

Les informations fournies par cette fiche sont indicatives, sans valeur légale et sans caractère obligatoire.

Une vibration est un mouvement d'**oscillation** autour d'une position d'équilibre stable ou d'une trajectoire moyenne. Tout mouvement est générateur de vibrations et expose à un phénomène vibratoire susceptible de provoquer un effet mécanique.

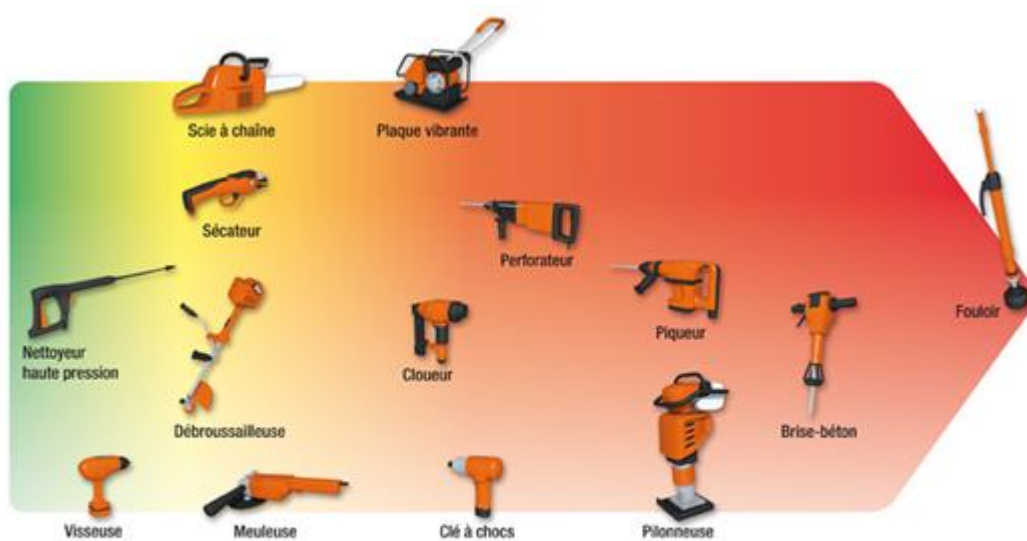
Les vibrations font partie des risques professionnels

Il existe deux types d'exposition aux vibrations :

- Les vibrations **transmises aux mains et aux bras** (appelées par la suite vibrations mains-bras)
- Les vibrations **transmises à l'ensemble du corps** (appelées vibrations corps-entier)

Qui est concerné ?

- Tous les salariés qui utilisent des machines vibrantes (rotatives, percutantes,...), portatives ou non, ou bien lorsque les vibrations sont transmises via un objet tenu ou maintenu par la main (pièce travaillée). Les travaux avec percussion répétée du talon de la main représentent un mode d'exposition fréquent aux vibrations mains-bras.



© INRS / Deledda / 3zips.com

Quels effets sur la santé ?

- Moindre sensation au toucher, troubles de la perception du chaud et du froid, phénomène de Raynaud (doigts blancs engourdis)
- Douleurs mains, poignets, coudes, épaules, région cervicale, crampes, faiblesse musculaire

Certaines de ces atteintes peuvent être reconnues en tant que maladies professionnelles (tableaux 69 et 57 du Régime Général)

Comment se protéger ?

Les mesures sont à mettre en œuvre en fonction de l'évaluation du risque, qui tient compte de l'intensité des vibrations et de la durée d'exposition.

Prévention collective :

- Acquisition d'outils les moins vibrants
- Organisation : limiter le temps d'exposition, rotation sur les postes, alternance de tâches, temps de repos sans vibrations
- Entretien et maintenance des machines/outils et de leurs accessoires
- Formation et information des salariés

Prévention individuelle :

- Utiliser le bon outil pour la bonne tâche, adapté à la morphologie du salarié
- Utiliser les bons gestes et les bonnes postures (éviter de travailler les bras au-dessus des épaules, travailler avec le dos droit et sans rotation)
- Utiliser les systèmes anti-vibrations recommandés (poignées,...)
- Protection du froid et de l'humidité (surtout au niveau des mains)
- Organiser des temps de récupération
- S'hydrater régulièrement

Ce que dit le code du travail

Sur une période de référence de 8h de travail :

	Vibrations transmises aux mains et aux bras
Valeur d'exposition journalière déclenchant l'action de prévention	2,5 m / s ²
Valeur limite d'exposition (VLE)	5 m/s ²