'Expositions sur 8h :

Vibrations	Vibrations transmises aux mains et aux bras	Vibrations transmises à l'ensemble du corps
Valeur d'exposition journalière déclenchant l'action de prévention	2,5 m / s ²	0,5 m / s ²
Valeurs Limites d'Exposition (VLE)	5 m/s ²	1,15 m/s ²



QUE FAIRE ?

MAINS ET BRAS

Choisir les bons équipements et veiller à leur bonne utilisation :

- Privilégier l'achat de machines ou d'outils intégrant des dispositifs de réduction des vibrations,
- Entretien périodiquement la machine,
- Former les opérateurs à l'utilisation des différentes machines et outils.

Modifier l'outil et/ou le processus de travail :

- Choisir les outils et les machines les moins vibrants (*le niveau de vibrations doit être indiqué sur la machine*). Exemples : privilégier l'utilisation d'une table vibrante télécommandée à celle d'une pilonneuse,
- Apporter une aide à la manutention avec reprise de couple à un outil habituellement tenu à la main.

Réduire la durée d'exposition :

- Rotation des postes,
- Intercaler des tâches non vibrantes.

Éviter le refroidissement des mains et du corps :

- Porter de vêtements et de gants appropriés,
- Les poignées des machines doivent être revêtues d'un isolant thermique.

Sensibiliser les salariés aux risques liés aux vibrations.

CORPS-ENTIER

Entretien des sols et des surfaces de roulement :

- Surveiller l'état des voies de circulation,
- Adapter la vitesse du véhicule à l'état des sols et des voies de circulation,
- Ne pas négliger le choix des pneus, qui atténuent les vibrations provoquées par les petits obstacles sur le sol,
- Privilégier des pneus gonflés aux pneus pleins sur des chariots élévateurs, car ceux-ci sont plus souples.

Choisir un engin ou une technique le moins vibrant possible :

- Favoriser l'utilisation de matériel télécommandé,
- Privilégier l'achat ou la location de matériels comportant des dispositifs anti-vibratiles et des sièges performants.
- Entretien régulièrement les engins (*suspensions...*)

Former les opérateurs au réglage du siège (ajusté au poids).