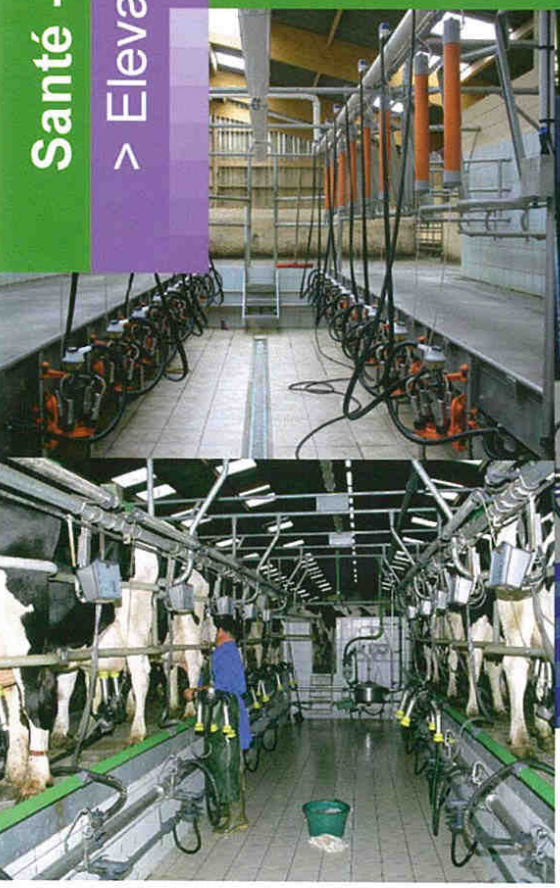
Santé - sécurité au travail

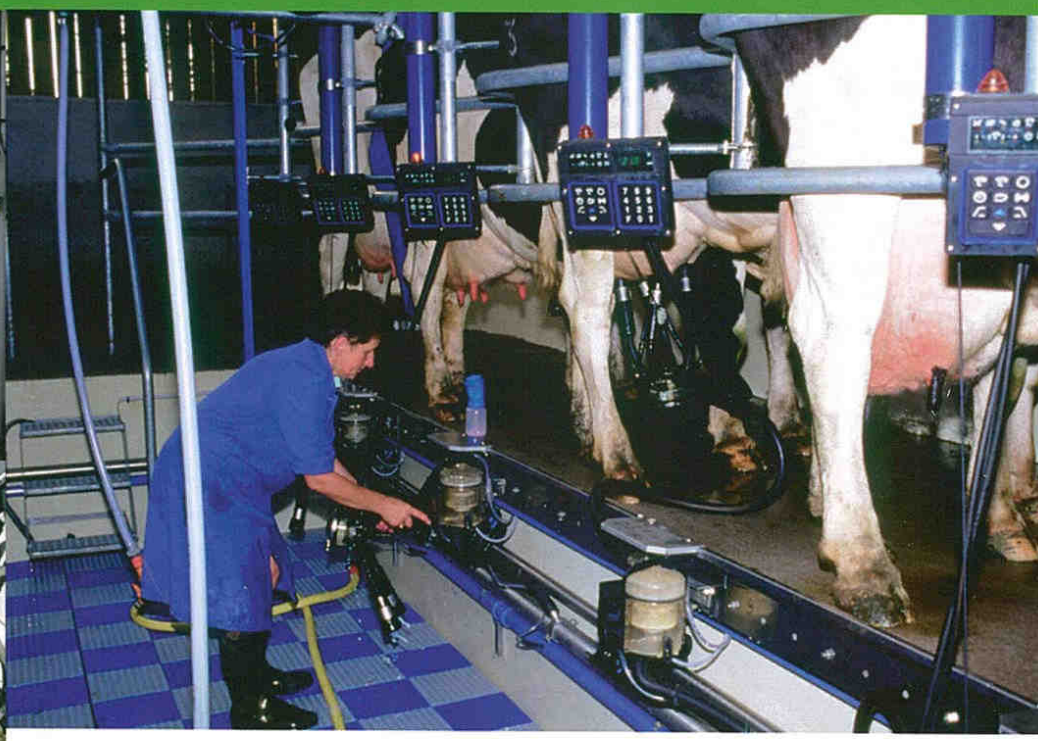
> Elevage bovin lait

# Santé et conditions de travail en salle de traite

Tendinites, douleurs, lombalgies... les troubles musculo-squelettiques (TMS) sont la première cause de maladies professionnelles en France.

Aménager ou concevoir différemment sa salle de traite permet de diminuer les sollicitations physiques.





msa
santé
famille
retraite
services
L'essentiel & plus encore

# Quand les chiffres parlent...

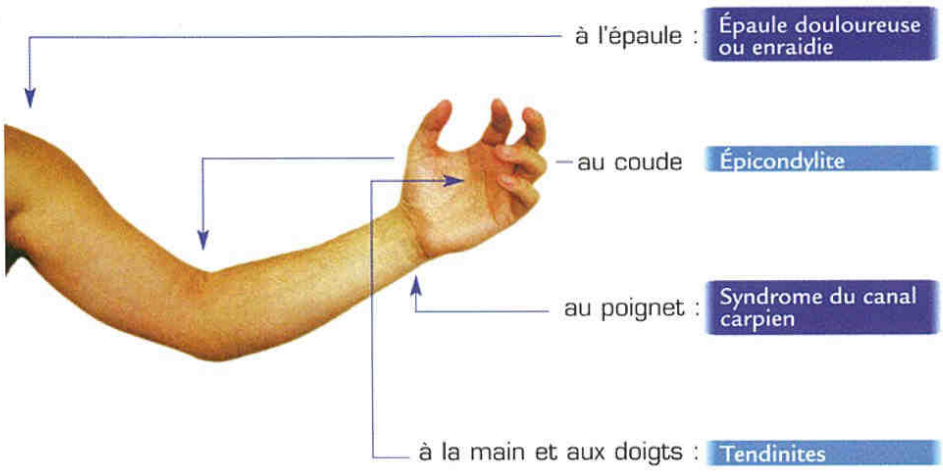
Les maladies professionnelles les plus fréquentes sont les troubles musculo-squelettiques du membre supérieur et les lombalgies. Ces pathologies qui affectent les muscles, les tendons, les nerfs… représentent **94 % des maladies professionnelles reconnues chez les salariés agricoles.**

> Les femmes sont un peu plus touchées que les hommes. Elles exercent des tâches nécessitant des gestes fins et répétitifs des membres supérieurs (par exemple, la traite).

> Le coût moyen de traitement d'un trouble musculo-squelettique est de 17 400 euros (soins de santé, indemnités journalières, hospitalisation, capitaux de rente…).

*(Synthèse nationale CCMSA 2002 – 2006, TMS des salariés agricoles)*

> Au niveau du membre supérieur, les troubles les plus fréquents se situent :



> Les lombalgies sont, quant à elles, la première cause d'invalidité au travail chez les moins de 45 ans.

> Certaines affections chroniques du rachis lombaire, liées aux vibrations et à la manipulation de charges lourdes peuvent être reconnues en maladies professionnelles.

*Chez les exploitants agricoles, 55 % des maladies professionnelles déclarées sont en lien avec la traite, dont 64 % de syndromes du canal carpien.*

*(Données 2002-2007, MSA Mayenne-Orne-Sarthe)*

# Ce qu'il faut savoir...

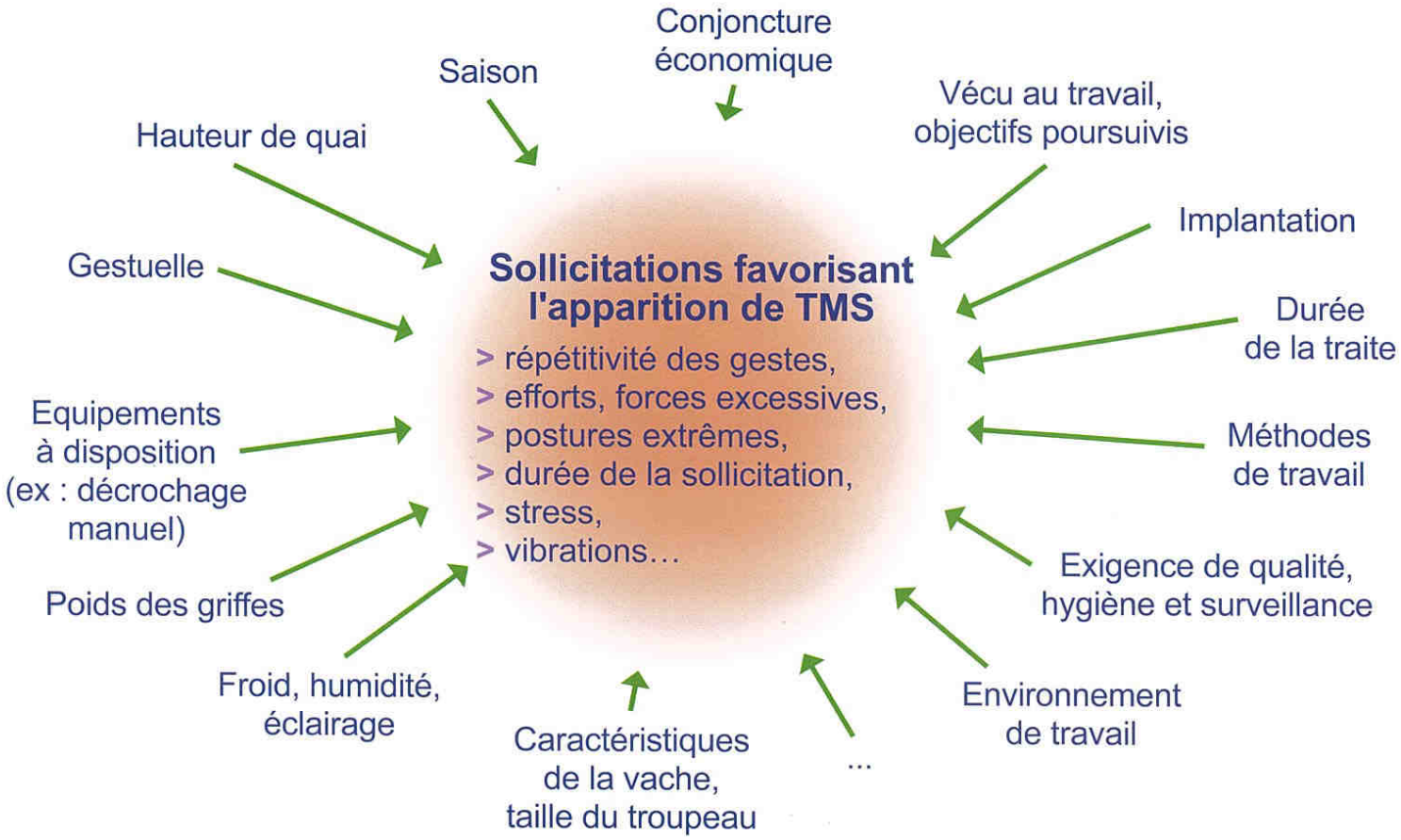
D'une manière générale, l'organisme peut subir des sollicitations multiples :

> répétitivité des gestes,
> postures extrêmes,
> stress,
> efforts, forces excessives,
> durée de la sollicitation,
> vibrations…

Les articulations, les muscles, tendons, ligaments, répondent à ces sollicitations. Mais quand celles-ci sont trop importantes par rapport à nos capacités fonctionnelles (déterminées par l'âge, le sexe, la condition physique), il y a un risque de voir apparaître un trouble musculo-squelettique.

La combinaison des facteurs individuels, professionnels et extra professionnels font que les premiers symptômes peuvent apparaître aussi bien au bout d'une heure de travail qu'au bout de dix ans.

Les origines multiples des sollicitations représentent autant de portes d'entrée pour les actions de prévention.




**Préserver son capital santé**

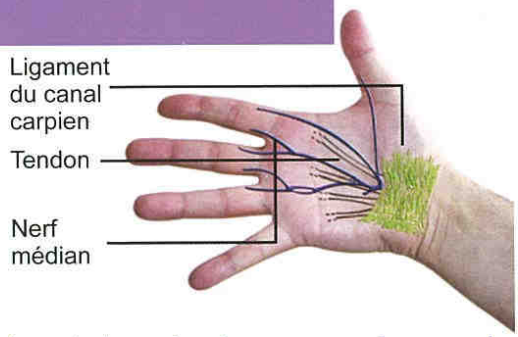
*Une bonne hygiène de vie peut vous aider à prévenir les TMS.*

*Comme chez les sportifs, des mouvements d'échauffement avant la prise de poste, des exercices physiques d'étirements, avant et après le travail, sont recommandés à toute personne qui sollicite fortement sa musculature, ses tendons, ses articulations.*

# Le syndrome du canal carpien

## > Description de la maladie

Le canal carpien est un canal étroit situé au niveau du poignet, et dans lequel passent les tendons des muscles fléchisseurs des doigts, ainsi que le nerf médian. Le syndrome du canal carpien correspond à la compression de ce nerf médian.




Cette compression se traduit par des fourmillements et des douleurs au niveau du pouce, de l'index, du majeur et de la moitié de l'annulaire. Le plus souvent, ces signes apparaissent la nuit. Une aggravation des symptômes peut amener une paralysie des mouvements.

## > Les tâches à risques

D'une manière générale, les tâches à risques sont celles qui comportent de façon habituelle :

- des mouvements répétés ou prolongés d'extension du poignet ou de préhension de la main,
- un appui carpien,
- une pression prolongée ou répétée sur le talon de la main.

**Exemple de tâches en salle de traite :**

- premier jet,
- pré-trempage et désinfection des trayons,
- essorage des lavettes,
- mise en place des gobelets trayeurs,
- maintien de la gâchette du système de lavage…

## > Des pistes de solutions techniques

*> Dépose automatique des faisceaux trayeurs.*

*> Faisceau trayeur avec trempage automatique des trayons.*

*> Portillons à commande électrique.*

*> Utilisation de lavettes individuelles lavables en machine afin d'éviter l'essorage manuel.*

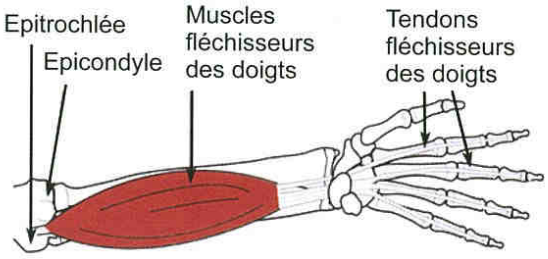
*> Coupure du vide commandée par un bouton poussoir intégré à l'arrière de la griffe.*

*> Pour le lavage des quais, éviter l'utilisation d'un système de lavage haute pression avec gâchette, et privilégier celle d'un surpresseur avec "ouverture rotative du jet" ou type lance incendie.*

# L'épicondylite

## > Description de la maladie

Au niveau de la face externe du coude, se trouve une excroissance osseuse : l'épicondyle. Sur cette zone, s'insère l'ensemble des muscles permettant la rotation de la main vers l'extérieur (supination) et l'extension du poignet et des doigts. Une sollicitation excessive de ces muscles peut entraîner une tendinite localisée (inflammation du tendon).




Cette pathologie entraîne des douleurs importantes localisées à la face externe du coude, principalement lorsque l'on veut visser quelque chose ou porter un objet lourd à bout de bras.

L'épitrochléite, aussi appelée épicondylite médiane, est une pathologie similaire localisée sur la face interne du coude.

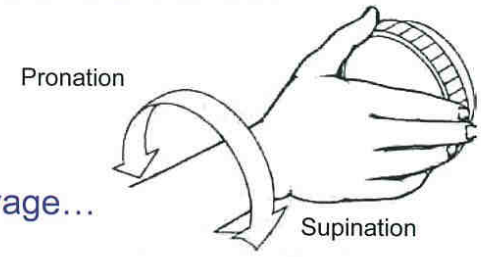
## > Les tâches à risques

D'une manière générale, les tâches à risques sont celles qui comportent de façon habituelle :

- des mouvements répétés de préhension ou d'extension de la main sur l'avant-bras,
- des mouvements de pronation et de supination (rotation de l'avant-bras).

**Exemple de tâches en salle de traite :**

- essorage des lavettes,
- mise en place des gobelets trayeurs,
- ouverture manuelle des portillons,
- dépose des faisceaux sur les plateaux de lavage…




## > Des pistes de solutions techniques

*> Dépose automatique des faisceaux trayeurs.*

*> Portillons à commande électrique.*

*> Griffes facilement manipulables et légères.*

*> Utilisation de lavettes individuelles lavables en machine afin d'éviter l'essorage manuel.*

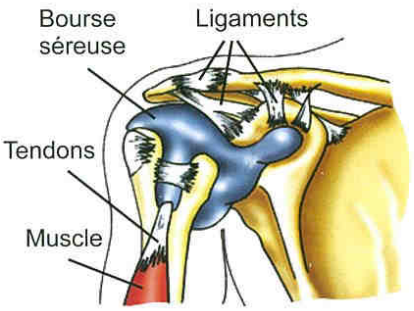
*> Bras de traite (déconseillés avec des vaches nerveuses).*

# Les tendinopathies de l'épaule

## > Description de la maladie

Les tendinopathies recouvrent des pathologies différentes (épaule douloureuse simple, épaule enraidie) qui traduisent avec un degré de gravité variable une souffrance du tendon, depuis son inflammation jusqu'à sa rupture.

Ces pathologies, appelées également tendinites de la coiffe des rotateurs, concernent quatre muscles profonds qui permettent les mouvements du bras.




Le principal symptôme est une douleur sourde et diffuse dans l'épaule, qui irradie souvent dans le haut du bras et parfois dans la cage thoracique. La douleur se ressent lors des mouvements et s'intensifie durant la nuit. L'évolution peut aller vers une perte de mobilité importante.

## > Les tâches à risques

D'une manière générale, les tâches à risques sont celles qui comportent de façon habituelle des mouvements répétés ou forcés de l'épaule :

- tractions prolongées sur l'épaule (port de charges lourdes),
- travail au-dessus du niveau du coeur,
- travail à bout-de-bras...

**Exemple de tâches en salle de traite :**

- manipulation des griffes,
- action sur les boutons de commandes en hauteur,
- ouverture manuelle des portillons,
- pose de l'entrave,
- manutention des seaux…

## > Des pistes de solutions techniques

*> Privilégier les portillons à commande électrique : deux interrupteurs au niveau des quais. En cas d'ouverture manuelle, mettre en place un système de contrepoids pour diminuer les efforts de traction.*

*> Démarrage automatique de la traite couplé au soulèvement de la griffe.*

*> Bras de traite (déconseillés avec des vaches nerveuses).*

*> Faire attention à la hauteur des boîtiers de commandes (compteurs à lait, décrochage automatique).*

*> Adaptation de la hauteur des quais au trayeur : dalle PVC, plancher mobile…*

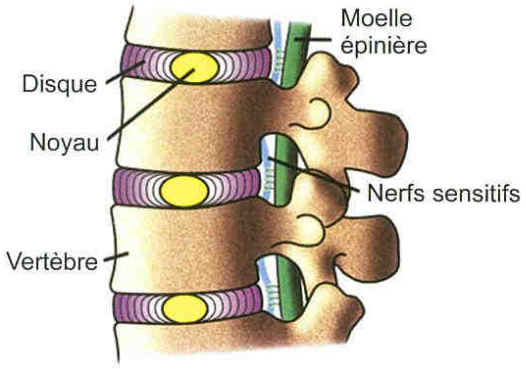
*> Sélection des vaches (ne pas garder une vache nerveuse qui nécessite la pose d'une entrave et donc l'élévation des bras).*

# Les lombalgies

## > Description de la maladie

Les lombalgies se manifestent par des douleurs dans le bas du dos. Elles peuvent être de plusieurs types :

- **chroniques :** douleurs installées depuis plusieurs mois,
- **le lumbago :** douleur violente et brutale qui provoque un blocage musculaire ("tour de rein"),
- **la sciatique :** douleur aigue dans la fesse et / ou dans la jambe, due à une compression du nerf sciatique, qui descend le long de la jambe.




## > Les tâches à risques

D'une manière générale, les tâches à risques sont celles qui comportent de façon habituelle :

- des ports de charges,
- des postures extrêmes, particulièrement les flexions du tronc associées à une rotation (= torsion),
- des vibrations transmises au corps entier.

**Exemple de tâches en salle de traite :**

- le port des bidons,
- la pose des griffes, en fonction de la configuration de la salle de traite : dos en torsion (salle en épi), dos en flexion (quai trop bas) avec charge à soutenir,
- la vidange de la pompe à vide,
- la prise d'éléments posés au sol (lavettes…).

## > Des pistes de solutions techniques

*> Salle de traite de plain-pied avec la laiterie.*

*> Nurserie proche de la salle de traite.*

*> Pot à lait mobile.*

*> Lactoduc secondaire.*

*> Adaptation de la hauteur du quai au trayeur (dalle PVC, plancher mobile…).*

*> Servante sur roulettes ou suspendue.*

*> Plateaux de lavage à distance du sol ou si possible plateaux pliants.*

# Pour aller plus loin...

## Ces sources documentaires sont à votre disposition :

### 11 fiches techniques

*1 - Vers un confort postural en salle de traite*
*2 - Circulation sécurisée des hommes et des animaux*
*3 - Salle de traite de plain-pied, circulation des hommes et des animaux*
*4 - Les glissades*
*5 - Les escaliers*
*6 - Les ambiances sonores*
*7 - Ambiance lumineuse*
*8 - Ambiance thermique*
*9 - Les produits chimiques*
*10 - Nettoyage des sols*
*11 - Laiterie*

**"Ménager son dos"**
*Collection Passeport santé - Réf 9183*

**"Tendinites, prenons-les en main"**
*Collection Passeport santé - Réf 10451*

**Nos coordonnées :**

www.msa-auvergne.fr

Le service Prévention des risques professionnels peut vous accompagner dans vos actions de formation et de sensibilisation du personnel : formations sauveteur-secouriste du travail, zoonoses, gestes et postures... Le catalogue de formation est disponible sur notre site internet.

msa santé famille retraite services

Réalisation MSA Mayenne-Orne-Sarthe - Mars 2009