



**l'Assurance
Maladie**
RISQUES PROFESSIONNELS



Prévenir le mal de dos

**DANS LE SECTEUR DE LA COLLECTE
ET DU TRI DES DÉCHETS**

PRÉVENIR LE MAL DE DOS DANS LE SECTEUR DE LA COLLECTE ET DU TRI DES DÉCHETS

En France, chaque année, le mal de dos est à l'origine de près de 100 000 journées de travail perdues

dans le secteur de la collecte et du tri des déchets, soit l'équivalent de près de 500 emplois à temps plein. Plus d'un accident du travail sur cinq reconnus dans ce secteur est lié à une lombalgie. La première cause ? Le port ou transport de charges.

Le coût humain du mal de dos se double d'un coût économique élevé, en augmentant les cotisations accidents du travail / maladies professionnelles (AT/MP) des entreprises. À ces frais viennent s'ajouter des coûts indirects comme la perte de productivité, le remplacement des salariés absents, la désorganisation du travail...



Mal de dos

=

100 000

journées de travail perdues



Cotisations AT/MP

> Prévenir les risques et mieux prendre en charge les salariés atteints de mal de dos est un véritable défi face auquel employeurs, salariés et professionnels de santé doivent rester mobilisés. **Des solutions existent.**



LES ACTIONS POUR PRÉVENIR LE MAL DE DOS DE VOS SALARIÉS

► **Facilitez le travail en équipe**, qui offre des possibilités d'entraide.

► **Assurez une bonne maintenance** des équipements pour économiser les efforts de vos salariés.

► **Formez et informez vos salariés** sur les différents risques et comment les éviter ou les réduire (formations en prévention des risques liés à l'activité physique – Prap).

Dans les activités de collecte de déchets

► **Organisez le travail** : allouez le temps nécessaire, évitez les organisations du type « fini-quitte » ou « fini-parti », instituez des temps de pause.

► **Organisez les tournées avec le donneur d'ordre** :

- pour limiter le tonnage collecté quotidiennement par un opérateur ;
- pour diminuer les manutentions en proposant par exemple au donneur d'ordre d'installer des points de collecte collectifs, de privilégier les conteneurs roulants plutôt que les sacs chez les particuliers ;
- pour diminuer les montées/descentes de cabines à l'origine de nombreuses chutes de hauteur.

► **Adaptez la tournée** en fonction de la modalité de collecte (mono- vs bi-ripage).

► **Privilégiez des véhicules avec des cabines basses et des sièges ergonomiques** pour diminuer les chutes de hauteur, les efforts physiques, les secousses et l'exposition aux vibrations.

Dans les centres de tri

► **Organisez le travail** en allouant le temps nécessaire à l'opération de tri (ajustement de la vitesse par tapis de tri par exemple), en alternant les tâches, et instituez des temps de pause.

► **Prévoyez des postes de travail ajustables** en hauteur et en profondeur et intégrez des espaces pour les jambes sous les convoyeurs.

► **Adaptez les postes de tri** :

- en les équipant de tapis de tri amovibles, de sièges assis-debout ;
- en adaptant l'emplacement des containers placés de chaque côté des postes de travail ;
- en adaptant la largeur des convoyeurs au nombre d'opérateurs de tri ;
- en proposant des divergeurs amovibles à la main des opérateurs ;
- en revoyant l'implantation des goulottes pour limiter les postures contraignantes.

PRÉVENIR LE MAL DE DOS : VOUS N'ÊTES PAS SEUL

Pour mettre en place une démarche de prévention du mal de dos dans votre établissement, **vous pouvez faire appel à plusieurs acteurs.**

Le service de prévention et de santé au travail : votre interlocuteur privilégié

Médecins du travail, infirmiers, ergonomes... Cette équipe pluridisciplinaire vous aide à identifier les facteurs de risques et vous conseille pour mettre en œuvre un plan d'actions (achat de matériel, réorganisation des espaces de travail...) afin de préserver la santé de vos salariés tout au long de leur vie professionnelle.

Le chargé de prévention en entreprise

Il doit évaluer, convaincre et engager des actions de prévention.

Vos salariés et leurs représentants

Ils sont bien placés pour identifier les risques auxquels ils font face et ils peuvent valider les solutions les mieux adaptées à leur pratique professionnelle quotidienne. De plus, en les impliquant, vous susciterez plus facilement leur adhésion.

Les acteurs de la prévention de votre secteur d'activité

Caisses régionales de l'Assurance maladie - Risques professionnels (Carsat, Cramif, CGSS), organisations professionnelles... Ces acteurs peuvent vous aider à mettre en place des bonnes pratiques éprouvées dans votre secteur d'activité. N'hésitez pas à les contacter.



L'Assurance maladie - Risques professionnels a mis en place le programme TMS Pros, une démarche en quatre étapes pour aider les employeurs à identifier, connaître et maîtriser les risques de troubles musculosquelettiques et de mal de dos.

Plus d'informations sur : www.ameli.fr/entreprise/sante-travail/risques/troubles-musculosquelettiques-tms/demarche-tms-pros

UN DE VOS SALARIÉS A MAL AU DOS




1 **Encouragez-le à consulter son médecin** traitant pour qu'il pose un diagnostic, le soulage et contacte le service de prévention et de santé au travail.

2 **Une fois le diagnostic posé,** c'est avec votre **service de prévention et de santé au travail** que vous mettrez en place, de façon temporaire et progressive, les conditions adaptées à son maintien ou à sa reprise du travail, en respectant des limites de contraintes physiques.

3 **Le mal de dos de votre salarié doit également vous alerter** et vous inciter à analyser ses conditions de travail.

4 **N'attendez pas pour mettre en place une démarche collective de prévention** afin de réduire les facteurs de risques de mal de dos au travail.

 **Votre salarié pourra ainsi bénéficier de votre soutien et d'un accompagnement pour poursuivre son activité lorsque c'est possible.**

POUR ALLER PLUS LOIN

www.inrs.fr

Dossier web INRS

- « Lombalgie »

Pages web INRS

- « Collecte des déchets – Prévenir les risques professionnels »

- « Tri et traitement des déchets – Prévenir les risques professionnels »

Information ameli.fr

www.ameli.fr/entreprise/sante-travail/risques/mal-dos/secteurs



Institut national de recherche et de sécurité
pour la prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles
65, boulevard Richard-Lenoir 75011 Paris • Tél. 01 40 44 30 00 • info@inrs.fr

Édition INRS ED 6318

2^e édition (2025) révisée en mai 2025 | 3 000 ex. | ISBN 978-2-7389-2947-1

Conception graphique : Éva Minem - Impression : Monsoise

L'INRS est financé par la Sécurité sociale
Assurance maladie - Risques professionnels

www.inrs.fr   