



Crédits photos : © stock.adobe.com

# LE RISQUE CARDIOVASCULAIRE CHEZ LES CONDUCTEURS DU TRM

## UN RISQUE PROFESSIONNEL ?



PRÉFET  
DE LA RÉGION  
AUVERGNE-  
RHÔNE-ALPES

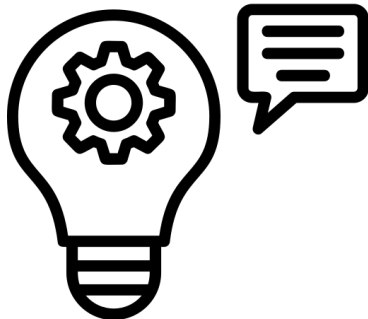
Liberté  
Égalité  
Fraternité

Direction régionale  
de l'économie, de l'emploi,  
du travail et des solidarités



Crédits photos : © stock.adobe.com

# COMPRENDRE



*LE RISQUE CARDIOVASCULAIRE : C'EST QUOI ? QUEL LIEN  
AVEC LES CONDITIONS DE TRAVAIL ?*



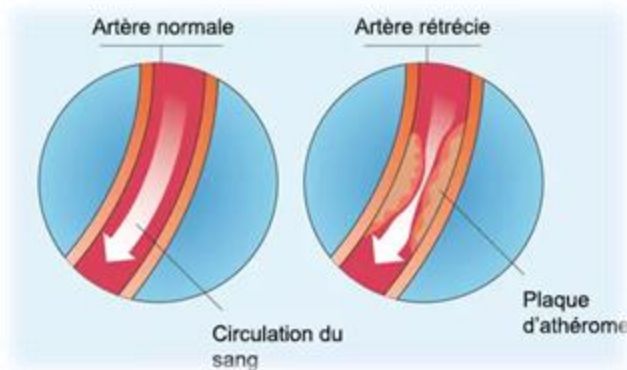
PRÉFET  
DE LA RÉGION  
AUVERGNE-  
RHÔNE-ALPES

Liberté  
Égalité  
Fraternité

Direction régionale  
de l'économie, de l'emploi,  
du travail et des solidarités

# De quoi parlons-nous ?

AVC (Accident Vasculaire Cérébral), Infarctus, ...



## Maladies Cardiovasculaires

Les **maladies cardiovasculaires** résultent du dépôt de graisses sur les parois des artères. Ces dépôts forment des **plaques** et finissent par **gêner la circulation du sang** qui alimente tous les organes et en particulier des organes vitaux comme le cerveau ou le cœur. C'est l'athérosclérose.

## 7 facteurs sur lesquels l'organisation du travail peut avoir une influence :



Tabagisme



Cholestérol



Diabète



Sédentarité



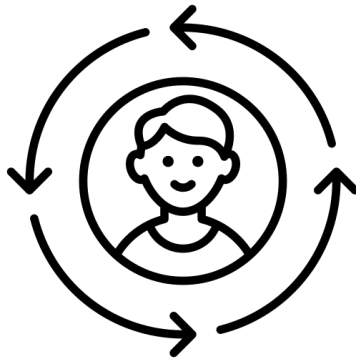
Hypertension



Consommation Alcool



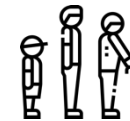
Obésité



## 3 facteurs plus individuels :



Sexe



Âge



Antécédents familiaux



## Les maladies cardiovasculaires : 2<sup>e</sup> cause de mortalité des hommes et 1<sup>ère</sup> cause de mortalité des femmes.

Source : [santepubliquefrance.fr](http://santepubliquefrance.fr)

Si, de prime abord, nous concevons les maladies cardiovasculaires comme une résultante d'une hygiène de vie pas (assez) saine, reconnaissons que certaines situations de travail des conducteurs routiers peuvent exposer ou accentuer l'exposition à ces facteurs de risques.

# Qu'est-ce qui peut occasionner l'exposition à ces facteurs de risques chez les conducteurs ?

## Le stress

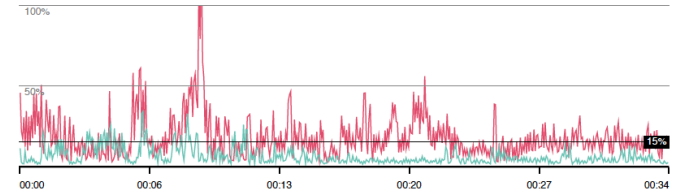
Contraintes de circulation, conditions d'accueil, isolement, matériel non adapté, Incivilités, etc...

## L'environnement de travail

L'environnement matériel de l'activité ainsi que l'environnement physique de travail

## Le temps

La gestion du temps de travail, l'organisation des tournées, la prise en compte des coupures, repas et repos.



## Le travail et son organisation peuvent fatiguer un individu et sursolliciter son système cardiovasculaire.

- **Augmentation des efforts physiques**, du rythme cardiaque pour s'adapter aux sollicitations physiques lors des opérations « autour du camion » notamment,
- **Stress** lié aux aléas de la circulation et des livraisons, un **repos non réparateur**, sommeil altéré (lors des découchés fréquents),
- **Alimentation** trop riche et/ou trop chargée en glucides (sandwiches, repas dans les relais routiers), ...





Crédits photos : © stock.adobe.com

# IDENTIFIER

DANS VOTRE ENTREPRISE, COMMENT REPÉRER LES FACTEURS  
DE RISQUE, AVEC QUELS INDICATEURS ?



PRÉFET  
DE LA RÉGION  
AUVERGNE-  
RHÔNE-ALPES

Liberté  
Égalité  
Fraternité

Direction régionale  
de l'économie, de l'emploi,  
du travail et des solidarités



# Comment identifier l'impact de des facteurs de risques

Connaitre

Les 10 facteurs de risques

Libérer

La parole autour de ce sujet

Suivre

Des indicateurs internes

# Comment identifier l'impact de des facteurs de risques



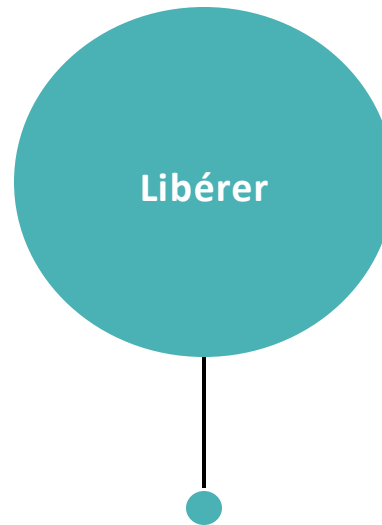
Connaitre

Les 10 facteurs de risques

Etudier en quoi le travail et son organisation peuvent influencer l'apparition ou l'aggravation d'un ou plusieurs de ces facteurs.

# Comment identifier l'impact de des facteurs de risques

Certains facteurs n'appartiennent pas à l'entreprise (âge, sexe et hérédité). Cependant, il faut oser parler de tous sans préjugés...

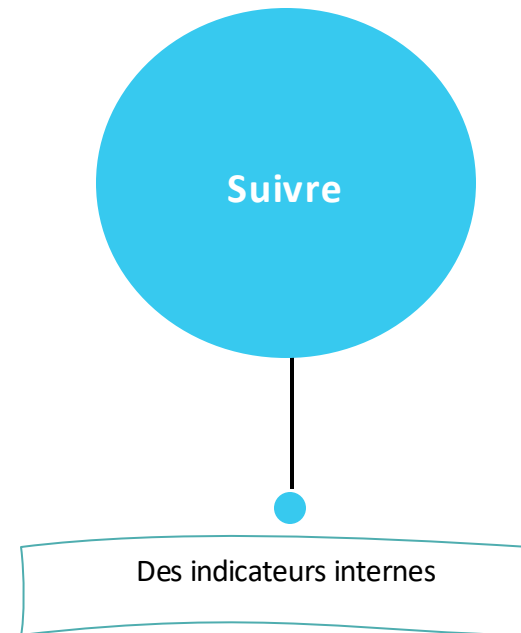


La parole autour de ce sujet

*(en s'appuyant sur le Service de Prévention et de Santé au travail).*

## Comment identifier l'impact de des facteurs de risques

Le suivi de la sinistralité, de l'entretien du matériel, des écarts par rapport à l'organisation théorique,... doivent permettre de mieux appréhender des situations en amont en identifiant des indicateurs, sans se limiter à l'identification des cas de maladies/accidents cardiovasculaires, bien entendu.



# Comment identifier l'impact de votre organisation :



**Vous êtes responsable d'une TPE-PME**

**1. Conditions de travail**

**2. Organisation du travail**

**3. La prévention dans votre entreprise**

	16	16	32	48	64
	12	12	24	34	48
	9	9	18	27	36
	8	8	16	24	32
	6	6	12	18	24
	5	5	10	15	16
	4	4	8	12	16
	3	3	6	9	12
	2	2	4	6	8
	1	1	2	3	4
	X	1	2	3	4

Gravité x fréquence

Niveau de protection



Interrogez votre organisation :

La DREETS Normandie a déployé un auto-questionnaire qui vous permet d'identifier les organisations à risques

L'analyse des risques

Dans l'analyse des risques professionnels, intégrez les facteurs pouvant exposer au risque de maladies cardiovasculaires

Concertez-vous

Etablissez un état des lieux à partager avec tous les acteurs comme base de réflexion et de travail.



Crédits photos : © stock.adobe.com

# AGIR

**AVEC QUI ? COMMENT ? (LES PRINCIPES GÉNÉRAUX DE PRÉVENTION ; LES ACTEURS ; LES PRINCIPALES ÉTAPES DE LA DÉMARCHE, ...).**



**PRÉFET  
DE LA RÉGION  
AUVERGNE-  
RHÔNE-ALPES**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

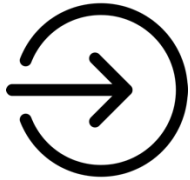
Direction régionale  
de l'économie, de l'emploi,  
du travail et des solidarités

# Vous pouvez agir en appliquant les 9 principes de prévention...





## Vous avez des interlocuteurs internes et externes



### En Interne :

Direction, CSE, Management Intermédiaire, Exploitation, Référent, salariés.



### En Externe :

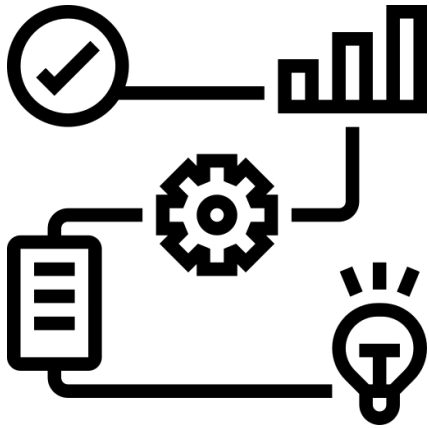
Service de Prévention et de Santé au Travail, Carsat, Anact, Inspection du Travail, Fédération, Groupements, ...

## Faire adhérer vos conducteurs...



Ils doivent être **sensibilisés** et **associés** aux actions envisagées / retenues, connaître leurs modalités de mise en place pour limiter voire supprimer l'exposition aux facteurs de risques liés à l'organisation travail de maladies cardiovasculaires.

## Les principales étapes de la démarche :



- Analyse du travail réel,
- Suivi de l'état du matériel,
- Prise en compte de l'environnement physique,
- Gestion de l'organisation quotidienne du temps de travail,
- Évaluation de l'impact de l'organisation des missions.

## 3 exemples d'interventions ...

### Améliorez la préparation

Retravaillez la préparation des missions de transport : protocoles de sécurité, négociations clients, analyse de situations dangereuses, remonté d'informations, ...

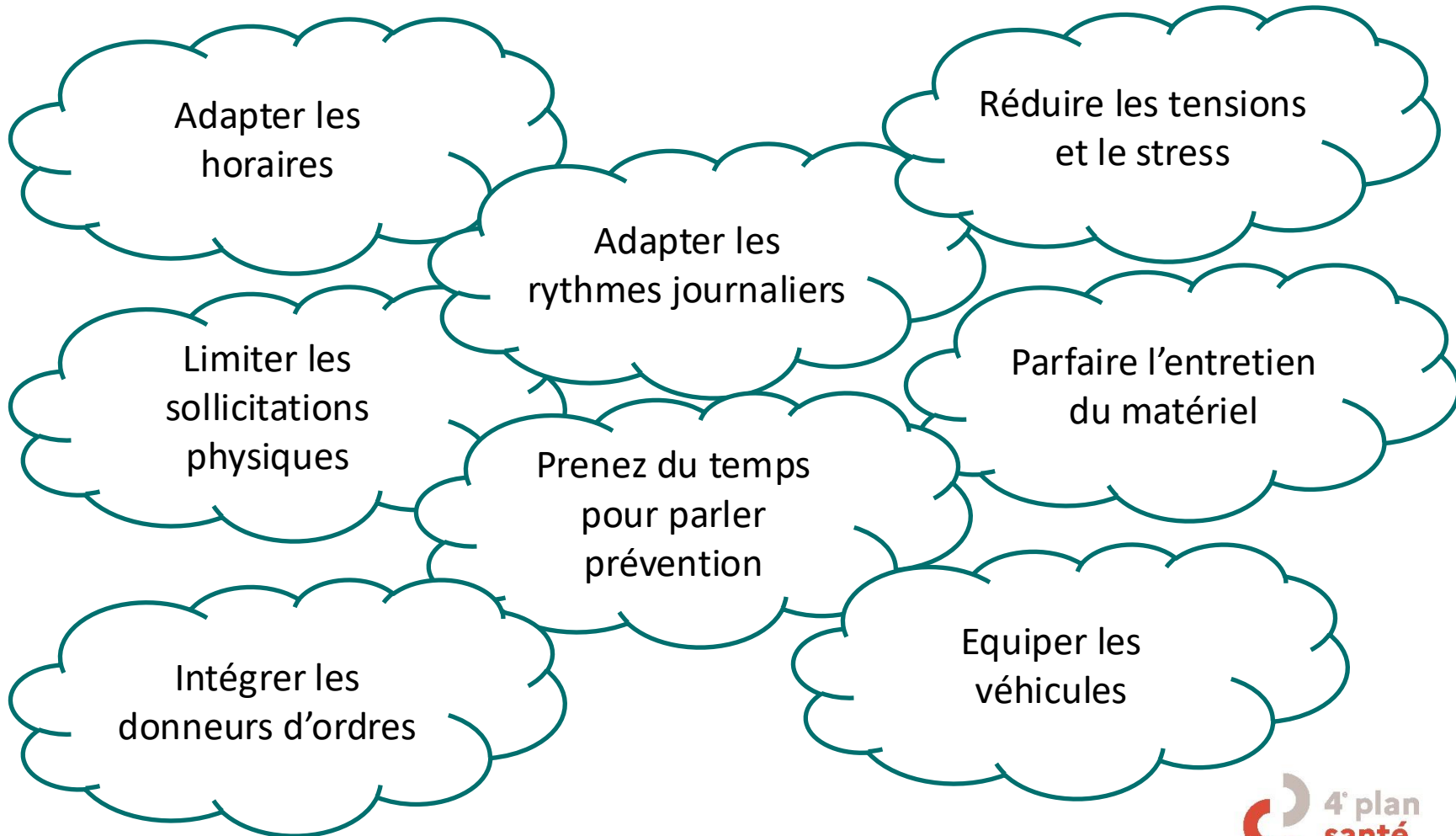
### Entretenez, améliorez le matériel

Effectuez l'entretien conformément aux indications des constructeurs, suivez l'évolution des technologies, limitez les sollicitations et contraintes physiques, ...

### Réinterroger l'organisation du temps de travail

Vous suivez déjà les temps de Conduite, Travail & Repos de vos conducteurs. Organisez les journées de travail de manière à privilégier leur qualité de vie.

## Des exemples d'actions pragmatiques :





Crédits photos : © stock.adobe.com

# POUR ALLER PLUS LOIN...

**Effectuez le diagnostic de la DREETS Normandie,  
puis suivez les modules de ce parcours pour  
engager une démarche efficace de prévention  
primaire**



**PRÉFET  
DE LA RÉGION  
AUVERGNE-  
RHÔNE-ALPES**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

Direction régionale  
de l'économie, de l'emploi,  
du travail et des solidarités