



## POSTURE INAPROPRIEE URBAIN

**Argumentaire :** Face à la vitre, une mauvaise position du technicien cordiste favorise l'apparition de troubles musculo-squelettiques des membres supérieurs.



### Description de la tâche :

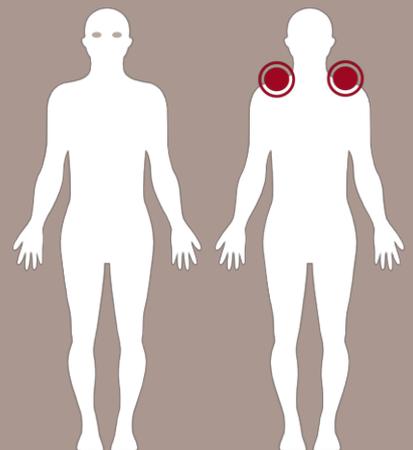
Le technicien cordiste n'évalue pas correctement la dimension de la vitre qu'il s'apprête à nettoyer. Il oblige son corps à s'adapter au travail, ce qui a pour conséquence de réaliser sa tâche en étendant ses membres supérieurs au maximum. Les bras, les épaules, le cou, ainsi que le dos se retrouvent dans une amplitude importante et dangereuse pour la santé physique de l'opérateur.



**Localisation :** Epaules

### Explication du trouble :

La sollicitation de l'épaule bras haute va avoir pour conséquence d'un écrasement de la bourse séreuse de la coiffe des rotateurs. Lorsque les bras dépassent les épaules de façon répétée, il y a un risque d'une inflammation de la coiffe des rotateurs.



### Stades d'alerte :

Stade 1 : Douleurs localisées aux épaules à l'effort

Stade 2 : douleurs nocturne persistantes

Stade 3 : Douleurs irréversibles / Invalidantes pouvant nécessiter l'arrêt de l'activité



## POSTURE INAPROPRIEE URBAIN

### Bonne pratique :

Le technicien cordiste se positionne à "hauteur d'homme" face à la vitre. Il n'hésite pas à utiliser ses bloqueurs pour réajuster sa position. Ses épaules sont alignées et l'extension des membres supérieurs ne requiert aucun effort de sa part. Dans certaines situations spécifiques, une perche peut s'avérer utile et bénéfique pour contre-carrer la mauvaise posture, si le travail ne requiert que des efforts limités: poids de l'outil faible, pas d'appui ou réaction sur la façade.



Source d'information :  
Expérience personnelle

 trouble musculo squelettique

 risque d'entorse ou de fracture

 température

 travail répétitif