



1. CONTRAINTES POSTURALES ET ARTICULAIRES

>>> Quels effets sur la santé ?

> Les contraintes physiques répétées liées aux gestes et aux postures sollicitent le corps dès le début de la vie professionnelle et peuvent se traduire au fil du temps par des troubles ostéo-articulaires :

- > maux de dos,
- > douleurs articulaires,
- > tendinites épaules, coudes, poignets...

et des troubles circulatoires :

- > sensation de jambes lourdes,
- > insuffisance veineuse et varices.

>>> Comment réduire ces risques ?

> Organiser le travail : alterner les tâches, intégrer des pauses, travailler sur RDV ...

> Adapter les postes de travail : travailler à hauteur moins contraignante, (sièges réglables, bac de longueur réduite), dégager les espaces de travail, dessertes mobiles...

> Former aux bonnes pratiques : garder les mains en dessous de la ligne des épaules, utiliser un tabouret de coupe à roulettes, ne pas porter de talons hauts, garder le dos droit...

> Adapter le matériel : poids des sèche-cheveux, ciseaux avec repose petit-doigt, valises à roulettes pour le domicile...

- Station debout
- Contraintes pour le dos
- Bras en l'air

Postures à risque



- Shampooing
- Coupe
- Brushing

Contraintes articulaires



CONTRAINTES POSTURALES

2. CONTACT AVEC LES PRODUITS CHIMIQUES

>>> Quels effets sur la santé ?

> Effets cutanés : le contact répété avec l'eau et l'exposition à de multiples produits chimiques, au nickel, entraînent des risques pour la peau et les muqueuses :

- > effets irritatifs,
- > allergie, eczéma...

> Effets respiratoires : les coiffeuses respirent aussi de nombreux polluants venant de substances volatiles, d'aérosols, spray :

- > conjonctivite allergique,
- > picotement du nez,
- > asthme.

?

Produits de coloration : première cause d'asthme chez les coiffeuses



>>> Comment réduire ces risques ?

> Avoir une connaissance des produits : choisir les produits les moins dangereux, les moins volatils

> Respecter les consignes d'utilisation : pas de mélange de produits, ne pas manger à proximité

> Utiliser les moyens de protection : crème protectrice avant le travail, gants de taille adaptée pour pose et rinçage, crème réparatrice après le travail, pas de shampooing pour le lavage des mains

> Pas de nickel : instruments sans nickel, pas de bagues et bijoux au travail

A savoir !

Redoubler de précautions lors de la grossesse

4 coiffeuses sur 5 sont susceptibles d'être enceintes

3. LES AUTRES RISQUES

>>> Risque infectieux

- > Coupures, contact avec du sang,
- > Contact avec les cheveux : poux, mycoses.

>>> Risque circulatoire

- > Sensation de jambes lourdes,
- > Insuffisance veineuse, varices.

>>> Risque accidentel

- > Chutes, entorses
- > Accident de voiture (domicile).

>>> Comment réduire ces risques ?

> Nettoyer et désinfecter tous les jours les instruments de travail.

> Ne pas se ronger les ongles

> Utiliser des rasoirs ou lames à usage unique.

> Ne pas mettre de talons hauts.

> Porter une contention veineuse.

> Tenir à jour une trousse à pharmacie.



Des questions ? PARLEZ-EN A VOTRE MEDECIN DU TRAVAIL