

La prévention des maux de dos est une préoccupation relativement importante dans le secteur de la construction. C'est pourquoi divers outils lui sont consacrés.

- Il existe une brochure de la collection «**Troubles musculo-squelettiques**» intitulée «**Prévention des maux de dos dans le secteur de la construction**», qui aborde de façon détaillée cette problématique. Ce document dénombre les plus importants facteurs de risque et tente de les expliquer en se basant sur les caractéristiques anatomiques et physiologiques de la colonne vertébrale et sur les contraintes du métier. Il aborde l'aspect préventif en mettant l'accent sur quatre composantes : l'adaptation ergonomique du poste de travail, l'approche gestuelle de l'économie du dos, l'importance de l'activité physique équilibrée et la gestion du stress. Ce document est destiné soit à l'encadrement (maîtrise, contremaîtres, ingénieurs, architectes, ...) soit à des professionnels de la prévention qui cherchent des connaissances complémentaires sur la problématique des maux de dos et des arguments pour convaincre leurs interlocuteurs de protéger leur dos ou celui de leurs travailleurs. Un DVD illustrant les situations de la brochure est également disponible.
- **Neuf fiches «métiers»** sont également proposées. Chaque fiche est ciblée sur un métier de la construction: **maçon, manœuvre, coffreur, couvreur, ferrailleur, terrassier, monteur, grutier et conducteur d'engin**. Destinée principalement au travailleur, chaque fiche comporte environ 12 pages en couleurs, avec des illustrations de conditions de travail sur le terrain. Elle traite de l'analyse des situations comportant un risque pour le dos: on y trouve les manutentions et les postures penchées vers l'avant, ou en rotation comme facteurs de risque présents pour la plupart des métiers analysés. L'explication de ces différents risques est mentionnée avec des croquis de vertèbres à l'appui. L'objectif est de faire prendre conscience au lecteur des risques existants dans sa pratique quotidienne. La fiche aborde les aspects préventifs en proposant quelques solutions ergonomiques, telles qu'adapter la hauteur de stockage des charges, utiliser des rehausses ou des aides à la manutention. La pratique des gestes et postures qui protègent le dos est détaillée par de nombreuses photos in situ. Quelques exemples d'exercices de stretching réalisés sur le terrain sont proposés.

Ces outils sont disponibles gratuitement et peuvent être demandés au Service public fédéral Emploi, Travail et Concertation Sociale:

- par téléphone au 02 233 42 14 ou par fax au 02 233 42 36
- par écrit à la Cellule Publications du SPF, Rue Ernest Blerot 1 –1070 Bruxelles
- par email: publications@emploi.belgique.be
- ou téléchargés sur le site Internet du SPF <http://www.emploi.belgique.be/thèmes> «Bien-être au travail» > «organisation du travail» > «Publications» (à droite de la page)



SPF Emploi, Travail et Concertation sociale
rue Ernest Blerot 1 - 1070 Bruxelles
www.emploi.belgique.be



Ce document a pu être réalisé grâce
à l'appui de l'Union européenne
Fonds social européen