

Analyse des résultats

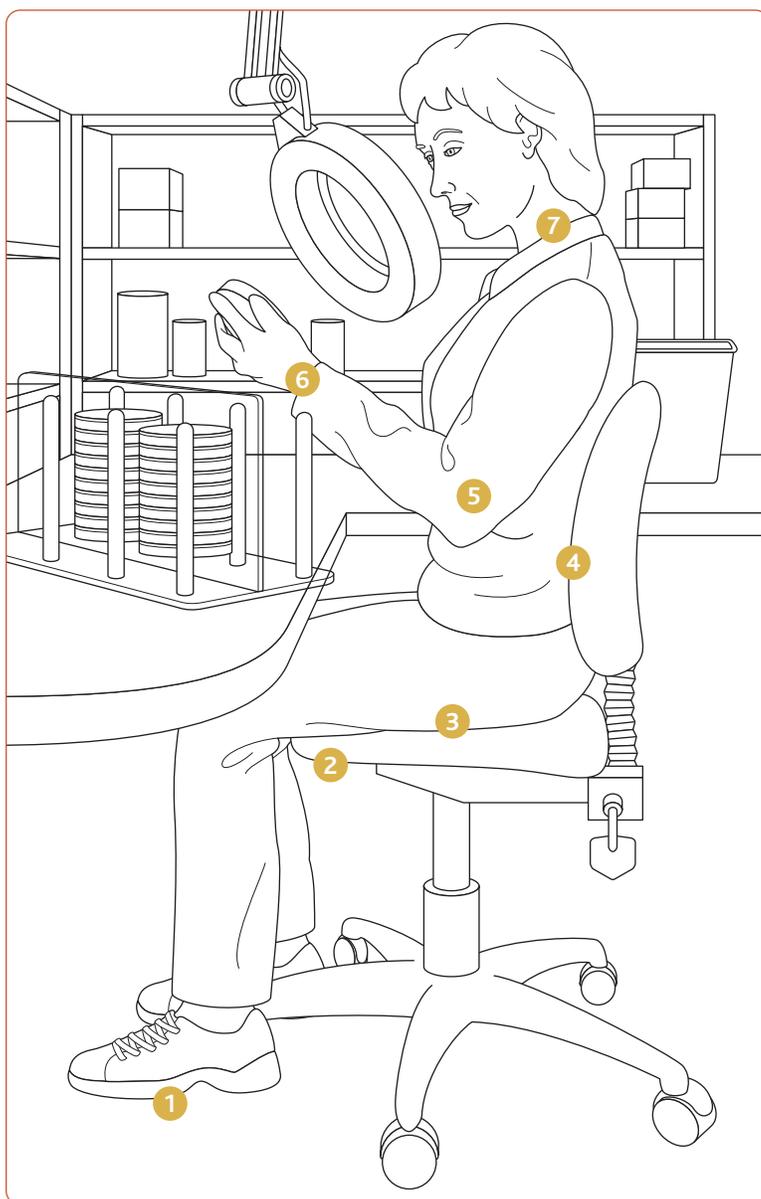
Secteur microbiologie

▣ Nature du travail

Le travail consiste à évaluer les résultats des géloses ensemencées quelques jours auparavant. La technicienne visualise les géloses au moyen d'une loupe, identifie la culture bactérienne et saisit les résultats à l'ordinateur.

▣ Posture ergonomique

Pour l'adoption d'une posture optimale, commencer le positionnement du bas vers le haut (des pieds à la tête).



1

Pieds en appui au sol ou sur un repose-pied

> Régler la hauteur de l'assise pour avoir les cuisses parallèles au sol.

2

Arrière des genoux dégagé

> Régler la profondeur de l'assise pour que le poing passe facilement derrière le genou ou spécifier la profondeur appropriée à l'achat du fauteuil (profondeur comprise entre 37 cm et 48 cm).

3

Cuisses parallèles au sol

> Régler l'inclinaison de l'assise, si désiré.

4

Dos droit et bien appuyé, surtout le bas du dos

> Régler la hauteur, la tension et l'inclinaison du dossier.

5

Épaules détendues et avant-bras / coudes soutenus

> Éviter le plus possible les manipulations des outils et des objets au-dessus du niveau des épaules sans appui du coude, comme par exemple lors de la lecture des géloses.

> Appuyer les avant-bras :

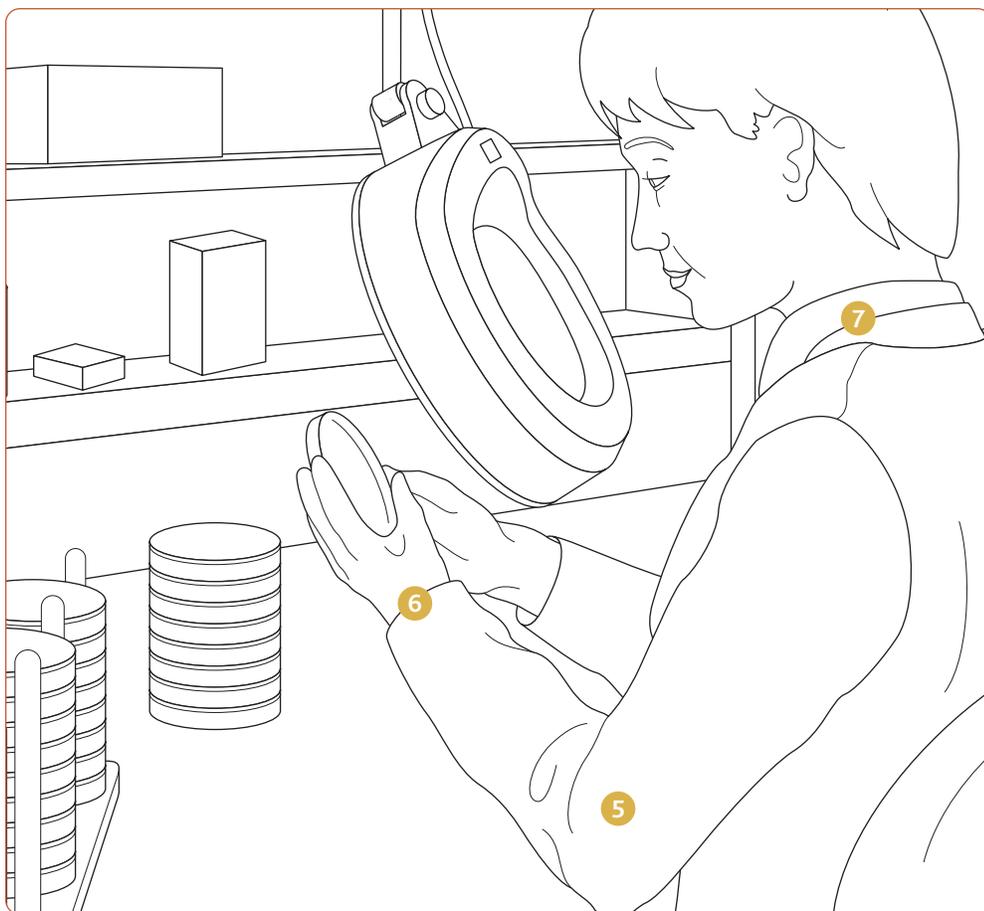
– sur la surface de travail ;

ou

– sur les appuie-bras du fauteuil.

Ceux-ci sont tronqués, réglables en hauteur et en largeur. Les appuie-bras doivent être en matière souple, faciles d'entretien et suffisamment larges pour supporter les coudes et les avant-bras.

N.B. L'utilisation des appuie-bras est optionnelle, car ils peuvent nuire aux mouvements latéraux qui sont fréquents dans cette tâche.



6

Poignets et mains en ligne droite avec les avant-bras

> Conserver le plus possible une position naturelle des mains et des poignets (sans flexion, extension ou déviation).

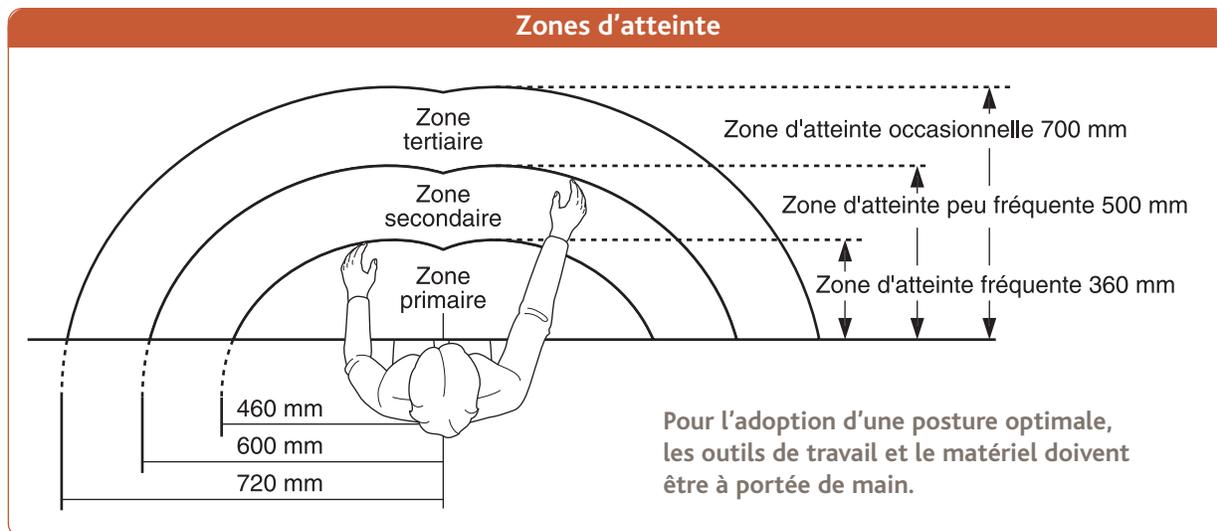
7

Tête et cou alignés au tronc

> Garder la tête en position naturelle.

> Placer devant soi les objets et les outils fréquemment utilisés.

> Utiliser le pivotement du fauteuil pour réduire les rotations du cou et du dos quand des objets sont manipulés sur des surfaces latérales.



Aménagement et caractéristiques du matériel

Configuration du plan de travail

- > Privilégier la posture assise basse.
- > Planifier la séquence de travail de gauche à droite, de préférence.
- > Aménager le poste de travail en « L » pour améliorer l'atteinte du matériel.
- > S'assurer que toutes les surfaces soient au même niveau.
- > Placer les équipements les plus fréquemment utilisés à portée de main.
- > Dégager le dessous des surfaces de travail de tout obstacle pour éviter des chocs aux genoux et des torsions du dos.

Hauteur du plan de travail

- > Prévoir une table facilement réglable en hauteur entre 64 et 107 cm pour un travail assis ou debout. Idéalement, planifier un réglage simultané des comptoirs de travail.

Pour un plan de travail à hauteur fixe, la hauteur recommandée pour la moyenne des hommes et des femmes est de 71 cm.

Écran

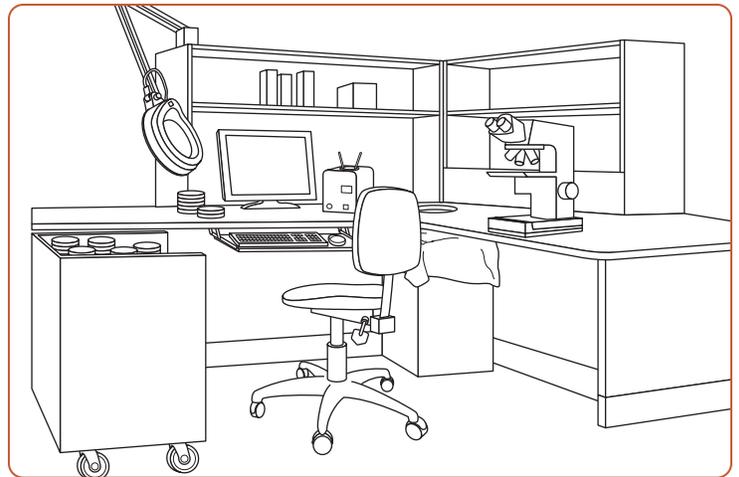
- > Selon l'usage, placer l'écran devant soi, à une distance d'environ une longueur de bras (70 cm) ; le haut de l'écran au niveau des yeux, perpendiculaire par rapport aux fenêtres ; éviter de le placer directement sous un luminaire.

N.B. 1. Les personnes portant des verres correcteurs bifocaux ont avantage à abaisser la hauteur de l'écran. 2. Un moniteur à écran plat est avantageux : moins encombrant, moins de reflets et se déplace plus facilement qu'un moniteur à écran cathodique.

Clavier et souris

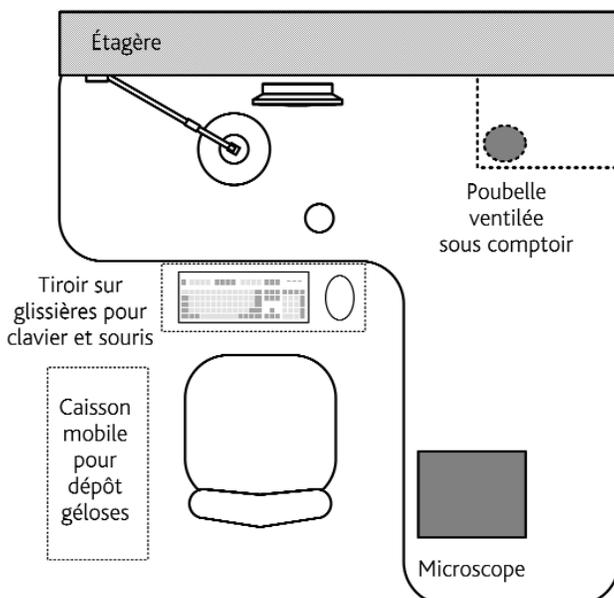
- > Les placer face à l'écran :
 - sur la surface de travail à une hauteur de 71 cm, si l'entrée de données se fait au cas par cas ;
 - sur un support réglable en hauteur entre 64 et 74 cm et de 70 cm de large au minimum, si l'entrée de données est regroupée.

N.B. L'usage intensif de la souris peut entraîner des problèmes musculosquelettiques. Il existe un très grand choix de souris sur le marché.



Configuration en « L »

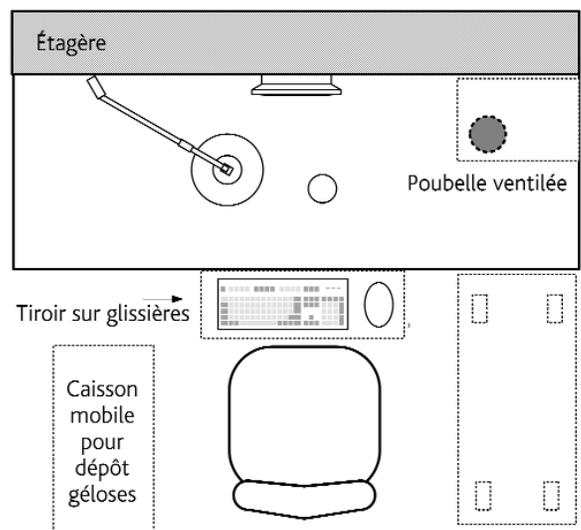
Avec caisson sur roulettes



Configuration en ligne droite

Avec caisson et chariot sur roulettes

Dans cette situation, l'utilisation de chariots est acceptable, uniquement dans le cas où le poste est aménagé en position assise basse.



Support à géloses

- > Positionner les géloses :
 - dans une zone facile d'accès ;
 - sur des surfaces abaissées pour faciliter la prise et éviter l'élévation des bras.

Brûleur

- > Le localiser à distance de portée de bras.
- > Acquérir un brûleur électrique pour éliminer les turbulences du flot d'air créées par une flamme ouverte. Prévoir un brûleur permettant de disposer plusieurs anses microbiologiques simultanément afin d'éviter l'attente. Ajouter une gaine isolante sur le manche de l'anse microbiologique.

Poubelle

- > Installer une poubelle ventilée pour éliminer les mauvaises odeurs et placer l'ouverture à portée de bras.

Lampe loupe

MISE EN GARDE

L'aménagement ergonomique d'un poste d'analyse de résultats ne peut prévenir les malaises musculosquelettiques, si la posture n'est pas modifiée périodiquement. Il est donc recommandé ce qui suit :

- > toutes les heures, alterner le travail statique avec des tâches dynamiques et varier de la posture assise à debout ;
- > faire des pauses courtes et fréquentes ;
- > adopter un rythme de travail raisonnable et régulier ;
- > faire des exercices d'étirement ;
- > regarder au loin fréquemment pour reposer les yeux.

- > Fournir une lampe loupe sur bras articulé permettant de visualiser plus facilement le contenu des géloses tout en réduisant l'élévation des bras.
- > Éviter le plus possible de travailler les mains au-dessus du niveau des épaules sans appui aux coudes.

Fauteuil ergonomique

- > S'il y a des déplacements au poste de travail, prévoir un fauteuil muni de roulettes.

CARACTÉRISTIQUES

- Assise réglable en hauteur et en profondeur ;
- dossier dont la hauteur, l'inclinaison et la tension sont réglables ;
- rembourrage confortable ;
- revêtement facile d'entretien ;
- piétement à cinq pattes sur roulettes ;
- appuie-bras rembourrés, tronqués, réglables en hauteur et en largeur (optionnels).

N.B. Un seul modèle de fauteuil ne convient pas à tous du fait de la variation de la morphologie des personnes. Faire l'essai de différents modèles avant achat.

- > Prévoir un repose-pied pour varier la position des jambes.

Éclairage

- > Prévoir un éclairage suffisant pour obtenir une bonne visibilité lors de la lecture des données nominatives et lors du travail de précision. Le niveau d'éclairage doit se situer entre 500 et 1 500 lux selon le niveau de perception de détail¹ requis.

type de travail	éclairage en lux
lecture et écriture	500
délicat sur petites pièces	800
avec comparaison de couleurs	1 000
très délicat sur très petites pièces	1 500

Bruit

- > Installer le poste loin de la circulation pour favoriser la concentration. Un niveau sonore compris entre 46 et 56 dB est recommandé².



www.asstsas.qc.ca

Cette fiche est accessible sur le site Internet de l'ASSTSAS ainsi que de courtes vidéos. Pour plus d'information sur les équipements, accéder à notre Répertoire des équipements.

RÉFÉRENCES

¹ GOUVERNEMENT DU QUÉBEC. *Règlement sur la santé et la sécurité du travail (S-2.1, r.19.01)*, Annexe VI du Règlement sur la santé et la sécurité du travail. Niveau d'éclairage dans les établissements, 2001, page 89.

AFNOR. *Recueil des normes françaises-ergonomie*, norme numéro NF X 35 -103, 1991.

² Scherrer, J. et collaborateurs. *Précis de physiologie du travail*, Éditions Masson, 1981, page 410.

Les dimensions proposées sont fondées sur des données anthropométriques référées par l'Association canadienne de normalisation (ACNOR) (*Guide sur l'ergonomie au bureau*, Norme nationale du Canada CAN/CSA-Z412 - M8, 2001).