

# Boulangier



**Du risque ...  
... à la prévention**

service de santé en milieu  
de travail interentreprises  
**de Tarn-et-Garonne**

**smti**

# Poussières de farine

## Une réalité professionnelle pour 130 000 boulangers !



**La farine est la première cause d'allergie respiratoire professionnelle en France**

**Vous êtes peut-être exposé ...**

aux **poussières de farine** durant les activités de fabrication de pain (fleurage, vidage des sacs, utilisation des différentes machines) et de nettoyage.

**C'est la durée et l'intensité de l'exposition aux poussières de farine qui déterminent le risque d'asthme ou de rhinite.**

**Quels risques pour votre santé ?**

**La rhinite allergique** peut se traduire par un écoulement nasal, une sensation de nez bouché, des démangeaisons nasales ou des éternuements. Elle précède le plus souvent l'apparition de l'asthme.

**L'asthme** se traduit par des difficultés à respirer, une toux souvent nocturne et des sifflements respiratoires.



# Quelles précautions prendre ?

## Recommandations aux employeurs

### Garantir une bonne qualité d'air

- ▶ En diminuant les émissions de poussières (machines capotées, procédure d'ouverture et de vidage des sacs...)
- ▶ En introduisant de l'air neuf et en captant à la source les poussières de farine
- ▶ En nettoyant régulièrement les locaux (aspiration)
- ▶ En procédant à des mesurages
- ▶ En mettant à disposition des masques lors des opérations le nécessitant (en dernier recours)

## Recommandations aux salariés

### Lors du chargement du pétrin

- ▶ Videz le sac de farine progressivement **sans le secouer** puis le plier ou le rouler
- ▶ Utilisez une **manche à farine** longue descendant au fond de la cuve

### Lors du pétrissage

- ▶ Utilisez un **pétrin à capot** plutôt qu'avec une grille
- ▶ A défaut de capot plein, mettez en route lentement le pétrin pendant 2 mn
- ▶ Ne restez pas à côté du pétrin lors des 3 à 5 premières minutes

### Lors de la division

- ▶ Fleurez avec une farine à faible dégagement de poussières ou au **tamis**

### Lors du laminage

- ▶ Utilisez un minimum de farine et **fleurez au ras de la table**

### Lors du fleurage du poste de travail

- ▶ Étalez la farine à la main **sans la projeter**
- ▶ Évitez les courants d'air

### Lors du nettoyage

- ▶ Nettoyez le plan de travail avec **une raclette** plutôt qu'à l'aide d'une soufflette
- ▶ Utilisez **un aspirateur** plutôt qu'un balai
- ▶ Lavez les vêtements et le sol régulièrement



# Manutention et organisation

## Gestes et Postures



### Travailler en boulangerie est un métier physique

#### Vous êtes exposé

- À des manipulations de charges lourdes (sac de farine, chariot ...)
- À des gestes répétitifs (façonnage ...)
- À des postures contraignantes (station debout prolongée, dos penché)

**Pensez à préserver votre dos et vos articulations !**

**Postures, ports de charge, gestes répétitifs,  
sont autant de facteurs de risques pour votre santé.**

#### Quels risques pour votre santé ?

Ces facteurs de risques peuvent générer des TMS\* (lombalgies, sciatiques, tendinites) ou des accidents de travail

\* Troubles Musculo Squelettiques



# Quelles précautions prendre ?

## Recommandations aux employeurs

- ▶ Mettez à disposition des aides à la manutention (diable, chariot électrique, monte charge, ...)
- ▶ Privilégiez un conditionnement de la farine en sac **de 25 kgs** plutôt qu'en sac de 50 kg
- ▶ **Aménagez le stockage** de vos sacs en évitant les piles trop hautes
- ▶ Adaptez la hauteur et l'accessibilité des **plans de travail**
- ▶ Optimisez les déplacements (zones de circulation)
- ▶ Limitez les distances de transport
- ▶ Respectez la réglementation du travail des **apprentis\*** (port de charges, etc...)
- ▶ Formez le personnel à la manutention (PRAP, gestes et postures ...) en complément

## Recommandations aux salariés

- ▶ Utilisez au maximum **les aides à la manutention** (diable, chariot)
- ▶ Privilégiez **le travail en équipe**
- ▶ Maintenez un bon état de rangement des locaux
- ▶ Adoptez les bons gestes et postures lorsque c'est possible (fléchir les jambes, dos droit ...)



## \*Réglementation du port de charges

L'article D. 4153-39 du code du travail fixe des limites précises, pour les filles et pour les garçons mineurs, amenés à soulever des charges dans le cadre de leur travail ou de leur formation.

### Limites acceptables du port de charges :

#### Port de charges pour les garçons

- De 14 ou 15 ans : 15 kg
- De 16 ou 17 ans : 20 kg

#### Port de charges pour les filles

- De 14 ou 15 ans : 8 kg.
- De 16 ou 17 ans : 10 kg

# Environnement de travail

## Chaleur, bruit, peuvent générer certains risques



### Vous êtes exposé

- **À la chaleur ambiante**
- **À des éléments brûlants** (plaques, fours, pains, ...)

### Quels risques pour votre santé ?

- Fatigue, malaises, déshydratation, brûlures, ...

### Recommandations aux employeurs

- ▶ Installez un système de ventilation par **extraction** et **apport d'air neuf**
- ▶ Limitez les déplacements de produits chauds
- ▶ Mettez gratuitement de **l'eau fraîche** à disposition des salariés (bouteilles, fontaines d'eau)

### Recommandations aux salariés

- ▶ Stationnez les chariots de produits chauds dans les emplacements éloignés des circulations
- ▶ Buvez régulièrement de l'eau
- ▶ Utilisez des gants adaptés lors des manipulations de produits chauds

### Vous êtes exposé

- **Au bruit**

### Quels risques pour votre santé ?

- Perte auditive, fatigue, stress, risque d'accident du travail



### Recommandations aux employeurs

- ▶ Achetez du matériel CE le moins bruyant possible
- ▶ Faites procéder à des mesurages et sensibilisez le personnel au port des EPI lorsque cela est nécessaire

### Recommandations aux salariés

- ▶ Respectez les consignes de port des EPI
- ▶ Eloignez-vous des sources de bruit

# Organisation

**69 % des travailleurs considèrent leur travail comme fatiguant nerveusement,**  
**60 % comme fatiguant physiquement**

Le rythme de votre activité (travail de nuit, WE et jours fériés), les pics d'activités (fêtes), la durée de travail, l'exigence de la clientèle sont autant de facteurs de risques qu'il ne faut pas négliger.

## Quels risques pour votre santé ?

- ▶ Fatigue mentale
- ▶ Fatigue physique
- ▶ Troubles du sommeil
- ▶ Risque d'accidents (baisse de la vigilance, augmentation du temps de réaction)
- ▶ Stress et impact sur la vie personnelle et familiale

## Recommandations aux employeurs

- ▶ Respectez la **durée du travail**
- ▶ Respectez les **temps de pause**
- ▶ **Anticipez** les pics d'activités (réorganisation des tâches de travail et/ou renfort de personnel)
- ▶ Respectez la réglementation du travail **des apprentis** (horaires de nuit)

## Recommandations aux salariés

- ▶ **Faites une sieste** en fin de journée de travail pour diminuer le manque de sommeil
- ▶ Prévoyez des temps de **pause** réguliers
- ▶ Mangez équilibré et buvez régulièrement de l'eau (risque d'hyperhidration et de déshydratation)



