



## L'ERGONOMIE SUR LE LIEU DE TRAVAIL



Ces dernières années, l'assurance-accidents a constaté une inquiétante montée des pathologies professionnelles dues à une organisation de travail inadaptée à la physiologie humaine. Dans la majorité des cas, il s'agit de troubles musculo-squelettiques (TMS), affections qui regroupent toutes sortes de douleurs qui surviennent au niveau des membres, du dos ou du cou. S'y rajoutent des problèmes de concentration, d'ouïe ou de vision. Le problème est de taille, puisqu'il s'agit de diminuer les nuisances au travail et autres arrêts-maladie en vue de promouvoir la sécurité et la santé sur le lieu du travail.

### L'ergonomie – de quoi s'agit-il ?

L'ergonomie traite de l'adaptation des conditions de travail aux capacités et caractéristiques de la personne active, et des capacités d'adaptation de cette personne à sa fonction.

L'ergonomie ne se préoccupe pas seulement de l'adaptation des équipements de travail aux dimensions corporelles; elle s'intéresse aussi à une organisation du travail à mesure humaine ainsi qu'au contenu et à l'environnement du travail.

### L'ergonomie – à quoi sert-elle ?

Les postes de travail mal agencés peuvent provoquer des douleurs physiques. Ce problème concerne toutes les branches et tous les postes de travail, qu'il s'agisse du travail à une machine, dans un bureau, à la chaîne, de montage ou derrière un comptoir de commerce. Les douleurs physiques modifient fortement le rendement des travailleurs concernés et occasionnent des jours d'absence. Dans les cas extrêmes, un agencement inadéquat du poste ou du travail peut conduire à une incapacité de travail et à une invalidité, ce qui pèse sur les comptes de l'entreprise comme sur la société dans son ensemble.



Des postes de travail et des processus de travail ergonomiques constituent les conditions premières du bien-être des travailleurs durant l'exercice de leur activité professionnelle. Un agencement du travail adapté aux capacités et aux besoins du travailleur réduit les sollicitations physiques, ralentit l'apparition de la fatigue et augmente la motivation. Tous ces éléments ont une influence positive sur la qualité, le rendement et la productivité du personnel.

### L'ergonomie – que coûte-t-elle ?

Lorsque l'ergonomie est prise en compte dès la phase de planification et d'installation des postes de travail, les surcoûts sont en général inexistantes ou très faibles. En revanche, lorsqu'il est nécessaire d'améliorer ultérieurement les équipements et les postes de travail sur le plan ergonomique, il faut souvent s'attendre à des coûts et à des pertes d'exploitation. Toutefois, même dans ce cas-là, les investissements requis sont amortis rapidement dans la plupart des cas. En effet, un





## CONTACT

ASSOCIATION D'ASSURANCE  
CONTRE LES ACCIDENTS  
Service de prévention

125, route d'Esch  
L-2976 LUXEMBOURG

Tél. : 26 19 15 - 2201  
prevention@secu.lu  
www.aaa.lu

aménagement ergonomique du travail occasionne en général des économies importantes réalisées grâce à la baisse du nombre des accidents et des maladies et à l'augmentation de la productivité fournie par un personnel en meilleure santé et plus motivé.

(Source: suvaPro)

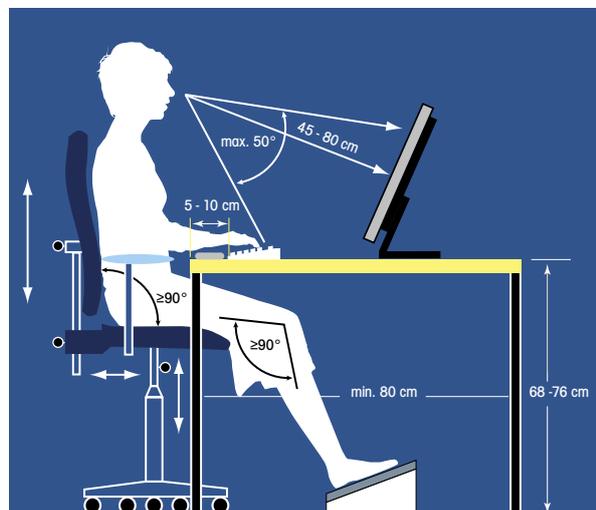
### Exemple pratique: L'ergonomie appliquée aux postes de travail à l'écran:

#### Ecrans:

- Reflets et réverbérations: ne pas positionner l'écran face à la lumière mais le placer perpendiculairement à la fenêtre; le cas échéant, utiliser un écran anti-reflet muni d'un marquage CE.
- Le réglage de l'affichage doit être de préférence positif (texte foncé sur fond clair).

#### Tables:

- La hauteur des tables fixes doit être de 72 cm, si possible adaptée à la taille des employé(e)s. L'espace sous la table doit être suffisant pour ne pas gêner les jambes.
- La surface de la table doit avoir une longueur d'au moins 1,20 m et une largeur de 0,80 m. La superficie minimale des tables associées est de 1,28 m<sup>2</sup>.
- Pour éviter les reflets, utiliser de préférence des tables dotées d'un revêtement mat aux tons clairs plutôt que sombres.



Exemple ergonomique d'un poste de travail à l'écran

#### Sièges:

- Utiliser des sièges réglables en hauteur, à 5 pieds, à roulettes avec frein, avec assise rotative et réglable en hauteur et avec dossier inclinable et réglable en hauteur.

#### Champ de vision:

- Distance visuelle par rapport à l'écran entre 45 et 60 cm.
- La ligne de texte supérieure de l'écran doit constituer la ligne de lecture horizontale.

#### Eclairage:

- Eclairage nominal pour l'éclairage général d'une intensité d'au moins 500 lux.
- Installer l'éclairage parallèlement à la fenêtre.
- La lumière diffusée par les tubes fluorescent pourra varier d'un blanc neutre à un blanc chaud.
- Les lampes ne doivent pas scintiller ou clignoter.

#### Bruit:

- Utiliser des appareils (telle qu'imprimante) silencieux ou les installer dans des locaux séparés. Le niveau sonore dans la salle doit être inférieur à 55 dB(A).

### Que disent les prescriptions de prévention des accidents ?

Chapitre «Prescriptions générales»

#### § 15 «Lieux de travail»

Les lieux de travail doivent être aménagés, conçus et entretenus de manière à permettre un travail en sécurité. Ceci vaut notamment pour les matériaux, les dimensions, la solidité, la stabilité, la surface de travail, la sécurité à la marche, l'éclairage et l'aération et en ce qui concerne la protection contre les influences nocives de l'environnement et les risques provenant de tiers.



**Le service de prévention des accidents de l'Association d'assurance contre les accidents est à votre disposition pour vous conseiller en la matière.**

