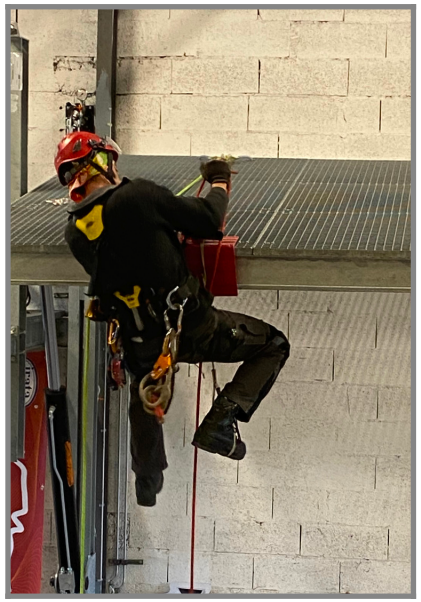
PASSAGE D'ACROTÈRE : AVEC UN MONOPODE

Argumentaire : Le passage d'acrotère est un exercice souvent difficile voire dangereux dans certains cas.



Description de la tâche :

Le passage d'un acrotère (changement de plan : horizontal vers vertical ou inversement), à la montée ou à la descente, est souvent traumatisant pour le corps, difficile techniquement.
Le cordiste se retrouve contraint de basculer dans le vide parfois sans appuis pour les pieds, alors le descendeur et l'antichute mobile sont compressés contre le support, ce qui rend leur maniement compliqué.

Le positionnement est compliqué, peu ergonomique. L'effort physique est important.

Localisation : Lombaires

Explication du trouble :

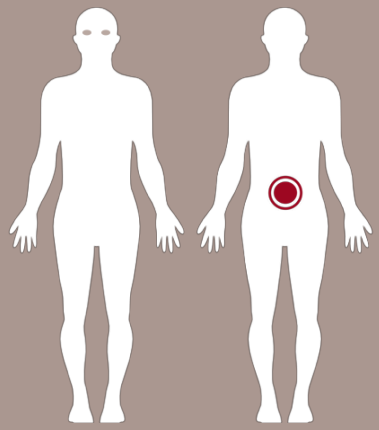
En contractant le gainage pour progresser doucement lors du franchissement d'acrotère, les lombaires sont très contraintes à répétition.
Les jambes et les bras sont également sollicités pour la progression, dans des situations très inconfortables.

Stades d'alerte :

Stade 1 : Douleurs musculaires, douleurs articulaires

Stade 2 : Contractures, entorses, tendinites...

Stade 3 : Hernie discale, déchirures / ruptures ligamentaires, tendineuses...



OPPBTP

BONNE PRATIQUE CORDISTE

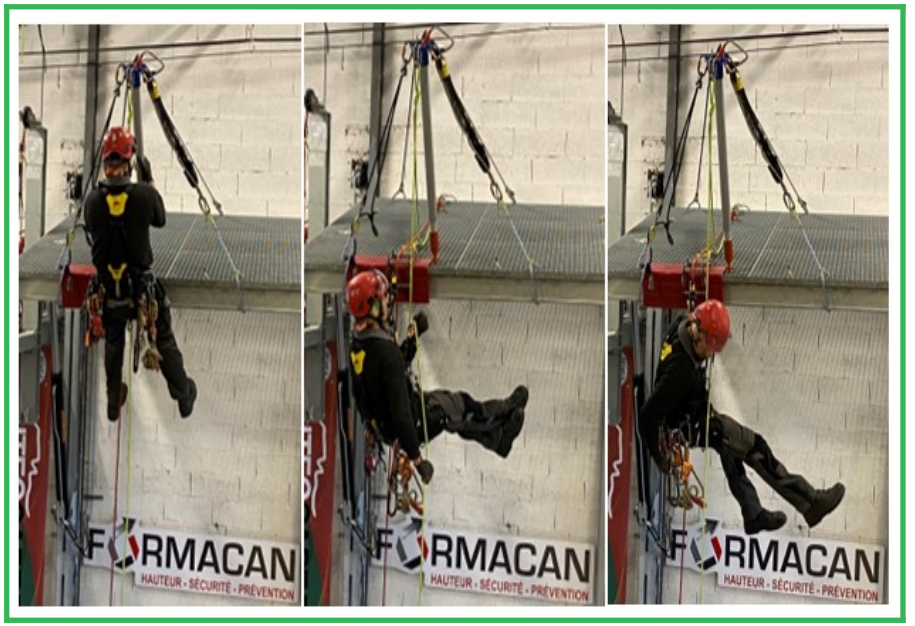
FRANCE TRAVAUX SUR CORDES
L'UNION DES PROFESSIONNELS

PASSAGE D'ACROTÈRE : AVEC UN MONOPODE

Bonne pratique :

L'installation d'un Monopode (appelé aussi Gin Pole), normé EN 795 (amarrage temporaire), permet assez facilement de créer un point d'ancrage haut et de déporter la corde, rendant le franchissement d'un acrotère très simple et confortable.
Le cordiste peut ainsi approcher du bord en sécurité et se suspendre facilement sur la corde déportée.
Les frottements sont facilement gérés également !

Cette pratique requiert du matériel et une formation spécifiques.
L'installation et la mise sous contrainte du Monopode doivent respecter des principes mécaniques (voir notice d'utilisation) et le pied ne doit pas glisser.
Il est recommandé de n'utiliser le Gin Pole que pour une corde, la corde de sécurité peut cheminer à proximiter en gérant les frottements.



trouble musculo squelettique

risque d'entorse ou de fracture

Source d'information :
https://rigginglabacademy.com/smc-vector-monopod-gin-pole/

Proposé par : J. Rivollet
Société : Formacan / Can