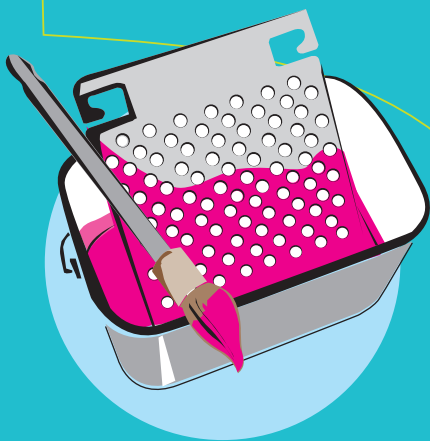


Prévention des risques professionnels

Peintres en bâtiment →

Des gestes simples pour vous protéger





Développer des allergies, des maladies respiratoires, se faire mal au dos en manipulant des charges lourdes, se blesser après une chute de hauteur... Pour les peintres en bâtiment, les risques professionnels sont multiples.

En tant que professionnel indépendant, des gestes simples vous permettent de protéger votre santé et celle de vos salariés et d'assurer ainsi la pérennité de votre entreprise.

Cette brochure d'information vous propose de nombreux conseils de prévention adaptés à votre quotidien.

PRODUITS CHIMIQUES ET POUSSIÈRES

Quels risques pour la santé ?

Les solvants, les décapants et les dégraissants

Si la présence de solvants dans les peintures est la condition obligatoire à un travail fini de grande qualité, il est indispensable de ne pas oublier que ces mêmes solvants ont pratiquement tous des effets indésirables sur la santé.

Ils peuvent être irritants pour la peau, responsables d'hépatites ou de maladies rénales, voire même, pour certains d'entre eux, à l'origine de cancers.

Ils peuvent être toxiques pour le système nerveux soit de façon aiguë en cas de forte exposition (maux de tête, étourdissements...), soit de façon chronique (baisse des performances, troubles du comportement, démence...).

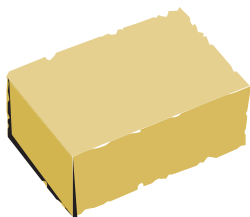
Les solvants utilisés pour le nettoyage du matériel vous exposent également aux mêmes risques.

Les décapants et dégraissants que sont le dichlorométhane et le trichloréthylène sont quant à eux cancérigènes et également toxiques pour le système nerveux.

L'amiante

Le risque d'exposition à l'amiante ne doit pas être négligé car vous pouvez être amené à intervenir sur des matériaux amiantés, et ainsi inhaler des fibres d'amiante.

Respirer des poussières d'amiante expose à de graves maladies pulmonaires (asbestose, cancers du poumon et de la plèvre...) qui peuvent se déclarer très longtemps après l'exposition.

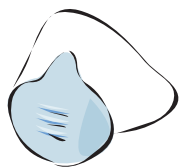


Le plomb

Les particules de plomb contenues dans les fumées ou poussières (lors du décapage des peintures anciennes) peuvent pénétrer dans l'organisme par le nez ou par la bouche lorsque vous vous alimentez, vous fumez ou vous portez vos mains souillées à la bouche.

Des doses, même faibles mais issues d'expositions prolongées ou répétées peuvent entraîner des douleurs abdominales, une atteinte des nerfs (pouvant aller jusqu'à la paralysie), une anémie, une insuffisance rénale, une hypertension artérielle et des troubles de la reproduction.

Attention, le plomb est particulièrement dangereux chez le fœtus pour le développement du cerveau.



Comment vous protéger ?

Remplacez les produits les plus dangereux par des produits moins toxiques :

- préférez les **peintures dites « à l'eau »**, non classées dangereuses, à la place des peintures avec solvants ;
- optez pour les **produits lessiviels**, l'utilisation d'un **nettoyeur haute pression** à l'extérieur ou les **fontaines biologiques** à la place du trichloréthylène pour les opérations de dégraissage ;
- favorisez les **produits sans trichlorométhane** pour le décapage des peintures ;
- vérifiez par le biais des étiquettes que vous utilisez des **peintures sans plomb** (c'est le cas de la majorité des peintures).

Remplacez vos pratiques les plus à risque par des pratiques plus sûres :

- **portez des gants** industriels pour protéger vos mains et changez-en à la moindre déchirure ;
- remplacez le nettoyage des mains au white-spirit ou à l'essence par l'**utilisation d'un savon spécifique puis d'une crème protectrice** ;
- **préférez l'aspirateur** au balai ;
- **portez un masque** de protection anti-poussière adapté ;
- **préférez le pistolet à air chaud** (utilisé en plein air) au chalumeau ;
- **conservez les étiquettes** des produits lorsque vous les sortez de leur emballage d'origine pour les reconditionner ;
- **recherchez la présence de plomb** lorsque vous intervenez sur des peintures anciennes (avant 1949) ;
- de la même manière, **recherchez la présence d'amiante** avant toute intervention sur des matériaux potentiellement amiantés (crépis, peintures d'ouvrages métalliques, peintures « gouttelettes »).



MANUTENTION, GESTES ET POSTURES

Quels risques pour la santé ?

Les efforts physiques liés à la manutention de charges lourdes et/ou volumineuses pour le chargement/déchargement des matériaux, le déplacement des mobiliers et le port des outils sont susceptibles de provoquer des troubles musculo-squelettiques.

Les atteintes les plus fréquentes sont le dos (sciatique, hernie discale), les épaules (tendinite de la coiffe des rotateurs), les coudes, les genoux (inflammation des articulations) et les poignets (syndrome du canal carpien).

Comment vous protéger ?

Adoptez les bons gestes pour protéger vos bras, coudes, poignets et mains :

- évitez le plus possible de travailler avec les bras loin en avant et/ou en l'air ;
- utilisez un escabeau, une perche, plutôt que de travailler avec les bras en hyperextension ;
- alternez les tâches si possible.

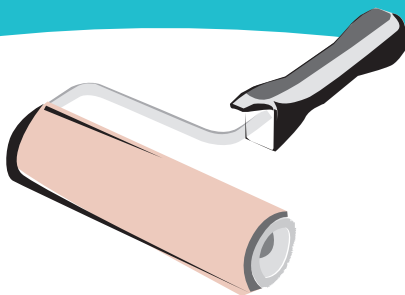
Adoptez les bons gestes pour protéger votre dos :

- lorsque vous soulevez du poids, rapprochez-vous le plus possible de la charge, dos droit, genoux pliés sans vous accroupir ; répartissez l'effort sur les deux bras ;
- évitez le port de charges trop lourdes (au maximum 25 kg) ;
- adaptez la hauteur du travail (escabeau, échafaudage) ;
- rangez vos outils et matériaux en hauteur plutôt que sur le sol.

Adoptez les bons gestes pour protéger vos genoux :

- portez des genouillères pour réaliser les travaux nécessitant la position à genoux.





CHUTES DE HAUTEUR ET DE PLAIN-PIED

Quels risques pour la santé ?

Les travaux de peinture sont responsables de nombreux accidents pouvant être très graves liés aux travaux en hauteur mais également aux déplacements sur des sols inégaux et encombrés.

Les chutes de hauteur sont la conséquence :

- d'échafaudages inadaptés, mal stabilisés ou mal ancrés ;
- de plateformes surchargées et encombrées ;
- d'absence d'accès sécurisés ;
- d'une mauvaise utilisation d'échelles mal entretenues, mal placées et/ou mal fixées entraînant leur glissement ou renversement.

La prévention de ces chutes doit être une priorité pour le peintre.

Comment vous protéger ?

Adoptez les bons gestes pour prévenir les chutes de hauteur :

- n'utilisez les échelles que pour des travaux de courte durée ne présentant pas de caractère répétitif ou risqué. Les échelles portables sont avant tout un moyen d'accès et ce n'est qu'occasionnellement qu'elles peuvent être utilisées comme poste de travail. Dans tous les cas, l'échelle doit être fixée et doit dépasser d'au moins un mètre le niveau d'accès.
- utilisez des moyens d'élévation adaptés et conformes :
 - n'utilisez les plateformes de travail sur tréteaux que pour des travaux à des petites hauteurs ;
 - respectez les mesures de sécurité : vérifiez que le plancher ne soit pas surchargé, déterminez les appuis au sol de votre échafaudage en fonction des charges, bloquez les roues de votre échafaudage roulant pendant le travail, équipez-le d'une protection antichute de chaque côté.

Adoptez les bons gestes pour prévenir les chutes de plain-pied :

- tenez le chantier rangé, organisé et balisé.



RISQUE ROUTIER

Quels risques pour la santé ?

En plus des risques propres à votre profession, votre métier d'indépendant vous amène à faire de nombreux déplacements avec charges, déplacement sur les chantiers, rendez-vous clients pour établissements de devis, etc.

Vous êtes donc exposé aux risques de la circulation parfois aggravés par le transport de matériel et la fatigue.

Comment vous protéger ?

- organisez vos déplacements pour limiter leur fréquence ;
- entretenez périodiquement vos véhicules, assurez-vous que votre véhicule utilitaire est équipé de dispositif d'antiblocage des roues de type ABS, d'aide au freinage d'urgence de type AFU et d'airbags conducteur et passagers ;
- veillez à bien choisir et aménager votre véhicule :
 - il doit être adapté au volume et au poids des charges à transporter ;
 - les charges doivent être rangées ou arrimées pour qu'elles ne puissent pas se déplacer en cas de choc ou de freinage brutal ;
 - une cloison rigide doit séparer l'habitacle de conduite et le volume utilisé pour le chargement.
- adressez-vous à un spécialiste pour l'aménagement de votre véhicule ;
- bannissez :
 - la consommation d'alcool et de drogues ;
 - l'utilisation de téléphone portable au volant ;
 - les dépassements de vitesse.

Le document unique

L'obligation de prévention des risques professionnels s'applique à tous les employeurs. Le chef d'établissement a la responsabilité d'établir et de mettre à jour chaque année un « document unique d'évaluation des risques professionnels », lequel doit servir de base au développement d'actions de prévention dans l'entreprise.

Pour la rédaction de cette brochure le RSI a bénéficié de l'appui technique de l'Assurance maladie - Risques professionnels.

Si vous employez des salariés, la Carsat* de votre région peut vous proposer une aide technique, voire financière, pour vous accompagner dans la maîtrise de vos risques.

* Caisse d'assurance retraite et de la santé au travail



Retrouvez ces informations et bien d'autres
sur le site du RSI entièrement dédié à la prévention.

prévention
ma santé

www.le-rsi.fr/prevention

Le RSI est votre interlocuteur social
unique pour toute votre protection
sociale personnelle obligatoire.

VOTRE CAISSE

