

# PECB

*When Recognition Matters*



LA SANTÉ ET LA  
SÉCURITÉ AU BUREAU

# L'importance de la santé et de la sécurité du travail au bureau

La santé et la sécurité au travail est un terme qui comprend les conditions et des facteurs qui peuvent affecter la santé et la sécurité ainsi que le bien-être des personnes engagées dans le travail.

Les travailleurs sont exposés quotidiennement à certains dangers sur le lieu de travail, selon le type d'industrie et les opérations de travail dans lesquels ils sont impliqués. Travailler dans un bureau est généralement considéré comme un environnement de travail sûr mais des accidents peuvent se produire n'importe où. Les travailleurs des industries lourdes comme la construction et la fabrication et aussi les personnes qui passent leur journée entière dans les domaines administratifs et dont la nature du travail est administrative ou de bureau, sont exposés à des dangers professionnels.

Il y a des dangers auxquels les employés de bureau font face, par exemple, l'organisation incorrecte du poste de travail, un mauvais éclairage, une mauvaise disposition des meubles, l'électricité, etc. Par conséquent, cet article examinera les dangers en termes de sécurité, qui sont le plus souvent ignorés.

## Les dangers communs de la santé et de la sécurité dans l'environnement de bureau.

Travailler sur des ordinateurs – les risques liés à l'utilisation de l'ordinateur sont pour la plupart de nature ergonomique. L'ergonomie consiste à concevoir et disposer le lieu de travail afin que les personnes puissent travailler confortablement, en toute sécurité et de manière efficace. Un poste d'ordinateur non ergonomique, comme la hauteur non correcte du bureau, la hauteur de la chaise, le support pour le dos, le niveau du moniteur, la position du clavier et de la souris ainsi que de nombreux autres facteurs, peuvent entraîner des douleurs dans le dos, le cou, les épaules, les bras, les mains, les poignets etc.

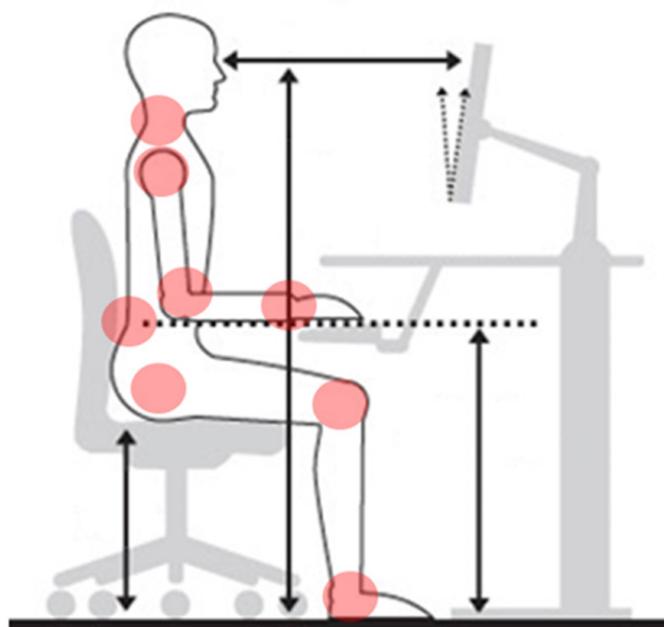


Figure 1. Ergonomic Workstation

L'exposition à des conditions non ergonomiques occasionne des troubles des muscles et du squelette qui peuvent conduire à une invalidité à court terme ou à long terme. De plus, les personnes qui utilisent un ordinateur pendant une période prolongée peuvent également avoir des problèmes de vision dus à une distance inappropriée, un mauvais éclairage, des reflets sur l'écran du moniteur, etc.

**L'environnement du travail** - la qualité de l'air intérieur est importante non seulement pour le confort des travailleurs mais aussi pour leur santé. Une mauvaise ventilation, une température non contrôlée, trop élevée ou une humidité trop basse, sont quelques-uns des facteurs qui peuvent altérer la qualité de l'air intérieur. L'exposition à ces risques provoque des symptômes immédiats comme des maux de tête, de la fatigue, des problèmes de concentration et une irritation des yeux, du nez et de la gorge. Toutefois, l'exposition à certains contaminants présents dans l'air, comme les produits chimiques ou des micro-organismes, peuvent causer des maladies plus graves qui surviennent plus tard, dont le cancer.

Certains des dangers liés à l'environnement habituellement présentés dans les bureaux, sont le mauvais éclairage, la pollution et le bruit. Certains bureaux modernes peuvent manquer de lumière naturelle, tandis que d'autres peuvent faire face à trop de bruit. Ces derniers peuvent sembler des dangers minimes, mais ils peuvent contribuer de manière significative à plusieurs maladies professionnelles ; c'est pourquoi le contrôle de ces facteurs est important lors de l'examen de la santé et de la sécurité du milieu de travail.

**Les fournitures de bureau** – les photocopieurs, les destructeurs de papier, le coupe-papier, les imprimantes, les scanners, etc. sont les machines les plus courantes qui nécessitent une attention spéciale de sécurité. Comme ces machines peuvent posséder des bords coupants, comme des lames, il est important pour les travailleurs/ les opérateurs d’avoir une connaissance de celles-ci, avant de les utiliser. Les mauvais fonctionnements et les défaillances de l’équipement peuvent entraîner des blessures graves chez un employé. Une façon de contrôler les risques du matériel de bureau est d’éviter leur mauvaise utilisation. Afin d’éliminer ou de réduire l’exposition à ces dangers, les machines et les matériaux de bureau devraient être soigneusement inspectés, entretenus et réparés régulièrement.

**La manutention manuelle** – Des activités telles que le transport, l’ascenseur, la descente, le déplacement, le fait de tirer et pousser des objets, sont tous des opérations de manutention manuelle qui ne sont pas susceptibles de présenter des risques pour la santé et la sécurité lorsqu’elles sont effectuées correctement. Les tâches de manutention manuelle inappropriées couramment effectuées dans les bureaux comprennent le déplacement et le soulèvement des boîtes de papier, le transport des fichiers, de dossiers lourds, des livres ou des documents, le déménagement des meubles et d’équipement, ainsi que les tâches répétitives prolongées et intenses, comme l’utilisation du clavier ou de la souris. Les risques associés à la mauvaise manutention manuelle causent des troubles des muscles et du squelette. Ces troubles représentent près de 45% de toutes les blessures liées au travail. Par conséquent, les dangers dus à la manutention manuelle doivent être évités sur le lieu du travail. Le moyen le plus efficace de l’éviter est de corriger la conception ergonomique du lieu de travail, de l’équipement et des tâches.

**Le stress lié au travail** – Un peu de stress au travail peut sembler normal et peut également avoir plusieurs effets positifs. Par exemple, le stress peut aider le gens à accomplir leurs tâches de manière plus efficace et à atteindre les objectifs. Mais l’anxiété, l’irritabilité, la dépression, les troubles du sommeil, les troubles de l’alimentation, la fatigue, l’incapacité à se concentrer et la perte de l’intérêt porté au travail sont tous des symptômes de stress liés au travail excessif. Tous ces effets sur la santé contribuent à une faible productivité. Le stress peut être causé par une mauvaise organisation, le manque de soutien de l’employeur et des collègues, le manque de respect et de nombreux autres facteurs. Un bon nombre d’entre eux peuvent être invisibles, mais doivent être évités quand ils concernent la santé et la sécurité au travail.

**Le travail après l’horaire** – En plus de certains troubles tels que la fatigue, la somnolence etc., le risque de danger peut augmenter en raison de l’incapacité à obtenir immédiatement une assistance, que ce soit des collègues ou des superviseurs. Les mêmes risques pour la santé et la sécurité existent quand on travaille seul ou en isolement après l’horaire. Par conséquent, les employeurs sont tenus d’assurer la santé et la sécurité des travailleurs qui travaillent seuls, après l’horaire ou dans des circonstances isolées.

**La cuisine** – De nos jours, la plupart des bureaux possèdent un coin-cuisine partagé destiné aux collations. En général, il est équipé d’une cuisinière, d’un four à micro-ondes, d’un réfrigérateur, d’une cafetière/de machines à thé, de vaisselle et/ou d’ustensiles. Les cuisines et les appareils de cuisine sont les principales sources d’incendie dans les bureaux. Les dangers pour la santé et la sécurité présents dans les cuisines comprennent une large gamme de risques, des glissades et des chutes et peuvent aller jusqu’aux incendies des bâtiments.

## Conclusion

Lorsque la santé et la sécurité au travail sont mentionnées, on pense que c’est un sujet traité uniquement dans les lieux de travail à haut risque. En fait, chaque organisme, quelle que soit sa nature ou sa taille, doit rechercher les occasions de promouvoir et maintenir le plus haut niveau de santé et de sécurité des employés sur le lieu de travail.

Depuis que la performance de la santé et de la sécurité au travail a un impact direct sur la performance globale de l’entreprise, les organismes doivent mesurer, surveiller et évaluer leur performance de sécurité

et de santé ; ce fait peut être réalisé par le développement et la mise en œuvre d'un programme efficace de la santé et de la sécurité au travail, qui aidera l'organisme à gérer ses risques pour la SST.

Le PECB (Professional Evaluation and Certification Board) est un organisme de certification du personnel pour une large gamme de normes professionnelles. Il offre des services de formation et de certification OHSAS 18001 pour les professionnels souhaitant acquérir des connaissances approfondies sur les processus principaux du SMSST, les directeurs de projet ou les consultants qui désirent préparer et soutenir un organisme dans la mise en œuvre du SMSST, les auditeurs souhaitant réaliser et diriger des audits de certification du SMSST et le personnel impliqué dans la mise en œuvre de la norme OHSAS 18001.

### Formations OHSAS 18001 et santé et sécurité au travail organisées par le PECB :

- Certified OHSAS 18001 Lead Implementer (5 jours)
- Certified OHSAS 18001 Lead Auditor (5 jours)
- Certified OHSAS 18001 Foundation (2 jours)
- OHSAS 18001 Introduction (1 jours)



OHSAS 18001 Lead Auditor, OHSAS 18001 Lead Implementer et OHSAS 18001 Master sont les programmes de certification accrédités par ANSI ISO/IEC 17024.

Narta Voca est la gestionnaire du produit de la santé, de la sécurité et de l'environnement (SSE) au PECB. Elle est chargée du développement et du maintien des cours de formation de la SSE. Pour toute question n'hésitez pas à la contacter à l'adresse [hse@pecb.com](mailto:hse@pecb.com).

Pour plus d'informations, veuillez visiter la page <http://www.pecb.com/site/renderPage?param=139>