



Article 25

Charges

- ¹ L'employeur prend les mesures d'organisation appropriées et met à disposition les équipements adéquats, notamment les dispositifs mécaniques, pour éviter que les travailleurs ne doivent déplacer des charges manuellement.
- ² Lorsque le déplacement de charges ne peut être effectué que manuellement, des moyens appropriés doivent être mis à disposition pour le levage, le port et le déplacement des charges lourdes ou encombrantes en vue de permettre une manipulation qui soit sûre et qui préserve la santé.
- ³ L'employeur doit informer les travailleurs des risques liés au déplacement de charges lourdes ou encombrantes et de la manière de lever, de porter et de déplacer correctement des charges.
- ⁴ Il doit informer les travailleurs du poids des charges et de sa répartition.

Le déplacement manuel de charges lourdes implique un risque de santé important pour l'appareil locomoteur et appelle des mesures préventives de protection de la santé. Outre le poids de la charge, de nombreux facteurs jouent un rôle décisif en l'espèce : la distance sur le plan horizontal, la position du corps, la hauteur du déplacement, la distance de transport, la fréquence et la durée de la manutention, la rapidité de mouvement ainsi que les caractéristiques et les possibilités de saisie de la charge. Parmi les facteurs individuels, il faut tenir compte de l'âge, du sexe, de l'expérience et de la forme physique.

L'instrument d'évaluation « Risques pour l'appareil locomoteur »¹ mis à disposition par le SECO permet d'apprécier le risque d'une sollicitation physique excessive des travailleurs lors du déplacement manuel de charges. Cet outil définit des valeurs limites supérieures pour la sollicitation de l'appareil locomoteur à partir desquelles des mesures de protection de la santé doivent être prises. La liste des valeurs limites de la SUVA contient également des valeurs indicatives correspondantes et concordantes de poids maximal, vu que la manutention manuelle de charges peut constituer un risque pour la colonne lombaire et cervicale.²

Alinéa 1

L'évaluation des risques au sein de l'entreprise doit toujours inclure les risques liés au levage et au port de charges.

Afin d'éviter que les travailleurs ne doivent déplacer des charges manuellement, il convient prendre des mesures selon le principe **STOP** :

- **Système** : réduire le poids des charges, d'entente avec les fournisseurs par exemple ;
- **Technique** : mettre à disposition des moyens auxiliaires, par exemple des grues, des bandes transporteuses et des chariots de transport ;
- **Organisation** : adapter les effectifs et les processus de travail ;
- **Personnes** : former et entraîner les travailleurs concernés.

Les valeurs limites doivent aussi être respectées pour le levage, le portage, etc. des patients dans le cadre des soins à domicile et aux personnes

¹ Voir le guide d'utilisation « Instrument d'évaluation – Risques pour l'appareil locomoteur », SECO, Conditions de travail, 3003 Berne, numéro de commande 710.070.f. ou téléchargement du PDF sous www.seco.admin.ch

² Valeurs limites d'exposition aux postes de travail 2015, www.suva.ch/waswo (téléchargement possible). Les valeurs indicatives de poids tolérables sont de 25 kg pour les hommes et de 15 kg pour les femmes. Lors du levage et du port réguliers de charges (respectivement de manipulation), il faut effectuer une détermination des dangers à partir de charges de 12 kg pour les hommes et de 7 kg pour les femmes.



âgées ainsi que dans les hôpitaux. Il faut prévoir suffisamment de personnes afin de pouvoir, à défaut de moyens auxiliaires ou lorsque ceux-ci ne conviennent pas, lever les charges à plusieurs.

Alinéa 2

Lorsque le déplacement de charges ne peut être effectué que manuellement, il faut prendre toutes les mesures techniques, organisationnelles ou personnelles mentionnées à l'alinéa 1 afin de respecter au moins les valeurs indicatives définies dans l'instrument d'évaluation du SECO « Risques pour l'appareil locomoteur ». Les valeurs indicatives tolérables pour les charges sont fixées en fonction de l'âge et du sexe (voir tableau 325-1).

Pour des raisons relevant de la protection de la santé, il peut être nécessaire, en plus des mesures prévues aux art. 23 et 24 OLT 3, de doter les postes de travail en équipements mécaniques tels que ponts roulants, grues, engins de levage, bandes transporteuses, convoyeurs à rouleaux ou à bande à coulisser, plates-formes élévatrices, chariots élévateurs, transpalettes, véhicules transporteurs routiers ou ferroviaires.

Pour les mouvements fréquents avec une charge importante, l'instrument d'évaluation « Risques pour l'appareil locomoteur » définit des limites au-delà desquelles la protection de la santé requise n'est plus assurée. S'il s'avère que les mesures mises en œuvre par l'entreprise ne permettent pas de satisfaire aux exigences du tableau 325-1 et de l'instrument d'évaluation susmentionné **et que le risque ne peut être réduit de façon simple, il convient de faire appel à une personne formée en ergonomie.**

Lorsque des problèmes de santé apparaissent et que ces exigences en matière d'ergonomie ne peuvent être respectées, l'entreprise commandera une analyse détaillée des postes de travail (p. ex. expertise technique selon l'art. 4 OLT 3).

Age	Hommes	Femmes
14 à 16 ans ¹	≤15 kg	≤11 kg
16 à 18 ans	≤19 kg	≤12 kg
18 à 20 ans	≤23 kg	≤14 kg
20 à 35 ans	≤25 kg	≤15 kg
35 à 50 ans	≤21 kg	≤13 kg
Plus de 50 ans	≤16 kg	≤10 kg
Pendant les 6 premiers mois de grossesse ²		≤5/10 kg
A partir du 7 ^e mois de grossesse ²		≤5 kg

Tableau 325-1 : Poids acceptable de charges tenues près du corps

Ces valeurs indicatives sont valables uniquement pour les charges qui peuvent être tenues près du corps, ne sont transportées qu'occasionnellement et pour autant qu'une posture droite et symétrique soit garantie lors du déplacement de la charge ; faute de quoi, le poids de la charge doit être réduit, ou le poste de travail doit être doté d'équipements mécaniques susceptibles d'alléger la tâche. Les critères qu'établit l'instrument d'évaluation du SECO « Risques pour l'appareil locomoteur » pour garantir la protection de la santé sont à respecter en outre si la personne est amenée à déplacer des charges plusieurs fois par jour.

¹ Pour ne pas mettre en péril la croissance, les jeunes doivent bénéficier de temps de repos après avoir réalisé un exercice physique intense, et ce **jusqu'à ce qu'ils aient dépassé l'âge de la puberté. Jusque-là, ils doivent pouvoir bénéficier d'un ou deux jours de travail impliquant peu de sollicitations physiques après avoir effectué un ou deux jours de travail au maximum lors desquels ils en ont eu beaucoup.** Si ce temps de repos est respecté, les muscles et le reste du corps sont à même de s'adapter à la croissance rapide et les troubles de la croissance peuvent être évités dans une large mesure. Les valeurs indicatives indiquées donnent une indication des capacités moyennes mais elles ne prennent pas pleinement en compte les variations individuelles dans le déroulement de la croissance et en ce qui concerne le moment où la puberté intervient.

² Aux termes de l'ordonnance sur la protection de la maternité, le déplacement régulier de charges de plus de 5 kg ou celui occasionnel de charges de plus de 10 kg constituent un travail dangereux ou pénible jusqu'à la fin du 6^e mois de grossesse. Les limites correspondantes s'appliquent au déploiement de force lors de l'utilisation de machines, quelle que soit la direction. A partir du 7^e mois de grossesse, les femmes enceintes ne sont plus autorisées à soulever des charges qu'occasionnellement et les charges en question doivent être inférieures à 5 kg.

Commentaire de l'ordonnance 3 relative à la loi sur le travail

Chapitre 2 : Exigences particulières en matière de protection de la santé

Section 4 : Charges

Art. 25



Art. 25

Les méthodes caractéristiques pour soulever et pour porter des charges (publication Suva 88190 « Test d'ergonomie : levage et transport manuels de charges ») constituent un outil d'analyse des risques simple et rapide. Egalement recommandée en relation avec les installations et les appareils techniques (IAS), la norme européenne EN 1005, partie 2 : Manutention manuelle de machines et d'éléments de machines.

Alinéa 3

Les travailleurs doivent connaître les risques pour la santé de l'appareil moteur liés au déplacement des charges : contractures musculaires, déchirures des muscles et des ligaments, douleurs dans la colonne vertébrale, problèmes de disques intervertébraux, etc.

Les personnes qui déplacent des charges doivent recevoir la directive d'utiliser systématiquement les moyens mécaniques de levage et de transport avant toute tentative de manutention (déplacement ou levage) manuelle. En outre, elles doivent bénéficier d'une instruction appropriée sur l'utilisation de ces moyens (voir aussi l'art. 5 OLT 3, l'art. 6 OPA et la directive CFST No 6512).

Les travailleurs doivent être au courant des techniques de transport manuel adéquates applicables exceptionnellement (ne jamais soulever ou pousser des charges lourdes de manière brusque, les manipuler lentement, travailler à deux, etc.).

Il n'est pas suffisant de former les travailleurs à ces tâches ; encore faut-il s'assurer qu'ils ont compris les directives qui leur sont données et les appliquent.

Alinéa 4

Les charges lourdes doivent être indiquées comme telles.

Ni le poids ni sa répartition ne peuvent être déduits de la dimension et de la forme d'un objet. Si, lorsqu'il est levé, l'objet s'avère plus lourd que prévu ou que son poids n'est pas réparti comme on s'y attend, il peut en résulter une sollicitation excessive ou un accident.