vous guider

Pour réduire les risques de vibrations au volant

Engins agricoles

santé
famille
retraite
services

www.msa.fr

L'essentiel & plus encore

Pourquoi les vibrations sont nuisibles à ma santé ?

Les vibrations peuvent provoquer des troubles physiques

Troubles visuels
perte d'acuité, diminution de la perception du relief et des mouvements

Troubles digestifs
perte d'appétit, constipation

Troubles vertébraux
lombalgie, hernie discale

Si ces troubles apparaissent, je consulte le médecin du travail de ma MSA.

Les vibrations augmentent aussi les risques d'accident :

- **L'inconfort** provoque une perte de vigilance
- **Les vibrations** accélèrent l'usure du matériel agricole

Lombalgies

L'AVIS DU MEDECIN DU TRAVAIL

Les lombalgies liées aux vibrations sont reconnues depuis 1999 comme maladie professionnelle. Depuis, le nombre de reconnaissances de ces pathologies est en constante augmentation. Elles génèrent en moyenne un arrêt de travail de plus d'un an. Elles peuvent se traduire par de multiples symptômes : raideur au réveil, lourdeur, douleurs diffuses, douleurs franches et précises, impression d'instabilité…

Réduire l'e
aux vibr
j'adopte les b

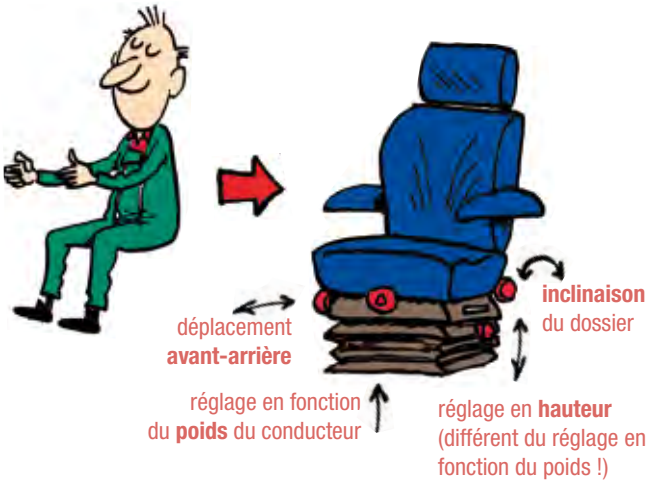
Je change mes habitudes de travail

- Je réduis ma **vitesse**
- Je conduis **sans à-coup**
- **J'évite de traverser frontalement les ornières** de traitement du champ
- J'aménage mon rythme de travail par une **rotation des tâches**
- Je prévois des **temps de récupération**
- J'adopte une **bonne hygiène de vie** (manger équilibré, faire du sport…)

J'entretiens et je règle mon matériel

- Je contrôle mes **amortisseurs**
- J'adapte la pression de mes **pneus** en fonction de la tâche

Je règle mon siège en fonction de ma morphologie. Et si j'ai des doutes, je demande conseil.



Entretien

L'AVIS DU CONSEILLER MACHINISME

Les suspensions sont encore souvent absentes sur les tracteurs. Ce sont généralement les pneumatiques qui assurent cette fonction. Pour réduire les vibrations, la pression des pneumatiques doit rester la plus basse possible, dans la limite des normes constructeur. Une usure importante de l'anneau d'attelage provoque des à-coups pénibles pour votre dos si l'anneau n'est pas compatible avec son piton d'attelage. L'utilisation d'attelage à rotule est une excellente solution pour réduire ces chocs.

exposition
rations :
bons réflexes

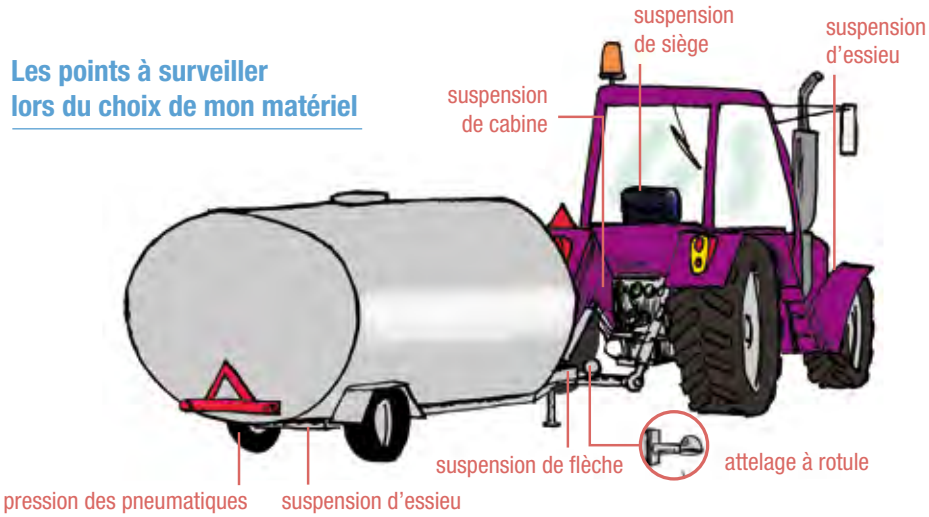
J'aménage la zone d'évolution des engins

- **Je nivelle les nids de poules** dans les chemins d'accès aux parcelles
- Je respecte les sols pour éviter les ornières
  (intervention sur sol portant, utilisation de pneus basse pression, jumelage…)

J'utilise un matériel adapté

- Je privilégie le matériel **le moins vibrant possible**
- **Je réserve mon tracteur le plus confortable** aux travaux les plus fréquents et les plus longs : alimentation du bétail, manutention…
- Je choisis des équipements facilitant **une posture confortable de travail :**
  - Assise avec soutien du dos
  - Assise tournante
  - Volant réglable en hauteur
  - Aide visuelle (caméra, rétroviseur…)

Les points à surveiller lors du choix de mon matériel



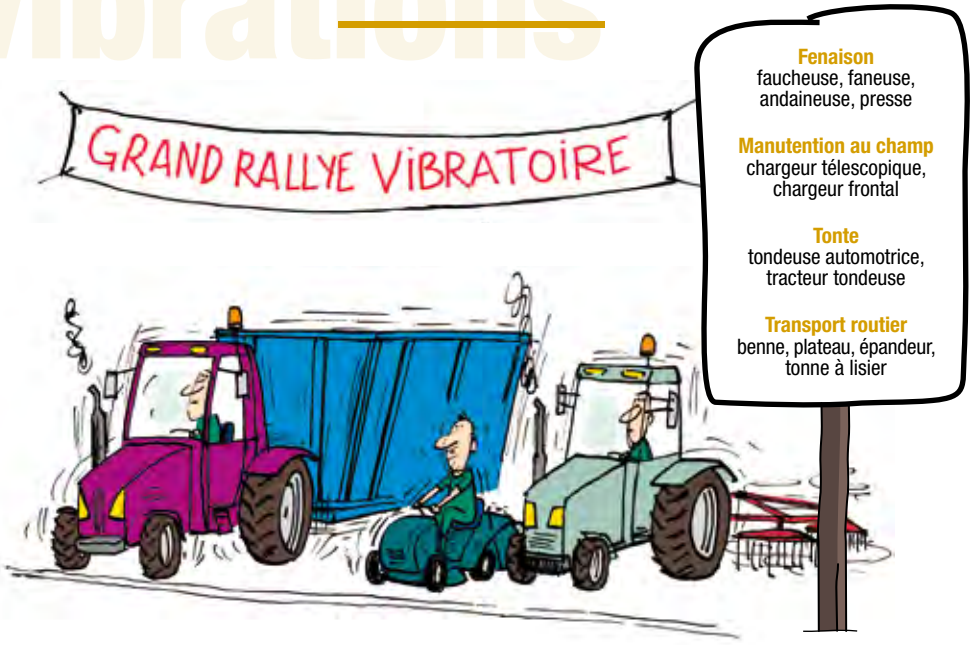
Confort

L'AVIS DU CONSEILLER EN PRÉVENTION

Le choix d'un siège homologué est un gage de qualité. Dans ce cas, une étiquette de conformité (généralement située sous l'assise) vous permettra de connaître l'engin pour lequel le siège est destiné.

Classe I : masse à vide jusqu'à 3600 kg
Classe II : masse à vide de 3600 à 6500 kg
Classe III : masse à vide de plus de 6500 kg

Les travaux générant le plus de vibrations



Facteurs aggravants

Les vibrations augmentent si :

- Ma vitesse est élevée
- Mon engin est dépourvu de dispositif de suspension
- La surface de roulement est irrégulière
- La masse de l'engin est faible

Ma sensibilité augmente si :

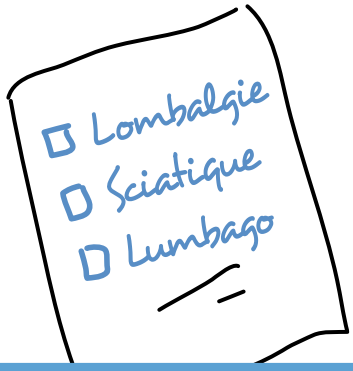
- Je travaille dans le froid
- Je travaille dans une posture contraignante
- J'ai déjà subi un traumatisme du dos
- Je suis stressé
- Je porte régulièrement des charges lourdes

L'AVIS DE L'ERGONOME

Au dessus d'un certain seuil (0,5 m.s^{-2}), les constructeurs doivent déclarer les niveaux vibratoires émis par leurs machines dans les notices d'instruction. Avant d'acheter, comparez mais sachez toutefois que les niveaux déclarés sous-estiment bien souvent la réalité.

Vous conduisez des engins agricoles ? Vous risquez un mal de dos.

Pour éviter de souffrir, réduisez votre exposition aux vibrations.



CE QUE DIT L'INSPECTEUR DU TRAVAIL

Depuis 2005, le niveau d'exposition des salariés aux vibrations est encadré par le Code du Travail. Sont ainsi définies :
- **une valeur d'action** au-dessus de laquelle des mesures de prévention doivent être mises en place par l'employeur (0,5 $m.s^{-2}$ sur 8 heures d'exposition),
- **une valeur limite** qui ne doit impérativement pas être dépassée (1,15 $m.s^{-2}$ sur 8 heures d'exposition).

Les employeurs de main d'œuvre doivent **évaluer ce risque** et être en mesure d'en présenter les résultats aux représentants du personnel, au médecin du travail ou au préventeur et à l'inspection du travail.

Les conseillers en prévention et médecins du travail de votre MSA sont là pour vous aider à trouver des solutions de prévention adaptées à votre situation.
Contactez-les, n'hésitez pas !

msa santé famille retraite services
L'essentiel & plus encore

Réf : 11127 - 07/2013 - Illustrations : Michel Cambon.