

# Boulangier et pâtissier



Prévention des risques professionnels  
À destination des salariés

## POUSSIÈRES DE FARINE - Asthme, rhinite, eczéma



L'exposition à la poussière de farine est la première cause d'asthme professionnel en France.

### Adopter les bonnes pratiques pour limiter l'exposition à la poussière :

- ▶ Mettre d'abord l'eau, puis la farine dans la cuve à pétrin.
- ▶ Découper le sac avec un cutter à lame auto-rétractable plutôt que le déchirer.
- ▶ Retourner le sac au fond de la cuve, le remonter sans le secouer ou le taper. Le plier ou le rouler.

▶ Frasage : effectuer les premières minutes à vitesse lente.

▶ Fleurage : utiliser une farine de fleurage et fleurir au plus près du plan de travail.

▶ Porter un masque de protection anti-poussières (FFP2 ou FFP3) lors des opérations les plus génératrices de poussières de farine : remplissage du pétrin, fleurage, nettoyage du silo et des sols.

▶ S'assurer du bon fonctionnement des systèmes d'aspiration des machines.

▶ Nettoyer les plans de travail avec une raclette et le sol avec un aspirateur à filtre absolu ou à l'humide (éviter le balai).

▶ En fin de poste, enlever la tenue de travail et s'habiller en tenue de ville.

▶ Ranger séparément vêtements de travail et tenues de ville.

▶ Ne pas secouer ou broser les vêtements de travail mais les laver régulièrement.

## MANUTENTION MANUELLE - POSTURES CONTRAIGNANTES GESTES RÉPÉTITIFS

### Risque de troubles musculo-squelettiques (TMS) :

- ▶ Utiliser au maximum les aides à la manutention lors du transfert des sacs de farine et de la manipulation des planches (chariots, diables...).
- ▶ Soulever les charges en s'en rapprochant, dos droit et genoux fléchis.
- ▶ Travailler sur un plan de travail à hauteur des hanches et les coudes près du corps.
- ▶ Alternier les postures pour éviter les gestes répétitifs.
- ▶ Limiter la distance de port de charge et le poids des quantités portées.
- ▶ Demander une formation sur les risques liés à la manutention et aux postures de travail.

### Risque d'insuffisance veineuse (station debout prolongée, piétinement) :

- ▶ Pratiquer une activité physique régulière (natation, vélo, marche),
- ▶ Se reposer les jambes surélevées.



## UTILISATION DE MACHINES ET D'OUTILS - Coupure, brûlure, etc.

- ▶ Utiliser les machines en respectant les consignes d'utilisation et de sécurité. Ne pas enlever les systèmes de protection des machines : pétrin...
- ▶ Débrancher les machines avant toute intervention de nettoyage.
- ▶ S'assurer du bon fonctionnement des dispositifs d'arrêt d'urgence.
- ▶ Signaler tout matériel électrique détérioré.

## BRUIT

- ▶ Signaler à l'employeur les matériels défectueux devenus bruyants (chambre froide, laminoir).
- ▶ Éviter d'utiliser, si possible, plusieurs matériels bruyants en même temps.

## HYGIÈNE

- ▶ Avoir les mains propres, les ongles courts et les cheveux attachés.
- ▶ Porter des doigtsiers ou des gants en cas de blessure.
- ▶ Porter des tenues de travail propres et changées régulièrement : pantalon, veste de cuisine, t-shirt.
- ▶ Se brosser les dents après toute préparation à base de sucre pour éviter la carie du pâtissier (vapeur de sucre).
- ▶ Utiliser les poubelles avec couvercle à commande non manuelle.



- ▶ Porter des gants jetables pour manipuler les produits alimentaires allergisants (kiwi, épices, ail...).

## HORAIRES DE NUIT

- ▶ Avant la prise de poste, prendre une collation légère.
- ▶ Éviter une consommation excessive d'excitants : café, thé, colas, boissons énergétiques.
- ▶ Respecter des horaires réguliers de coucher et de lever, privilégier le sommeil le plus tôt possible en fin de poste et une durée de sommeil suffisante (7h/24h). Ne pas négliger les siestes (micro-siestes de 30 min. ou siestes de 1h30).

## RISQUE DE BRÛLURES - AMBIANCE THERMIQUE (CHAUD)

- ▶ Éloigner les chariots de produits chauds des espaces de circulation.
- ▶ Porter, si possible, des gants de protection contre la chaleur à manchettes longues pour la manipulation des produits chauds.
- ▶ En cas de brûlure, laisser refroidir la lésion sous l'eau froide pendant 10 min.
- ▶ S'hydrater régulièrement au cours de la journée de travail (2 litres/jour).

# CHUTE DE PLAIN-PIED - CHUTE DE HAUTEUR

Sol glissant ou mouillé, escaliers, mezzanine, escabeau...

- ▶ Porter des chaussures de sécurité antidérapantes.
- ▶ Maintenir les locaux rangés et les accès dégagés.
- ▶ Être attentif aux sols humides (cônes de signalisation), aux dénivellations et aux sols endommagés.
- ▶ Nettoyer le sol régulièrement afin d'éliminer la présence de farine.

## RISQUE CHIMIQUE

Risque d'irritations, d'allergies cutanées et/ou respiratoires

### Désinfectants, produits nettoyants....

- ▶ Utiliser les produits en respectant les consignes d'utilisation et de sécurité.
- ▶ Porter les EPI : gants en nitrile de préférence, lunettes de protection, tenue de travail...
- ▶ Se laver les mains après utilisation des produits.

## RISQUES PSYCHOSOCIAUX

Travail sous pression pendant les coups de feu, horaires coupés, gestion simultanée de plusieurs tâches, travail le soir et le week-end

- ▶ Effectuer des pauses régulières.
- ▶ Suivre les procédures d'alerte et de secours pour salariés isolés.
- ▶ Faire remonter les difficultés à l'employeur.
- ▶ Demander une visite médicale à votre initiative auprès du médecin du travail.

### EN SAVOIR PLUS

Pour toute question, contactez votre médecin du travail ou l'équipe pluridisciplinaire de votre Service de Prévention et de Santé au Travail



**Odalia**

On travaille mieux  
quand on est bien

Document élaboré par AMETRA06  
Membre de Présanse Paca-Corse

**présanse**

PRÉVENTION ET SANTÉ AU TRAVAIL

PROVENCE-ALPES-CÔTE D'AZUR-CORSE

Retrouvez-nous  
sur les réseaux

