

MANUTENTION DE SACS LORS DU TRAVAIL À LA CHAÎNE

MANUTENTION MANUELLE

FICHE



Cette fiche s'adresse aux superviseurs de 1^{er} niveau et aux travailleurs qui déplacent des charges en utilisant une technique de travail à la chaîne, notamment pour **déplacer des sacs de sable lors des inondations**.

Elle contient des recommandations pour la **planification du travail**, sur la **façon de se positionner en équipe** et sur la **façon de déplacer les sacs de façon sécuritaire**.

AVANT DE COMMENCER – RÉFLÉCHIR

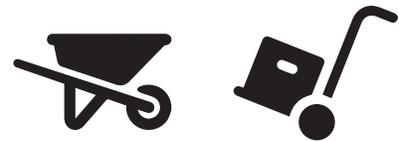
Réduire les déplacements

Rapprocher le camion / la palette le plus possible afin d'atteindre une distance de 2 mètres et moins



Utiliser un équipement de manutention

Si le contexte le permet



Se protéger

Porter les équipements de protection individuels nécessaires selon le contexte



*Le port de lunettes de protection peut être nécessaire si l'on travaille près des eaux souillées, en raison des risques d'éclaboussures

Préparer l'environnement

- ▶ Retirer les obstacles présents au sol
- ▶ Vérifier la stabilité du sol
- ▶ Sécuriser les obstacles qui restent



Établir le poids des sacs, le rythme et la durée

Réduire le poids des sacs manipulés au minimum, selon les possibilités, pour éviter la fatigue



Plusieurs **facteurs sont à considérer** pour le poids maximal des sacs :

- ▶ Les **travailleurs** (âge, genre, forme physique)
- ▶ Le **rythme** et la **durée**
- ▶ La **température** ambiante (à plus de 32 °C, le travail est plus exigeant)



Par exemple*

Pour une femme, à un rythme de 5 sacs par minute, pour une durée de 4 heures, le poids maximal devrait être d'environ **12,7 kg** (28 lb)

- ▶ S'il fait plus de 32 °C, il faudrait baisser à **11,4 kg** (25 lb)
- ▶ Si on parle de 10 sacs par minute sur 8 heures, à 32 °C, le poids maximal devrait être d'environ **8,2 kg** (18 lb)
- ▶ Si cette femme est au début de la chaîne et doit soulever les sacs à partir de la palette, le poids maximal devrait être encore plus bas

Il est conseillé d'utiliser des sacs légers

*Selon la norme CSA Z1004, en considérant une bonne hauteur de prise, une bonne symétrie de la charge et de la personne, un espace de travail suffisant, l'absence de poignées, et ce, pour les travailleurs au centre de la chaîne, en non pas au début ou à la fin de la chaîne

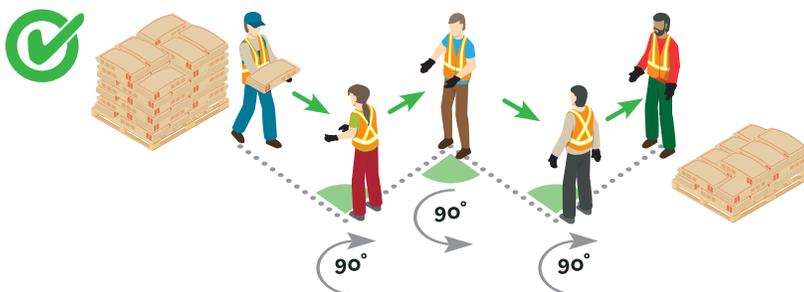
PENDANT LE TRAVAIL – ADOPTER DES GESTES SÉCURITAIRES

POSITIONNEMENT DE L'ÉQUIPE

BON POSITIONNEMENT

Il est important de se parler et de se respecter puisque c'est un travail d'équipe

- ▶ Se positionner **face à face**, à une distance d'environ 2 pieds entre les travailleurs, pour éviter le travail à bout de bras
- ▶ Tester le positionnement avec un sac pour voir si tout fonctionne, réajuster au besoin



MAUVAIS POSITIONNEMENT

- ▶ Éviter de se positionner côte à côte
 - Plus difficile de passer les sacs sans **torsion du dos**



ROTATIONS DANS L'ÉQUIPE

- ▶ Le travailleur **au début** de la chaîne doit aller chercher les sacs
- ▶ Le travailleur **à la fin** de la chaîne doit positionner les sacs
- ▶ Le travail **dans une pente** (s'il y a lieu) est plus difficile
- ▶ **Alterner les rôles** aux 10-15 minutes (ou au besoin) pour équilibrer la charge de travail dans l'équipe et selon la forme physique
- ▶ **Alterner les côtés** aux 10-15 minutes pour équilibrer la charge aux muscles gauches/droits

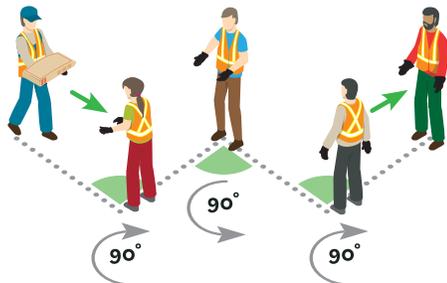
Travail plus difficile physiquement
Prioriser les travailleurs en bonne forme physique à ces endroits



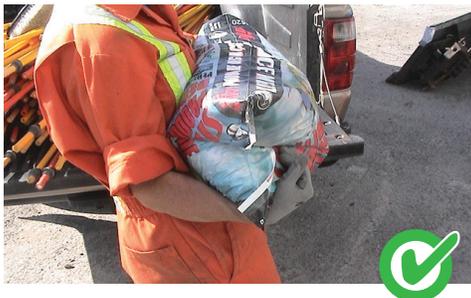
PENDANT LE TRAVAIL – ADOPTER DES GESTES SÉCURITAIRES

Déplacement des sacs

- **Bouger les pieds** vers l'autre personne, position face à face pour limiter les torsions du dos



- Favoriser une **prise sous le sac**, pour limiter les efforts aux bras



- À la fin de la ligne, **laisser tomber** le sac au sol, si c'est possible

Sinon, déposer rapidement le sac puis le repositionner alors qu'il est déjà appuyé. On cherche à avoir le sac dans les mains le moins longtemps possible.



- **Ne pas lancer** les sacs vers les autres personnes, il y aurait risque de blessure

Lancer un sac pourrait en quelque sorte « augmenter son poids »



BIBLIOGRAPHIE

Chaffin, D., Andersson, G. B., & Martin, B. J. (2006). *Occupational biomechanics, Fourth edition.*

Chengalur, S., Rodgers, S., & Bernard, T. (2004). *Kodak's - Ergonomic design for people at work, 2nd edition.*

CSA. (2013). - Norme sur la gestion et la mise en oeuvre de l'ergonomie en milieu de travail (Z1004-12). Mississauga.

IRSST. (2019). *Vers une stratégie intégrée de prévention en manutention - Version révisée.* Montréal.

MultiPrévention. (2017). *Guide - Manutention et maux de dos - 3^e édition.* Longueuil.

COLLABORATION

Cette fiche a été rédigée en collaboration avec Emmanuel Benoit, Ergonome CRIA, Alliance - Ergonomie Conseil

Pour toutes questions, veuillez communiquer avec l'Association paritaire pour la santé et la sécurité du travail, secteur « affaires municipales » ou visiter notre site Internet : www.apsam.com

Région de Montréal : 514 849-8373
Partout au Québec : 1 800 465-1754

APSAM • Septembre 2021

