



vous accompagner

# Les conseils pour protéger vos pieds et vos mains



santé  
famille  
retraite  
services

[www.msa.fr](http://www.msa.fr)

L'essentiel & plus encore



## Vous travaillez au contact d' animaux ?

**Ecrasements, coupures, frottements** : en tant qu'éleveurs, vos pieds et mains sont bien souvent malmenés par les animaux dont vous vous occupez. De par leurs mouvements incontrôlés, leur force et leur poids, les animaux peuvent vous occasionner de graves blessures : agissez avec prudence.

### ✦ Vos pieds risquent d'être écrasés par les animaux ?

- ▶ Protégez-les en portant des chaussures de sécurité adaptées à votre morphologie et à votre activité.

### ✦ Vous manipulez cordes et longes ?

- ▶ Portez des gants pour éviter tout risque de brûlure ou de frottement.

## LE + MSA

Tout au long de l'année, la MSA organise des formations sur le terrain pour vous conseiller en matière d'équipements de protection pour le travail avec les animaux. Renseignez-vous.



## Vous utilisez des outils coupants ? des machines et outils motorisés ?

Les sécateurs **pneumatiques** ou **électriques**, ainsi que toutes les machines mécaniques, doivent être utilisés avec précaution en raison des **blessures** qu'ils peuvent causer. Ces outils sont dangereux, restez attentif.

### ✦ Vous taillez manuellement ou travaillez dans un atelier de découpe ?

► Pour prévenir coupures et amputations, le port de gants spécifiques est indispensable.

### ✦ Vous utilisez des machines en atelier ?

► Evitez les vêtements amples qui peuvent être happés par la machine et entraîner la main.

## LE + MSA

Les équipes santé MSA peuvent étudier avec vous les gestes et situations à éviter pour limiter les risques liés à votre activité lors de diagnostics, formations... Renseignez-vous.



## Votre activité est répétitive et demande des gestes minutieux ?

Gestes répétitifs et contraignants lors de la cueillette, soins aux petits animaux, taille de la vigne par basses températures...

Vos articulations sont quotidiennement soumises à rude épreuve. Prenez garde, votre corps a ses limites et finit par ne plus supporter les fortes contraintes qui lui sont imposées. On parle alors de Troubles Musculo-Squelettiques (TMS).

### ✦ Une tâche vous fait souffrir ?

- ▶ En cas de gestes répétitifs, veillez à prendre des pauses régulières pour reposer vos articulations et utilisez du matériel adapté pour vous soulager (poignet de maintien, sécateur à poignée tournante).

### ✦ Vous travaillez dans le froid ?

- ▶ Echauffez vos articulations avant de commencer votre activité et veillez à maintenir vos mains au chaud en portant des gants suffisamment épais.

## LE + MSA

La MSA met à votre disposition différentes documentations pédagogiques pour vous aider à prévenir l'apparition des Troubles Musculo-Squelettiques. Consultez ces documents sur le site [www.ssa.msa.fr](http://www.ssa.msa.fr)



## Le savez-vous ?

- La majorité des accidents du travail qui sont graves concerne les mains.

Manutention manuelle, postures de travail inconfortables, exposition aux vibrations : les particularités de vos métiers vous exposent à de nombreux risques.

Pourtant, il suffit de quelques gestes adaptés ou de modifier votre organisation de travail, d'aménager vos postes différemment, pour limiter les conséquences.

**Adoptez les bons réflexes  
pour préserver durablement  
votre santé !**

La MSA intervient pour la Santé-Sécurité au Travail des exploitants, salariés, employeurs et chefs d'entreprises agricoles. Elle agit pour améliorer les conditions de travail et prévenir les risques en agriculture.

Les conseillers en prévention, les médecins du travail et les infirmiers de santé au travail sont là pour vous aider à trouver des solutions de prévention adaptées à votre situation.



[ssa.msa.fr](http://ssa.msa.fr)

La bibliothèque en ligne  
de la prévention agricole



L'essentiel & plus encore