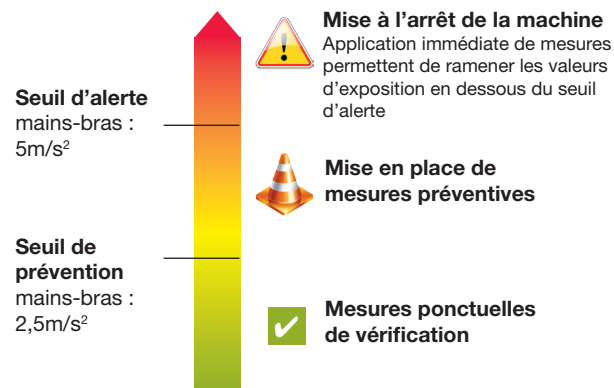


# La réglementation

L'article R. 4441-2 du code du travail définit des valeurs d'exposition journalière aux vibrations sur une période de référence de 8 heures.



Conformément à la directive *machine* 2006/42/CE et directive vibration 2002/44/CE, les fabricants doivent faire figurer les niveaux d'émission de vibration dans leurs brochures techniques. Ils doivent être un critère de choix lors de l'achat de nouveaux équipements.

# Les outils à vibrations mécaniques

Voici quelques exemples de machines avec un taux de vibrations de plus en plus élevé : visseuse, scie à chaîne, sécateur, débroussailluse, meuleuse, plaque vibrante, clé à chocs, perforateur, piqueur, pilonneuse, brise-béton...

A chaque fois qu'un employé est soumis à des vibrations mécaniques pouvant dépasser le niveau d'exposition journalière, l'employeur doit évaluer les risques et mettre en œuvre des mesures de contrôle.

Pour vous aider, un outil d'évaluation des risques vibratoires est disponible sur le site de l'INRS (Institut national de recherche et de sécurité). Vous pouvez télécharger le logiciel OSEV main-bras sur [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

Les conseillers en prévention, médecins du travail et infirmières en santé et sécurité au travail de votre MSA disposent d'informations sur les risques professionnels et sont là pour vous aider à trouver des solutions de prévention adaptées à votre situation.

Tél. 04 79 62 87 71



vous informer

# Les vibrations mécaniques mains/bras

N'hésitez pas à contacter votre MSA

Entreprises du paysage

MSA Alpes du Nord  
73016 Chambéry Cedex  
[www.msaalpesdunord.fr](http://www.msaalpesdunord.fr)

N°Cristal 09 69 36 87 00  
APPEL NON SURTAXE

 santé  
famille  
retraite  
services  
L'essentiel & plus encore

[www.msaalpesdunord.fr](http://www.msaalpesdunord.fr)

 santé  
famille  
retraite  
services

L'essentiel & plus encore



- ❖ **Coude**
  - Douleur
  - Limitation des mouvements de flexion / extension
  - Craquements lors des mouvements
- ❖ **Poignet**
  - Douleur et raideur
  - Limitation des mouvements de flexion / extension
- ❖ **Main**
  - Diminution de la force musculaire
  - Episodes de décoloration douloureux des phalanges
  - Engourdissement et picotement des doigts et des mains
  - Crampes
  - Douleur et gêne
  - Diminution de la sensation du toucher et de la perception du chaud et du froid

## Recommandations

### ❖ Au niveau des machines

- ▶ Tenir compte du critère *vibration* avec votre fournisseur lors d'achat des équipements futurs.
- ▶ Entretien des outils : affûtage des outils coupants, entretien des silents-blocs et équilibrage des outils de coupe.  
Possibilité d'équiper l'outil de poignées avec fonction d'absorption des vibrations et chauffantes.
- ▶ Optimiser les techniques de travail, l'utilisation des outils : bien choisir les machines en fonction de la tâche à effectuer.
- ▶ Limiter les forces exercées sur l'outil au minimum (préhension et poussée).

### ❖ Le travail

- ▶ Effectuer des rotations de postes qui réduiront le temps d'exposition : limiter la durée des expositions notamment sur ceux où de hauts niveaux vibratoires sont répétés.
- ▶ Former et informer les équipes, éviter la spécialisation des tâches.
- ▶ Eviter les postures contraignantes : choisissez la machine adaptée qui nécessitera le moins d'effort et qui présente la meilleure ergonomie.
- ▶ Aménager des temps de récupération : prévoir des pauses même de courte durée et fractionner l'utilisation d'outils vibrants avec ceux non vibrants.

### ❖ La protection des mains

- ▶ Garder les mains au chaud et à l'abri de l'humidité en portant des gants.
- ▶ En fonction de l'outil, porter des gants *anti-vibrations* homologués selon la norme ISO 10819. Ceux-ci sont efficaces pour les outils de fréquence dominante > 200 Hz (ex.: polisseuses et meules à main).

## Pourquoi les vibrations sont-elles nuisibles à votre santé ?

Les vibrations mécaniques transmises aux membres supérieurs peuvent provoquer le *syndrome des vibrations*. A long terme, le *syndrome des vibrations* peut endommager les vaisseaux sanguins des doigts et de la main (doigts blancs) ainsi que nerfs, tendons, muscles, os et articulations du bras.

La combinaison de l'intensité et de la durée d'exposition aux vibrations peut aussi favoriser la survenue de **troubles musculo-squelettiques** (TMS) et ainsi engendrer des pathologies au niveau des poignets, coudes et épaules.

Les pathologies dues aux vibrations du membre supérieur peuvent être déclarées en maladies professionnelles (MP 29- Régime Agricole).

### ❖ Attention !

Si ces troubles apparaissent, consulter votre médecin traitant et contacter votre médecin du travail

## Les facteurs aggravants

- ❖ Le froid
- ❖ L'humidité
- ❖ Les postures contraignantes
- ❖ Le stress
- ❖ Le port de charges lourdes
- ❖ Le tabac

