

PRINCIPAUX RISQUES

CONTRAINTES POSTURALES ET GESTES RÉPÉTITIFS

Troubles ostéoarticulaires :

- Douleurs lombaires basses
- Douleurs des cervicales
- Douleurs des bras et poignets

TRAVAIL DEBOUT, PIÉTINEMENT

Troubles veineux :

- Jambes lourdes
- Varices



UTILISATION DE PRODUITS CHIMIQUES IRRITANTS ET ALLERGISANTS

Affections de la peau :

- Dermite d'irritation
- Urticaire
- Eczéma



QUELQUES CONSEILS

ADOPTER LES BONS GESTES ET POSTURES

- Eviter les flexions du tronc, plier les jambes pour vous baisser.
- Prendre le temps de régler en hauteur : tabouret pour s'asseoir (coupes, nuques...), bac à shampoing, fauteuil du client.
- Eviter les torsions du tronc en disposant votre matériel à proximité.
- Choisir un outil à main ergonomique et léger (séchoir à main).

PROTÉGER SES JAMBES PENDANT LE TEMPS DE TRAVAIL

- Utiliser un tabouret dès que possible.
- Alternier les positions, se mettre sur la pointe des pieds plusieurs fois par heure, ou monter et descendre les escaliers, ou s'accroupir plusieurs fois par jour.
- Eviter les vêtements trop serrés.
- Port de bas ou de chaussettes de contention (sur prescription médicale).
- Eviter les talons trop hauts ou trop plats. Préférer les talons de 3-5 cm.

Si la gêne devient trop importante, consultez votre médecin.

PROTÉGER SES JAMBES EN DEHORS DU TEMPS DE TRAVAIL

- Pratiquer une activité physique (marche, natation, gymnastique, vélo...).
- Dormir ou se reposer les jambes surélevées.
- Doucher vos jambes à l'eau froide.
- Eviter d'exposer vos jambes à la chaleur en limitant les bains de soleil, en évitant le chauffage au sol.
- Eviter la prise de poids.

Si la gêne devient trop importante, consultez votre médecin.

PROTÉGER SA PEAU

- Privilégier les produits les moins agressifs.
- Privilégier l'utilisation d'instruments sans nickel ou à manche plastifié.
- Lire les fiches techniques du produit et se conformer au mode d'emploi.
- Porter des gants adaptés autant que possible, de préférence en nitrile.
- Se laver les mains à l'eau tiède avec un savon neutre ou surgras si nécessaire et pas avec les shampoings.
- Bien se sécher les mains avec des serviettes en papier et tissu sans les frotter.
- Utiliser une crème hydratante plusieurs fois par jour.
- Porter des gants à l'extérieur en hiver.



PRINCIPAUX RISQUES

UTILISATION DE PRODUITS CHIMIQUES IRRITANTS ET ALLERGISANTS

Affections des voies respiratoires :

- Rhinite allergique
- Asthme

RISQUE BIOLOGIQUE ET HYGIENE

Infections par voie sanguine

Infectieux et parasitaires :

- Impétigo, gale, teigne, poux

Autres :

- Mycoses...

QUELQUES CONSEILS

PROTÉGER SES POUMONS

- Pour les décolorations, utiliser les persulfates alcalins en poudre compacte, moins volatiles et donc moins irritants.
- Prévoir un local technique.
- Veiller à une extraction d'air adéquate des salons et laboratoires.

ADOPTER UNE BONNE HYGIENE DANS LE SALON

- Désinfecter et stériliser tous les instruments de travail après usage (ciseaux, rasoir...).
- Utiliser des désinfectants actifs sur les bactéries, les virus et les champignons : eau de javel, ammoniac alcalin, lingettes.
- Laver les brosses et peignes quotidiennement.
- Prévoir le rangement du matériel coupant.
- Utiliser du matériel à usage unique et/ou sécurisé.
- Jeter les lames de rasoir dans les conteneurs spécifiques des déchets médicaux à risque.
- Porter une attention particulière à l'hygiène et à la protection des mains : utiliser du savon à PH neutre et surgras, de la crème barrière et des gants adaptés...
- Avoir de préférence une vaccination à jour contre l'hépatite B et le tétanos.
- Séparer les vêtements de ville des tenues de travail (vestiaire à double compartiment)
- Se restaurer dans un lieu sans produit chimique ni linge sale.



Pour plus d'informations, n'hésitez pas à en parler à votre équipe de Santé au Travail