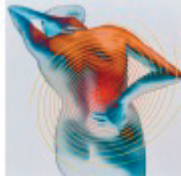


Votre médecin du travail vous informe...

II- MANUTENTION

1- manutention de sacs : aide mécanique à la manutention recommandée (diable, chariot), éviter les piles trop hautes



2- le dépotage est une opération très contraignante pour la posture de la colonne vertébrale du fait de flexions importantes : REDUIRE les courbures du dos en agissant surtout sur les actions annexes à cette opération :

- effort de coupe et port de la pâte,
- transfert latéral plutôt qu'une rotation pour déposer

la pâte dans les bacs

- pétrin à une bonne hauteur
- pétrin basculable qui supprime l'opération de

dépotage

3- transport et rangement des planches

- distance de transport réduite
- possibilité d'utiliser un chariot
- manutention de la planche par 2 personnes si possible

- éviter torsion et flexion du dos par le pivotement des pieds ou la flexion des jambes et en rapprochant la charge du corps

III -TRAVAIL EN POSITION DEBOUT

- plan de travail réglé plus bas que hauteur des coudes mais avec une hauteur permettant de tenir le dos droit (si réalisation d'efforts avec les bras) : entre 75 et 95 cm

- dégagement suffisant au niveau des pieds pour pouvoir se rapprocher le plus possible du plan de travail

III- CHUTES DE PLAIN PIED

- porter des chaussures anti-dérapantes
- nettoyer dès que possible les surfaces ou dépôts alimentaires
- ne pas courir ; éviter les gestes précipités

IV- LUTTE CONTRE CHALEUR ET BRÛLURE

- boire régulièrement au cours du travail
- positionner sa zone de travail à distance des fours
- tenue de travail adaptée
- entretien des machines

V- LUTTE CONTRE LE RISQUE D'INCENDIE ET D'EXPLOSION

- contrôle des extincteurs périodique
- extincteurs visibles et accessibles
- issues de secours dégagées
- consignes de sécurité
- interdiction de fumer
- nettoyage périodique des cheminées et fours

VI- LUTTE CONTRE LE BRUIT

- achat de matériel silencieux
- séparation des machines et appareils bruyants du fournil
- fournir protections individuelles le cas échéant

VII- SOMMEIL- NUTRITION

- avoir un rythme régulier pendant la semaine de travail
- se coucher plus tôt la veille de travail par rapport aux jours de congés
- faire des siestes
- le soir, manger au moins 2 heures avant d'aller se coucher en évitant alcool et aliments riches en graisses
- éviter le sport avant le coucher

VIII- VOS CONTACTS :

Votre médecin du travail et son équipe technique
CMIST : 04 66 30 25 79
Le Chantilly,
Avenue du Général de Gaulle
30100 ALES

La CRAM : 04 67 12 95 30

emist
Service Interentreprises de Santé au Travail



**LES RISQUES
PROFESSIONNELS**

LES SOLUTIONS

PASSÉS AU CRIBLE.....

Votre médecin du travail vous informe...

- LES RÉACTIONS ALLERGIQUES AUX POUSSIÈRES DE FARINE :



STOP A LA FATALITE

Le niveau d'empoussièrlement des locaux est le facteur déterminant de la survenue d'une pathologie allergique

1- Possibles à tout moment de la vie professionnelle

2- Les signes d'alerte :



- éternuements
- nez qui coule
- picotements du nez, gorge
- conjonctivite
- asthme



Attention aux crises d'asthme et/ou gêne respiratoire au travail mais également après le retour au domicile

-L'asthme peut guérir au tout début mais persiste le plus souvent

3- Les différents constituants de ces poussières ou allergènes

- les farines : également irritantes, elles font le lit des allergies
- les enzymes : principalement l'alpha amylase
- les contaminants de la farine: les acariens, les moisissures, les blattes

4- Les opérations les plus exposantes :

- l'alimentation du pétrin
- le pétrissage surtout au début
- le fleurage

5- Que faire ?

- EVALUER LE RISQUE ALLERGIQUE AVEC VOTRE MEDECIN DU TRAVAIL

- point de départ de toute démarche qui incombe à l'employeur
- c'est l'importance de l'exposition qui est le facteur déterminant dans la survenue des allergies :

il faut donc diminuer le niveau d'empoussièrlement

Aide financière possible (CRAM)

- **- SÉPARER** les locaux des lieux de travail en zones à poussières (fournil, local de stockage) et sans poussières (habitation, magasins de vente, vestiaires)

- AU CHARGEMENT DU PÉTRIN :

- si la boulangerie est équipée d'un silo: utiliser une manche longue
- si cuve à pétrin: mettre d'abord l'eau puis la farine.
- sacs de farine: ouvrir le sac avec des ciseaux, éviter de le déchirer, le vider précautionneusement au fond de la cuve, près du corps, bras pliés, le remonter doucement, éviter de le secouer fortement et surtout de le taper, le plier doucement ou le rouler; éliminer les sacs une fois vidés.

- LORS DU PÉTRISSAGE :

- lancer le pétrin à petite vitesse
- ne pas rester à côté du pétrin lors des 3 à 5 premières minutes
- utiliser un pétrin à capot plein

- LORS DU FLEURAGE :

- utiliser un minimum de farine
- utiliser une farine de fleurage, et un tamis au plus près du plan de travail.
- si fleurage manuel, poser la farine au plus près du plan de travail ou au fond d'un bac, voire l'étaler à la main sans la projeter
- possibilité d'utilisation de matériel permettant de réduire les quantités de farine de fleurage dégagées dans l'atmosphère: diviseuse anti-projection, farineur automatique.

- **- ÉVITER** de secouer les couches ou avoir des couches pour les produits farinés et d'autres pour les produits non farinés.

- **- DÉPOSER** les pâtons sur les plans de travail (tours, planches) au lieu de les jeter.

- **- NETTOYER LE PLAN DE TRAVAIL** avec une raclette large

SURTOUT PAS DE SOUFFLETTE

- **- NETTOYAGE DU FOURNIL** à l'aspirateur ou à la raclette humide

SURTOUT PAS DE BALAI

- **- HYGIÈNE CORPORELLE :** douchez- vous en fin de poste sur le lieu du travail et laissez votre tenue de travail au vestiaire

NE RAMENEZ PAS LA FARINE CHEZ VOUS