

## Conduire au travail : comment bien choisir un véhicule d'entreprise pour protéger la santé de vos salariés ?

Préserver la santé des salariés passe aussi par un choix de véhicule adapté.

Un véhicule inadapté entraîne des postures contraignantes pouvant engendrer des atteintes à la santé tels que les troubles musculo-squelettiques (TMS)<sup>1</sup>, particulièrement si l'activité principale du salarié est la conduite.

### Les critères à prendre en compte

Le choix d'un véhicule d'entreprise doit se faire en fonction du métier et de l'activité de travail pour lesquels il va être utilisé afin qu'il réponde aux exigences du métier.

En cas de véhicules partagés, il convient de choisir un modèle qui permette un maximum de réglages pour s'adapter aux différentes morphologies des futurs conducteurs. **Les différents éléments de l'habitacle (volant, siège, pédales et autres commandes) pourront ainsi être adaptés au conducteur et à son utilisation.** Cela permettra une conduite simple, intuitive et sécuritaire.

Nous allons maintenant détailler les différents éléments du poste de conduite à prendre en compte lors du choix du véhicule.

### Entrée et sortie du véhicule

Le conducteur doit pouvoir entrer et sortir du véhicule sans position contraignante.

Le véhicule doit permettre au conducteur une entrée et une sortie sans pencher la tête ou sans se heurter les genoux sur le tableau de bord.

Pour les véhicules utilitaires, si l'accès se fait via une marche, vérifier :

- qu'elle ne soit pas trop haute et qu'elle soit antidérapante,
- que le véhicule soit équipé d'une barre d'accès facilement préhensible pour faciliter l'accès au véhicule.

Les poignées des portières et du coffre doivent être faciles d'accès et simples à actionner, notamment lors du port de gants.

---

<sup>1</sup> Lésions touchant les muscles, les tendons et les nerfs des membres supérieurs (cou, poignet, épaules) ou inférieurs (genoux).

### Coffre

S'assurer que le coffre soit suffisamment spacieux, en particulier pour les commerciaux et qu'il puisse s'ouvrir en grand pour faciliter l'accès au chargement.

Il existe différents types de banquette arrière permettant d'agrandir plus ou moins le volume du coffre. La banquette peut se rabattre entièrement ou partiellement. Le choix s'effectue selon le type de charge à transporter.

S'il est utilisé fréquemment, choisissez un modèle de véhicule :

- dont le coffre est ajustable ou muni d'un double plancher de façon à charger et décharger sans se plier. Le bord du coffre doit permettre de charger et décharger le contenu par glissement.
- dont l'accès à l'intérieur du coffre n'est pas entravé par l'épaisseur du coffre et du pare-chocs arrière. Plus la distance entre le salarié et le coffre est courte, plus le chargement sera facile et peu sollicitant.

### Dans le cas de l'utilisation d'un utilitaire :

Un aménagement de l'arrière du véhicule est nécessaire et il se fera en fonction des tâches à effectuer et du chargement.

Equiper les véhicules utilitaires légers d'un **dispositif d'arrimage et de cloisons de séparation pleines**.

Une cloison pleine :

- permet d'arrêter les petites pièces ou les tubes,
- limite la pollution qui peut être liée au chargement et
- permet une meilleure isolation pour la climatisation, le chauffage et le bruit.

Elle doit répondre à la norme ISO 27956. L'INRS a édité une liste des aménageurs professionnels dont le mobilier embarqué a fait l'objet d'un essai destructif selon le protocole d'essai IRNS NS286.

Un **indicateur de charge** est également utile afin de limiter le risque de surcharge pouvant entraîner un éclatement des pneus, une mauvaise tenue de route, une augmentation de la distance de freinage...

### Volant

Il est préférable que la hauteur et la distance du volant soient ajustables à la morphologie du conducteur pour faciliter l'entrée et la sortie dans le véhicule.

**Le volant doit être à une distance de 25 - 30 cm du sternum**, le conducteur ne doit pas étirer les bras pour l'atteindre. (cf. dépliant CMB « risque routier mission pour les bonnes postures à adopter »).

Préférer les véhicules équipés d'une direction assistée pour réduire les efforts des conducteurs.

Prêter attention à la position du volant, il est important que le volant ne nuise pas à la vision du tableau de bord.

### Siège

Il faut **s'assurer que le siège du véhicule soit ajustable** de manière à éviter les points de pression au niveau des fessiers, des jambes et du dos. Cette pression exercée sur le corps peut nuire à la circulation sanguine des membres inférieurs et peut être source d'inconfort et de douleurs.

Un siège est correctement ajusté lorsque l'automobiliste peut atteindre les différentes commandes et avoir une bonne visibilité devant et derrière sans effort.

Il est important pour cela qu'il puisse ajuster :

- **la distance entre le dossier et le volant** : le conducteur doit conserver un espace suffisant afin que la ceinture de sécurité et le coussin gonflable puissent offrir une protection maximale en cas d'accident.
- **la hauteur du siège par rapport au plancher** : le siège doit être suffisamment élevé pour permettre une bonne visibilité vers l'extérieur. Le regard doit être situé à environ 8 cm au-dessus du volant.
- **le dossier du siège** doit être incliné à 110 degrés par rapport aux jambes afin de réduire la pression exercée sur la colonne vertébrale et de permettre aux muscles du dos de se relâcher. De plus, dans la pratique, la modification de l'inclinaison du dossier du siège d'un ou deux cran(s), toutes les vingt minutes, permet de déplacer la zone de concentration des vibrations dans le corps.

Il est recommandé que le siège et en particulier le dossier, possèdent une **couche de rembourrage pour permettre d'absorber une partie des vibrations**.

En effet, le corps absorbe les vibrations de la route ce qui peut amplifier les douleurs ressenties dans l'ensemble du corps, et plus particulièrement dans le bas du dos.

Cette couche de rembourrage peut être accompagnée d'un soutien lombaire ajustable, en hauteur et en épaisseur, qui permet au conducteur de le placer au niveau de la cambrure lombaire pour un soutien efficace.

**Le dossier du siège ne doit pas nuire à la vision arrière** lors de la conduite, ni obliger le conducteur à prendre des postures en torsion pour réaliser ses contrôles.

**Porter également attention au revêtement du siège**, afin qu'il puisse laisser passer l'air. Eviter les matières synthétiques.

### Pare-brise

Il doit être d'une dimension suffisante pour permettre une totale visibilité vers l'extérieur et éviter les rotations du dos et du cou lors des contrôles qui peuvent occasionner des douleurs.

### Appui-tête

L'appui-tête est un élément du véhicule qui représente un dispositif de sécurité pour retenir la tête.

Il doit être positionné de façon à obtenir une efficacité maximale et ne pas gêner la visibilité.

### Pédales et levier de vitesse

Les pédales doivent être accessibles sans que le corps ne fasse de mouvements contraignants, sans obliger un changement de position du conducteur (basculement vers l'avant).

Le bas du dos doit être appuyé contre le dossier du siège. Il est nécessaire que la position du siège permette au conducteur de poser entièrement son pied sur les pédales : avancer et ajuster la hauteur du siège (cf. dépliant risque routier mission pour le bon réglage du siège par rapport aux pédales).

Pour les longs déplacements, il est préférable d'opter pour des automatiques, où le passage des vitesses se fait avec le levier. Cela évite les postures en crispation des membres inférieurs.

Le contrôle des vitesses sur le volant permettra aussi d'éviter les postures en suspension du pied au dessus des pédales.

### Rétroviseur

Privilégiez un rétroviseur grand angle : plus le véhicule est grand, plus l'angle mort est grand.

Le rétroviseur grand angle permet d'élargir la vision et réduit l'angle mort.

### Insonorisation

Le conducteur est exposé aux bruits du moteur et de la circulation qui sont augmentés par l'écoute de la radio ou l'ouverture de la fenêtre. Cela peut entraîner une perte auditive qui peut être plus importante à gauche qu'à droite (source INRS).

Le bruit lors de longs trajets peut également être une source de stress.

### Ambiance climatique

S'assurer que le véhicule soit équipé d'un système permettant de réguler la température et la ventilation de l'habitacle pour une conduite sécuritaire : chauffage, ventilation, désembuage, climatisation, etc.

### Autres dispositifs pouvant contribuer à un meilleur confort et une meilleure sécurité :

- ABS : évite le blocage en cas de freinage important
- AFU : amplifie le freinage et déclenche les feux de détresse
- ESP : stabilise le véhicule dans les virages et répartit le freinage

**Une bonne organisation des déplacements participe aussi à l'amélioration du bien-être du salarié (stress, TMS, etc.).**

### L'entretien des véhicules

Un fois l'achat d'un véhicule adapté à votre activité réalisé, il est important d'organiser la **maintenance régulière des véhicules**. Pour ce faire, vous pouvez désigner une personne référente qui dispose des compétences nécessaires. La planification des entretiens et la mise en place d'un carnet de suivi peuvent également faciliter cet entretien.

### Pour aller plus loin :

- Site de l'INRS, rubrique : [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)
- Centre canadien d'hygiène et de sécurité au travail : <http://www.cchst.ca/oshanswers/ergonomics/driving.html>
- Dépliant CMB - Risque routier mission : [http://www.cmb-sante.fr/\\_upload/ressources/06espace\\_pratique/062prevention\\_pratique/depliant\\_risqueroutiermission\\_cmt\\_20120320.pdf](http://www.cmb-sante.fr/_upload/ressources/06espace_pratique/062prevention_pratique/depliant_risqueroutiermission_cmt_20120320.pdf)

### Besoin d'aide ? Contactez-nous

Pour toute question ou un conseil, n'hésitez pas à en parler à votre médecin du travail ou à contacter le SIST-CMB : [intervention@cmb-sante.fr](mailto:intervention@cmb-sante.fr)

CMB – TMS - 02-2015 : Fiche prévention réalisée par la cellule TMS avec le soutien du service communication  
Membres de la cellule : Sarah DO SACRAMENTO, Céline GERAN, Caroline LEVEQUE, Elisabeth MONTEIRO, Dr Marie-Christine PREUX, Pauline THIERRY