AVRIL 2021

NEWSLETTER PREVENTAGRI

Vos informations du mois d'Avril

LA DOULEUR, POURQUOI ?
FICHE N°3

LE DOSSIER DU MOIS
LE RISQUE ZÉRO N'EXISTE PAS

DÉCLIC TRAVAIL
L'AMÉNAGEMENT DE LA SALLE DE TRAITE

VOTRE AGENDA

LA QUESTION DU MOIS
QUEL CONTENU POUR LA TROUSSE DE SECOURS ?

Bonjour à toutes et à tous,

Le printemps est là et l'activité devient plus intense augmentant le risque d'accident et de douleur aux dos ou aux épaules par exemple.

Pour le mois d'avril nous abordons :

- Les notions d'accident et de presqu'accident. Comprendre la cause afin d'éviter qu'il ne se produise.
- Comment fonctionne la douleur que l'on ressent après une journée de travail et comment y faire face.

Posez-nous vos questions par mail et nous vous répondrons dans la question du mois !

Bonne lecture

Pour un savoir plus :
Mail : info@preventagri.be
Tél. : 065 61 13 70

Mission Wallonne des Secteurs Verts
PreventAgri

LA DOULEUR, POURQUOI ?
FICHE N°3/12

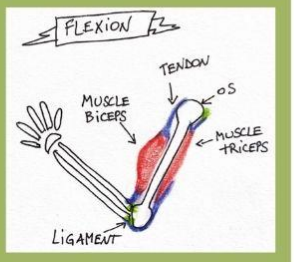
1 LA DOULEUR :

- Est utile pour se **protéger** mais elle peut être surinterprétée par le cerveau.
- Est une **information** véhiculée par les nerfs qui monte au cerveau.
- Dépend d'une **accumulation de facteur** tels que le stress, la fatigue, la peur, les mauvais gestes, un traumatisme physique ou émotionnel...
- N'est pas obligatoirement définitive.
- Est **diminuée par le mouvement.** L'inactivité prolongée augmente la sensibilité de notre cerveau à la douleur.

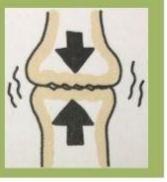
2 LES FAITS

Probabilité de discopathie sans douleur à l'IRM
- à 20 ans : 37%
- à 40 ans : 68%
- à 60 ans : 88%

- La dégénérescence de notre corps est normale. On nomme ça : vieillir.
- 60% des personnes consultent en premier lieu pour savoir pourquoi ils ont mal. Savoir permet de se rassurer sur nos symptômes.
  La guérison vient en 2ème position des raisons de consultation.
- **Votre corps cicatrise les microtraumatismes pendant le sommeil.**
- **Les muscles s'adaptent et cicatrisent vite** (ci-contre, le travail d'un bras en flexion et l'implication des structures avoisinantes). Les **tendons sont plus long à cicatriser car ils sont moins vascularisés** que les muscles. Cette inflammation douloureuse du tendon est appelée **tendinite.**
  > Rappel "temps de récupération du corps humain" en fiche n°1.



- **L'arthrose** est le nom donné à la pathologie qui touche les articulations et qui induit de la douleur, du gonflement et gêne le mouvement. Elle est liée à l'**usure de l'os.** Ce n'est pas le sport ou le travail qui engendrent de l'arthrose mais la dégénérescence naturelle plus ou moins rapide due l'âge.



3 LES SOLUTIONS :

- Faire face à la douleur. **La solution miracle n'existe pas.** Il faut être assidu et patient.
- Suivre les conseils des professionnels de santé. C'est essentiel pour vous.
- Passer 10 min à prendre soin de soi car "personne ne se réveille dans votre corps le matin".
- **Bouger** : marcher 20 min, faire du vélo... Bref, bouger en faisant ce que vous aimez !
- Prendre de **bonnes habitudes** : mieux porter des charges, se lever correctement...
- S'hydrater avec de **l'eau**. Votre corps est composé à 70% d'eau. Il faut la renouveler pour fonctionner correctement.

> Envie de plus d'informations et de solutions? Lisez nos autres posters !

Pour plus d'informations, appelez le 065 61 13 70 ou visitez https://secteursverts.be/

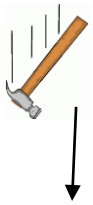
Mission Wallonne des Secteurs Verts
PreventAgri

LE DOSSIER DU MOIS

Le risque zéro n'existe pas…

Un accident ou un presqu'accident peut survenir sur le lieu de travail. Un accident est rarement dû au hasard ou à la malchance. Il est le résultat d'une situation ou d'une action dangereuse.

Incident



Le marteau tombe.

Presqu'accident

Le marteau tombe à côté d'une personne.

Accident

Le marteau tombe et blesse un travailleur.

Pour mieux comprendre la différence entre un accident et un presqu'accident ou entre une situation dangereuse et une action dangereuse, voici quelques définitions :

- **Accident :** évènement non souhaité donnant lieu à un dommage et/ou lésion sur une personne, le matériel, l'environnement…
- **Accident du travail :** évènement indésirable et soudain pendant le travail (ou sur le chemin du travail) donnant lieu à une lésion corporelle.
- **Presqu'accident :** événement indésirable et soudain qui n'engendre ni dommage, ni lésion. C'est par exemple lorsque vous vous dites « ouf ! encore un peu et c'était la catastrophe ! ».
- **Action dangereuse :** action qui n'est pas accomplie selon la bonne méthode de travail et qui peut donner lieu à un accident (ex : court-circuiter un dispositif de sécurité, conduire un engin sous l'influence d'alcool ou de drogue…).
- **Situation dangereuse :** situation dans laquelle le travail est effectué sans que les conditions de sécurité soient présentes et qui peut donner lieu à un accident (ex : absence de dispositif de sécurité, désordre sur le lieu de travail…).

LE DOSSIER DU MOIS

1 – Corrélation entre actions et situations dangereuses

Source : Pyramide de Bird (2019-CNESST-IRSST)

Plus il y a d'actions ou de situations dangereuses plus le risque d'avoir un accident est grand. (Fig. ci-contre)

Dans le cadre de ses missions, PreventAgri rappelle régulièrement que la réduction des risques est une démarche qui nécessite parfois peu de ressources financières. Nous appelons ça les « trucs et astuces ».

Dans un premier temps, les différents risques présents dans l'exploitation doivent être identifiés (grâce à l'analyse de risque). Dans un second temps, les mesures de prévention peuvent être mises en place. Cela peut se traduire par un changement de machine ou d'outil, une réparation ou un ajustement, une réorganisation des méthodes de travail…

La survenance d'un incident (presqu'accident ou accident) permet également de prendre conscience d'un dysfonctionnement par rapport à la sécurité au sein de l'exploitation. Il est alors opportun d'agir afin que la situation rencontrée ne se reproduise ou ne s'aggrave pas.

Pour mener des actions de prévention cohérentes par rapport aux besoins de l'exploitation, il faut décrypter chaque accident mais également chaque presqu'accident (même s'il semble insignifiant).

Ce décryptage sert à comprendre ce qu'il s'est passé et non à déterminer le responsable.

La première étape consiste à recueillir un maximum d'informations objectives/concrètes :

- sur le lieu de l'incident (ex : observation sur le terrain, prises de photos ou tout autre moyen permettant de consigner les informations)

- par les témoignages des personnes présentes au moment des faits.

La consignation des informations permettra la réalisation d'un arbre des causes. La recherche débute du fait et remonte jusqu'à sa source en utilisant ces deux questions :

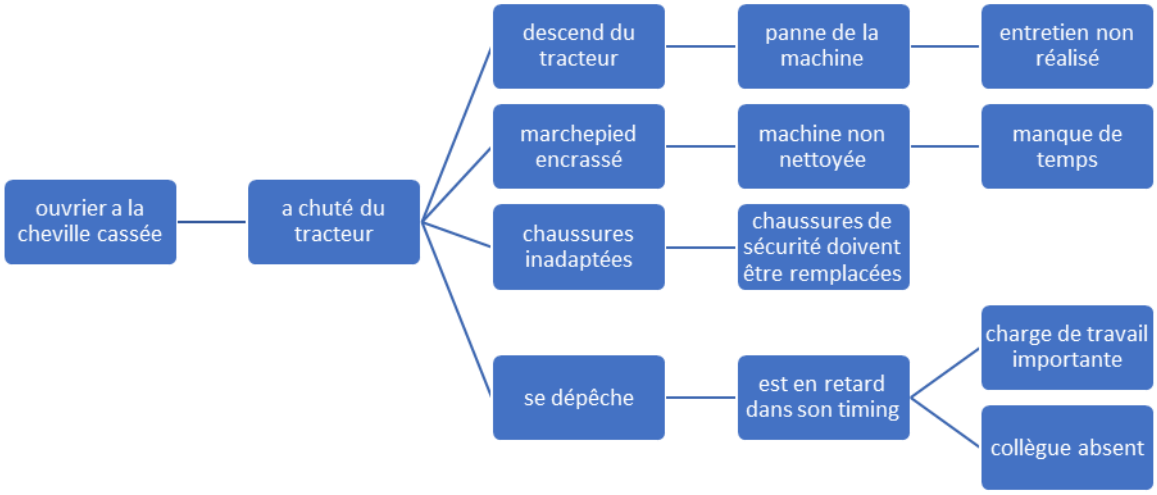
1. Qu'a-t-il fallu pour que cela se produise ?
2. Est-ce suffisant pour expliquer cela ?

On peut ainsi assimiler l'arbre des causes au scénario de l'accident.

2 – L'arbre des causes

Pour la rédaction de l'arbre des causes nous vous conseillons de noter à gauche le fait ultime, puis de répondre progressivement aux questions en notant les réponses vers la droite (ce sont les faits antécédents). Pour chaque fait antécédent, reposez-vous ces mêmes questions et ainsi de suite pour comprendre la situation et l'améliorer.

Exemple : un ouvrier à la cheville cassée à cause d'une chute du marchepied du tracteur :



Cette analyse, permettra de mettre en évidence les points d'action à mener pour éviter une répétition de la situation.

Évidemment, dans le cas d'un accident du travail (et donc avec lésions corporelles), l'attention est d'abord portée sur la gestion de la situation et des soins nécessaires au blessé. L'analyse de l'accident et la mise en place de mesures viendront ensuite.

3 – La gestion des accidents bénins et des accidents

En cas d'accident du travail, les conséquences sont variables et peuvent entrainer des lésions sans gravité ou importantes, sans ou avec quelques jours d'arrêt de travail. La gestion administrative d'un accident considéré comme bénin sera différente de celle d'un accident grave. Dans les deux cas, l'employeur doit garder une trace écrite du traitement de l'accident. :

- Pour un accident bénin ou pour un presque accident, une fiche rédigée en interne est complétée.
- Pour un accident grave, l'employeur garde une copie de la déclaration d'accident.

1. Accident bénin :

Il s'agit d'un accident bénin si toutes les conditions suivantes sont remplies :

- *il n'y pas de perte de salaire ;*
- *la victime n'est pas en incapacité de travail ;*
- *l'accident a seulement occasionné des soins pour lesquels l'intervention d'un médecin n'est pas nécessaire ;*
- *les soins ont été prodigués après l'accident sur le lieu de travail.*

Il n'y a pas d'obligation de déclaration d'accident du travail (en cas d'accident bénin), cependant il y a l'obligation d'enregistrement dans un registre appelé « **registre de premiers secours** ». Dans ce cas, il n'est donc pas nécessaire de prévenir l'assureur.

En cas d'aggravation d'un accident bénin, l'obligation de déclaration est de nouveau d'application. L'employeur doit faire la déclaration dans les huit jours à compter du jour qui suit celui au cours duquel il a été informé de l'aggravation de l'accident bénin. Grâce au registre, toutes les informations sont alors disponibles.

Que contient ce registre et qui le remplit ?

Souvent, c'est un autre travailleur qui va pratiquer les premiers secours. Il doit indiquer les éléments suivant dans le registre des premiers secours :

- son nom ;
- le nom de la victime ;
- l'endroit, la date, l'heure, la description et les circonstances de l'accident ;
- la nature, la date et l'heure de l'intervention ;
- l'identité des témoins éventuels.

Bon à savoir : Pour éviter que les accidents bénins disparaissent des statistiques du fait qu'ils ne sont plus déclarés aux assureurs accidents du travail, le nombre d'accidents bénins du registre de premiers secours doivent désormais être repris dans le rapport annuel du service interne pour la prévention et la protection au travail (quelle que soit la taille de l'entreprise).

2. Accident grave :

On considère comme accident du travail grave, un accident qui engendre des lésions handicapantes ou mortelles pour le travailleur telle qu'une coupure avec point de suture, une fracture, une commotion, un arrachement de membre, un écrasement, etc.

Dès l'intervention d'un service de secours (112) ou l'intervention d'un médecin, une déclaration d'accident doit être établie.

Vous trouverez un formulaire de déclaration dans votre police d'assurance ou en faisant la demande auprès de celui-ci. Votre service externe (SEPP) pourra vous aider dans les démarches nécessaires afin de compléter le plus justement possible le document.

3 – Comment réagir face à un accident ?

Les premiers moments à la suite d'un accident sont cruciaux. Les témoins de la scène doivent réagir rapidement et correctement face à une situation pour laquelle ils ne possèdent pas ou peu de connaissances. Ils sont alors divisés entre l'envie d'aider et la peur de mal faire.
Le minimum est d'appeler les secours.

Toutefois, si vous le pouvez, suivez ces **4 étapes** qui constituent la base du secourisme :

1. Veiller à la sécurité pour éviter l'aggravation de la situation pour vous, la victime et les autres personnes présentent, en :

✓ *Evaluant l'environnement :*

La situation est observée dans sa globalité afin de sécuriser les lieux (faire de l'espace autour de la victime, baliser, faciliter l'arrivée des secours, …).

✓ *Se faisant aider :*

Essayer d'appeler une personne se trouvant à proximité. Cette personne pourra seconder le secouriste en allant chercher la trousse de secours, la couverture…
Le secouriste reste avec la victime.

✓ *Evitant d'aggraver l'état de la victime :*

Le secouriste doit respecter un certain nombre de consignes :

- Eviter tout effort/mouvement/déplacement pour la victime sauf en cas de danger grave et imminent
- Rassurer la victime en lui apportant calme et réconfort.
- Couvrir la victime pour maintenir sa chaleur corporelle.

2. Etablir le bilan de la victime.

La victime est-elle consciente ? Quelles sont les plaintes émises ? Respire-t-elle ? Des blessures sont-elles visibles ?... Le bilan de la victime permettra de donner un maximum d'informations aux secours lors de l'appel.

3. Appeler les secours.

Soit en composant le 112, soit en utilisant l'application 112.be. C'est la personne qui reçoit l'appel qui recueillera toutes les informations utiles comme le lieu, le nombre de victime… et définira quels secours sont nécessaires, quel hôpital...

4. Donner les premiers soins.

Pratiquer les premiers soins (selon les recommandations des secours). Selon les situations, la trousse de secours peut être indispensable.

Des modules d'informations pour connaitre les gestes de premiers secours sont disponibles auprès de la Mission Wallonne des Secteurs Verts. Rendez-vous sur https://secteursverts.be/

4 – Et donc…

Ce sont souvent les petits changements en amont qui améliorent considérablement les conditions de travail.

Gardez à l'esprit qu'un accident ou un presqu'accident peut survenir sur le lieu de travail, souvent il n'est ni dû au hasard, ni à la malchance, mais le résultat d'une situation ou d'une action dangereuse.

Pour éviter que cette situation ne se reproduise, utilisez cette expérience pour améliorer votre sécurité et celle de vos travailleurs.

Pour des informations plus détaillées ou le téléchargement de « documents types », vous pouvez consulter notre site internet via le lien : Procédures d'urgence et premiers soins

L’aménagement de la salle de traite

Chaque mois, Déclic Travail vous propose des astuces !

Ce mois-ci découvrez la fiche pratique **« l’aménagement de la salle de traite »**

Comment travailler plus facilement en salle de traite ?

Il y a de nombreux trucs et astuces pour éviter de se baisser ou économiser ses pas. Vous les retrouverez sur le site de Déclic travail !

Exemple d’astuce

Déclic travail, ce sont des solutions pour travailler sereinement et des informations pour aider à améliorer son organisation dans son élevage.

Rendez-vous sur : https://www.declictravail.fr/

Retrouvez d’autres astuces sur le site de PreventAgri comme « comment optimiser la circulation pour que les vaches entrent facilement en salle de traite ? » : http://secteursverts.be/publications-et-newsletters/articles-dinformation-prevention-et-securite-dans-les-secteurs-verts/prevention-securite-secteurs-verts-trucs-astuces/

À VOTRE AGENDA

QUE SE PASSE-T-IL EN MAI ?

PreventAgri a adapté ses formations pour la formation à distance.

Formations disponibles par visio-conférence :

- Protection des utilisateurs et gestion du stockage (phytolicence)
- Que faire en cas d'intoxication avec un produit phyto (phytolicence)
- Sécurité en exploitation agricole
- Sécurité lors de l'accueil à la ferme
- Prévention des risques liés à l'activité physique : votre corps votre premier outil de travail
- Prévention des maux de dos /TMS
- Prévention et bonnes pratiques dans les secteurs verts

N'hésitez pas à nous contacter pour plus d'infos !

Mission Wallonne des Secteurs Verts
PreventAgri

Que mettre dans la trousse de secours ?

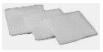
Pour faire face à des accidents mineurs et pour pallier l'attente de l'arrivée des secours en cas d'accident. Le matériel de premiers secours est OBLIGATOIRE dans tous les lieux de travail (Titre 5 du Livre 1er. art. I.5-4 et I.5-5).

Une trousse doit être disponible à tout moment. Par ailleurs, tous les véhicules doivent contenir une trousse de secours. Le contenu est défini en fonction des activités des salariés.

Pour vous s'assurer que la trousse soit toujours « à jour », n'oubliez pas de la vérifier régulièrement. Vous pouvez également y glisser un carnet et un stylo afin de noter les interventions et le matériel sortant utilisé (date, type accident, matériel utilisé).

Parce que les accidents n'arrivent pas qu'aux autres, il est possible de se former aux gestes de premiers secours.
La Mission Wallonne des Secteurs verts vous propose d'organiser des formations ou des initiations, n'hésitez pas à nous contacter.

COMPOSITION INDICATIVE DE LA TROUSSE DE PREMIERS SOINS :

Produit	Dimension	Quant.	Utilisation
Carnet et stylo **Fiches « premiers secours »**			*Pour noter les sorties de matériel de la trousse de secours et compléter la fiche « premiers secours » en cas d'accident bénin*
Gants fins à usage unique		Min 2 paires	*Protection de l'intervenant*
Désinfectant pour les mains			*Protection de l'intervenant*
Compresses stériles *conditionnement individuel*	*10x10 et 5x5*	10	*Nettoyage / protection des plaies* 
Pansements adhésifs résistants à l'eau	*Différentes tailles*		*Protection des petites plaies*
Bandes extensibles type cambric	*5m x 5cm et 5m x 7cm*	4	*Maintien de compresses*
Pansements compressifs	*2,5 m x 10 cm*	2	*Saignements abondants*
Doigtier			*Protéger la plaie d'élements extérieurs*
Sparadrap *hypoallergénique*	*En rouleau*	2	*Maintien de bandes et de compresses*
Antiseptique incolore *type Chlorhéxidine solution aqueuse stérile*	*Dosettes individuelles ou lingettes*		*Nettoyage des plaies*
Gel d'eau anti-brûlure	*Dosettes à usage unique*	10	*Limiter la brûlure quand il n'y a pas d'eau*
Pochette de froid instantané			*Soulager les hématomes suite à un coup, entorse...*
Sérum physiologique	*Dosettes à usage unique*	10	*Nettoyage de plaies peu profondes, rinçage des yeux*
Pansement triangulaire stérile	90cm x90 cm x 127cm	1	*Soutenir un membre supérieur, bloquer une articulation touchée par un traumatisme*
Epingles de sûreté inoxydable	*Différentes tailles*		*Fermer un bandage*
Masque de bouche à bouche ou filtre de protection			*Protection pour la réanimation*
Paire de **ciseaux** inoxydables *à bouts ronds de* 14 cm de long		1	*Couper les bandes et compresses*
Sacs en plastique hermétiques *type sacs de congélation*		2	*Récupération et conservation de membre amputé*
Couverture de survie isotherme		1	*Couvrir une personne blessée ou en état de choc* *Protection contre le froid et le chaud*
Pince à échardes		1	*Retirer les corps étrangers dans les plaies*
Tires tiques	*Petite et grande*	*2*	*Retirer les tiques*

Mission Wallonne des Secteurs Verts

PreventAgri