

Nouvelle approche en formation de manutention de charges



Stéphane Bonneville
sbonneville@asstsas.qc.ca

Un des moyens de prévention privilégiés par les organisations et exigés par le *Règlement sur la santé et la sécurité du travail*¹ est la formation sur la manière d'accomplir le travail de façon sécuritaire. Cependant, les formations théoriques en salle ou basées sur l'enseignement de techniques sécuritaires, comme garder le dos droit et fléchir les genoux, ont des effets limités pour la prévention. Qu'est-ce qu'une formation efficace? Quels critères l'ASSTSAS a-t-elle considérés pour améliorer son approche?

Notre nouveau programme de formation en manutention de charges se décline en deux niveaux : la formation de travailleurs et celle de moniteurs. Ces deux formations proposent une approche efficace pour répondre à l'ensemble des risques auxquels un manutentionnaire s'expose.

5 principes en manutention manuelle de charges (extrait)

→ Téléchargez les affiches : asstsas.qc.ca/a76



Critères d'efficacité

Selon une étude réalisée en 2011² et une revue critique de la littérature réalisée en 2018³ par l'IRSST sur l'efficacité de l'offre de formation en manutention manuelle, quatre critères gagnants ressortent.

- Le contenu de formation est adapté au contexte
- La pratique est contextualisée
- L'engagement moteur est favorisé
- Les transformations dans les situations de travail sont réalisées en complément à la formation

Contenu adapté au contexte et pratique contextualisée

Afin que le contenu de la formation soit cohérent pour les apprentis, trois aspects permettent de bien l'adapter au contexte réel de travail.

Premièrement, l'entièreté de la formation se réalise dans le milieu de travail, là où les gens accomplissent leurs tâches au quotidien. Il n'y a plus de présentation magistrale dans une salle de formation où les personnes sont assises et écoutent un contenu théorique.

Deuxièmement, toute la formation tourne autour des tâches jugées difficiles par le personnel, exigeantes ou répétitives. La formation permet donc de rechercher des solutions concrètes aux problèmes de manutention vécus par les participants. Pendant la formation pra-

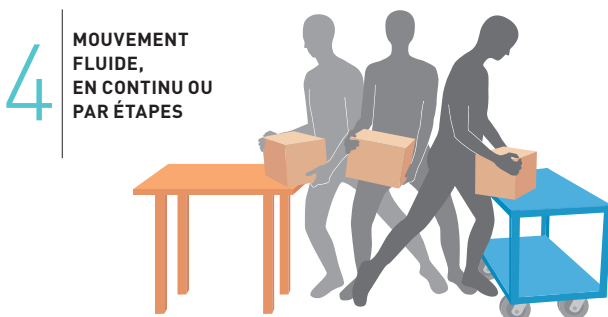
tique, le groupe peut discuter de la problématique, échanger sur leurs savoir-faire, établir des liens avec les principes d'action et identifier les obstacles qui mènent au non-respect des principes enseignés.

Troisièmement, pour chacune des situations de manutention traitées, chaque participant démontre sa méthode pour réaliser la tâche. Ainsi, les trucs du métier ressortent. Le lien se fait immédiatement avec les principes de prévention respectés et qui sont les points communs de l'ensemble des méthodes de manutention utilisées. Il n'est pas rare de constater que les employés ne connaissent pas les trucs des autres. Cette approche enseignante a pour avantage de permettre un partage des savoirs de prudence.

Engagement moteur favorisé

Il est utopique de croire qu'un travailleur peut intégrer adéquatement tous les principes d'action sécuritaire en manutention après seulement une demi-journée de formation. L'intégration de nouveaux gestes demande du temps et surtout de la pratique. Plus la variabilité des tâches est grande, plus le temps d'apprentissage sera long. Prenons un exemple d'une autre discipline. Un novice en ski doit suivre plusieurs cours pendant plusieurs semaines pour apprendre à bien effectuer un virage sans déraper. Il doit être accompagné dans son apprentissage.

Pour répondre à ce besoin d'accompagnement, la formation de moniteurs permet de suivre au quotidien les manutentionnaires pendant la réalisation de leurs tâches réelles. Le moniteur est formé notamment pour donner la formation de travailleurs, mais également pour analyser une situation de manutention et offrir de la rétroaction. Le moniteur est habilité à *coacher* les travailleurs dans leur quotidien afin de les aider à intégrer plus rapidement les principes d'action. Ainsi, les travailleurs sont mieux équipés pour faire face aux différents types de risque d'une situation de manutention.



Quelques chiffres

La manutention de charges représente une tâche à risque de troubles musculosquelettiques (TMS). Selon les statistiques de la CNESST (2013-2017) :

56 % des TMS indemnisés sont liés à la manutention.

Durée d'absence moyenne du travail pour ces TMS **88 jours**

Source : Boucher, A. (2019). *Données sur les lésions professionnelles acceptées qui sont des TMS reliés à la manutention, Québec, 2013 à 2017*. Groupe connaissance et surveillance statistique de la Direction scientifique de l'IRSST. Données non publiées.

Transformation de la situation de travail

Sachant que le comportement des individus n'explique pas à lui seul pourquoi ils se blessent, il est important d'identifier les autres causes. D'autres éléments d'une situation de travail peuvent rendre difficile le respect des principes enseignés. Pensons à l'espace de dégagement disponible pour les pieds, la hauteur où se situe la charge à déplacer, le volume important du contenant qui rend difficile sa prise, etc.

Notre nouvelle formation a pour fondement cinq principes d'action, qui sont les points communs de toutes les méthodes de travail utilisées. Nous avons produit deux affiches pour illustrer ces principes. Lors de la formation des travailleurs, ceux-ci procèdent à l'identification des contraintes (équipements, environnement, types de charge, pratiques organisationnelles, etc.) qui empêchent de réaliser la tâche de façon sécuritaire. Par la suite, ils proposent des modifications pour améliorer globalement leur situation de travail, en prenant le soin d'établir un suivi pour évaluer les effets de ces changements.

Au-delà de la formation

La mise en place d'une formation en manutention de charges ne s'improvise pas. Il est impératif de se donner une démarche structurée qui permet d'atteindre des cibles de prévention. L'ASSTAS peut vous aider à mettre en place une telle démarche. Pour plus d'informations, communiquez avec nous. ■

RÉFÉRENCES

1. *Règlement sur la santé et la sécurité du travail*, art. 166.
2. Denis, D., Lortie, M., St-Vincent, M., Gonella, M., Plamondon, A., Delisle, A. et Tardif, J. (2011). *Programme de formation participative en manutention manuelle – Fondements théoriques et approche proposée*. Montréal, IRSST.
3. Denis, D., Gonella, M., Comeau, M., Lauzier, M. (2018). *Pour quelles raisons la formation aux techniques sécuritaires de manutention ne fonctionne-t-elle pas ? Revue critique de la littérature*. Montréal, IRSST.