



TRAVAIL EN TORSION

Argumentaire : Ala decsnte le cordiste fait face à la corde , s'il restent sur cette position en travail le dos travaille en torsion.



Description de la tache :

Le cordistes se place pied perpendiculaire à la corde les épaules forment un angle par rapport l'alignement des pieds. La colonne vertébrale est en torsion sa main gauche sur la corde montre qu'il cherche un appui. le regard en arrière sollicite les cervicales.

Même phénomène chez ces cordistes sollicitation du dos cordiste à droite renforcé par les vibrations



Localisation : Lombaires

Explication du trouble :

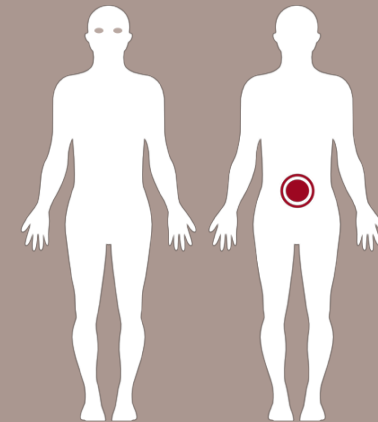
les disques intervertébraux sont sollicités en torsion dans le temps vont vieillir. Les sorties nerveuses entre vertèbres risquent d'être touchées

Processus de préservation :

Stade 1 : douleurs localisées

Stade 2 : douleurs dans les fesses les jambes

Stade 3 : douleurs permanentes et invalidantes





TRAVAIL EN TORSION

Bonne pratique :

Le cordiste se place face à la charge les pieds et les épaules sont parallèles. Le fait d'être proche de la charge à manutentionner réduit les efforts sur le corps. À noter que le travail à deux bien coordonnés permet de réduire les efforts, donc la sollicitation du corps.






Idem de plus travail avec les 2 bras les jambes travaillent donc plus d'efficacité. La position de la tête reste dans l'axe du tronc tout en surveillant la charge à déplacer.



Source d'information :

bonnes pratiques observés sur les chantiers CAN et GTS

trouble musculo
squeletique

-  température
-  travail répétitif
-  vibration mécanique