

EPP Cuisiniers

Risques

- Ambiance thermique (chaud/froid/humide)
- Ambiance phonique (bruit)
- Port de charges (objets lourds et ergonomie poste de travail → trop haut ou bas)
- Postures (station debout prolongée)
- Gestes répétitifs (couper, hacher, désosser)
- Stress

Conséquences

- TMS (haut corps et dos)
- Flux veineux
- Lombalgies

Solutions

- Ergonomie
- Alternner tâches et postures
- Formation aux gestes professionnels
- Techniques de portage
- Renforcement musculaire du tronc et membres supérieurs
- Assouplissements
- Relaxation