

ERGONOMIE AU POSTE DE TRAVAIL



L'ergonomie est l'étude scientifique des conditions de travail, particulièrement des interfaces hommes-machines. Les ergonomes contribuent à la conception et à l'évaluation des tâches, des machines et des outils, des produits, des environnements et des systèmes organisationnels en vue de les rendre compatibles avec les besoins économiques de l'entreprise et les compétences et les limites physiologiques et psychologiques de leur personnel.

- L'ergonomie traite de l'adaptation des conditions de travail aux capacités physiques de l'employé, et de ces capacités d'adaptation à sa fonction.
- Mais, l'ergonomie ne se préoccupe pas seulement de l'adaptation des moyens de travail aux dimensions corporelles; elle s'intéresse aussi à l'organisation du travail, ainsi qu'au contenu et à l'environnement du travail.

L'ergonomie est donc la discipline qui rassemble les connaissances sur le fonctionnement de l'homme en activité de travail afin de l'appliquer à la conception des tâches, des machines, des outillages, des bâtiments et des systèmes de production.

L'intervention de l'ergonome peut se situer soit au stade de la conception (de l'objet, du poste de travail ou de l'installation, de l'atelier, du processus...), soit en correction d'un poste suite à un accident du travail ou une maladie professionnelle. Il peut aussi s'agir d'aménager un poste de travail pour l'adapter à un handicap de l'opérateur, ou lorsque les objectifs visés par l'entreprise ne sont pas atteints (qualité ou productivité insuffisante...)

Des postes d'ergonomes existent dans de grandes entreprises, quelquefois dans des services de médecine du travail avec la mise en place de l'interdisciplinarité, dans les cabinets de consultants en ergonomie.

Plusieurs maladies professionnelles sont dues entre autres à une mauvaise ergonomie au poste de travail.

Par exemple, les TMS (troubles musculo-squelettiques) sont provoqués par les gestes répétitifs, associés à des efforts excessifs et des postures extrêmes. C'est donc le déséquilibre entre les capacités du salarié et les sollicitations auxquelles il est exposé qui va créer les TMS.

Les troubles musculo-squelettiques (TMS) touchent en France 15% des salariés environ et, en particulier le mal de dos (cervicalgies et lombalgies), les tendinites du poignet (syndrome carpien), du coude, ou de l'épaule, les affections des vaisseaux sanguins des jambes ...

La conception de postes de travail ergonomiques permet de gagner à la fois en productivité pour l'entreprise et en confort et sécurité pour les employés.

C'est pourquoi il est important de réfléchir aux améliorations que l'on peut apporter aux postes de travail.

Sur le plan économique :

Si on ne tient pas compte de l'ergonomie, les conséquences peuvent être l'absentéisme, le turn-over excessif, la perte de performance, l'allongement des délais de production.

L'ergonomie permet des gains de productivité, parce que :

- les postes de travail conçus de façon ergonomique ont une influence positive sur la motivation et le rendement des collaborateurs.
- sur des postes de travail conçus de façon ergonomique, il y a moins d'accidents du travail et de maladies professionnelles, et, par conséquent, moins de journées d'absence.

Sur le plan du confort et de la sécurité :

Le respect des principes d'ergonomie visuelle et posturale, dans la conception de l'espace de travail, permet d'assurer le confort des utilisateurs et d'éviter la fatigue liée à des inadaptations et génératrices d'accidents.

Il y a aussi des contraintes réglementaires de l'ergonomie au poste de travail : les exigences de sécurité et de santé selon la directive 98/37/CE & 2006/42/CE

L'évolution considérable des situations et conditions de travail liées aux exigences de productivité constantes dans l'entreprise nécessite une vigilance ergonomique accrue des postes de travail.

Les nombreux paramètres d'aménagement des postes de travail

Parmi les nombreux paramètres à prendre en compte lors de l'analyse d'un poste de travail on peut citer :

- Les dimensions du poste de travail
- Les espaces pour les mouvements et les distances de sécurité
- Les postures forcées
- Le levage de charges
- La surveillance et la maintenance des installations
- Les modes opératoires et les moyens de travail
- La formation
- L'environnement de travail
 - la température de l'air, son déplacement et son humidité, ainsi que par la température à la surface des locaux et des installations
 - le type d'éclairage, l'intensité lumineuse et l'angle d'incidence de la lumière doivent être adaptés aux besoins visuels.
 - l'ordre et de la propreté dans l'environnement de travail
 - les vibrations mécaniques transmises aux membres et au corps entier
 - le niveau de bruit au poste de travail
 - les champs magnétiques et électriques et l'électricité statique

Ergonomie du poste de travail industriel

L'objectif est d'offrir aux opérateurs la possibilité d'ajuster leur poste de travail selon leurs caractéristiques morphologiques, les tâches à réaliser et le produit ou l'équipement à réparer ou à assembler.

Le milieu industriel a une quantité de réglementations et de normes, issues surtout de la sécurité des personnes et des matériels qu'il convient d'abord de respecter au niveau du poste de travail.

Ensuite, le poste de travail conçu de façon ergonomique permet d'optimiser l'activité de l'opérateur en fonction des tâches à réaliser, de minimiser ses gestes.

Le matériel pour les postes de travail industriel

Le mobilier ergonomique envahit maintenant les ateliers :

- Les postes de travail complets (chaise, établi, pupitre, tiroirs et étagères, éclairage et alimentation électrique, repose pieds, appui-bras...) ergonomiques et réglables en hauteur, modulables allant du poste standard à du sur mesure grâce à l'intégration d'accessoires spéciaux tels que porte-outils, passage de câbles, dissipation des charges électrostatiques etc...
- les sièges ergonomiques très robustes pour poste de travail destinés à une utilisation intensive en milieu industriel avec système modulaire permettant d'innombrables solutions adaptées à tout poste de travail
- Les tapis antifatigue qui permettent un travail en station debout prolongée tout en évitant les TMS et les problèmes de circulation sanguine.
- Les caillebotis de sécurité en bois qui augmentent la sécurité des opérateurs en station debout et protègent les sols industriels
- Les chariots ou dessertes d'atelier ergonomiques, maniables et légers
- Le logiciel de simulation d'opérations manuelles et d'ergonomie des postes de travail

Attention néanmoins, si l'ensemble de ces matériels ont bien été conçus de façon ergonomique, il convient toutefois de vérifier préalablement la parfaite adaptation de ces éléments aux spécificités des postes, conditions et activités de travail pour lesquels ils sont destinés.

Ergonomie du poste de travail de bureau

Le bureau, comme les autres lieux de travail, comporte des risques pour la santé et la sécurité des employés : problèmes liés à la vision, à la posture, aux conditions environnementales, à la sécurité et à la conception ou l'aménagement des mobiliers et des équipements.

Le poste de travail, composé de la table et du siège, doit se caractériser par sa fonctionnalité et son ergonomie, pour répondre aux besoins des utilisateurs dans leur activité au quotidien. Ce poste de travail constitue la pièce incontournable de l'aménagement des espaces tertiaires.

L'omniprésence de l'usage des ordinateurs de bureau conduit aussi à de nombreuses pathologies (douleurs musculaires ou articulaires, fatigue oculaire) si on ne respecte pas certaines contraintes ergonomiques. Ce danger augmente considérablement quand l'employé passe plus de quatre heures par jour devant son écran, ce qui est désormais fréquent.

Une bonne posture, de bonnes habitudes et un environnement de travail adéquat peuvent aider à minimiser efficacement ces maux, de même il faut éviter le plus possible les mouvements répétitifs et respecter les temps de pause.

On note aussi qu'il faut éviter d'utiliser les ordinateurs portables hors les usages occasionnels (voyages, réunions) sans les aménagements qui consistent à lui adjoindre un écran large, clavier et souris ergonomiques. À peu près aucune des conditions minimales d'ergonomie n'est en effet respectée avec les ordinateurs portables.

Le matériel pour les postes de bureau

- Sièges Ergonomiques : chaises et fauteuils dont l'assise et le dossier suivent les mouvements du corps pour une position assise dynamique et confortable.
- Mobilier Ergonomique : bureaux et meubles de rangement.
- Accessoires de travail sur écran qui permettent d'optimiser la position du salarié: repose pied et repose poignets, releveur d'écran, filtre écran, clavier et souris ergonomiques.

Les Cabinets de Conseils et Bureaux d'études en Ergonomie du poste de travail

De très nombreux cabinets de conseil proposent leur assistance à la conception, l'audit de l'ergonomie des postes de travail.

L'étude ergonomique des postes de travail se fonde sur une analyse du travail des opérateurs. Cette analyse consiste notamment à décrire la succession des actions qu'ils effectuent.

Grâce à une approche psycho-ergonomique des difficultés rencontrées par les opérateurs dans l'application des règles de sécurité, les Préventeurs peuvent alors distinguer quels facteurs sont impliqués dans ces situations.

Les prestations des cabinets de conseils concernent en particulier la réalisation de diagnostics : analyse du contexte et des besoins liés à l'ergonomie des postes de travail, de l'environnement, de l'organisation et de tous les éléments susceptibles d'affecter la qualité des opérations (perception, confort de leur milieu, facteurs d'ambiance, usage des équipements, sécurité, etc.).

De l'analyse des besoins découlera une proposition quant aux postes de travail, aux choix d'équipements et au plan d'aménagement du secteur concerné de l'usine ou des bureaux

