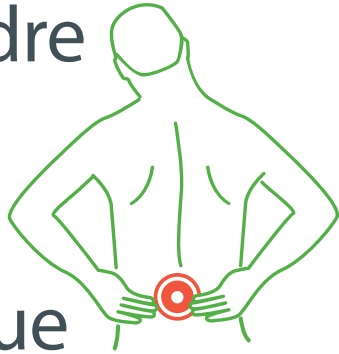


LE CADRE VERT

pour prendre
en charge
un salarié
lombalgique



► L'entreprise peut jouer un rôle majeur pour permettre au salarié lombalgique un retour au travail le plus tôt possible, et éviter des arrêts de longue durée et une évolution vers un stade chronique.

C'est avec cet objectif qu'a été créé le Cadre vert.

La prise en charge du salarié lombalgique associe deux démarches conjointes et indissociables :

► **informer** : une fois le diagnostic de lombalgie commune posé (lumbago, mal au dos...), un message rassurant s'impose : la lésion est minime, sans relation avec l'intensité de la douleur ou du handicap. Le patient peut et doit bouger, même prudemment au début.

► **favoriser son retour au travail** en mettant en œuvre à la fois une prise en charge médicale appropriée et une démarche d'adaptation du travail et de son environnement.

Le Cadre vert permet à l'entreprise et aux préventeurs de s'assurer que le salarié lombalgique sera accueilli à un poste de travail qui lui permette de bouger « **comme dans la vie de tous les jours** », sans excès en termes d'efforts et d'intensité.

D'une part, il fixe les limites des contraintes présentant des risques pour l'appareil locomoteur en général et pour le rachis, en particulier pour le salarié lombalgique.

D'autre part, il organise les conditions de l'accueil du salarié lombalgique afin que ce dernier se sente attendu. **La période Cadre vert**, c'est-à-dire la transition entre le retour au travail et la reprise de l'activité normale, s'étend généralement de huit jours à trois semaines mais elle est modulable hors de ces limites.

Il n'y a pas de méthode unique pour entrer dans le Cadre vert. C'est à l'entreprise de construire sa méthode en fonction de son activité, ses moyens, son environnement économique, géographique... sur la base d'une démarche participative et progressive.

Le Cadre vert...

C'est...

- une base de discussion,
- un élément d'une démarche,
- une incitation à faire,
- le début d'une action pérenne,
- l'introduction d'une culture santé dans l'entreprise.

Ce n'est pas...









- un texte de loi, une norme,
- un outil ergonomique,
- un élément isolé,
- un objectif immédiat.

Certains éléments sont cependant incontournables pour la mise en œuvre du Cadre vert :

- la volonté de l'employeur ;
- la formalisation de la démarche avec tous les partenaires de l'entreprise ;
- la collaboration de tous les acteurs concernés (employeur, ressources humaines, méthodes, service de santé au travail, encadrement) pour la conception des postes Cadre vert ;
- l'implication du service de santé au travail qui fera le lien avec les thérapeutes extérieurs ;
- l'écoute attentive du salarié ;
- un accompagnant du salarié lombalgique, choisi parmi l'encadrement, et une implication de ses collègues pour faciliter le retour ;
- une progressivité du retour à la situation stable, définie au début, même si elle reste modulable ;
- le recours à toutes les facettes de l'organisation du travail (pauses, partage de tâches, rotations...).

Cette démarche devra être adaptée selon les ressources de l'entreprise.

LE CADRE VERT

	Manutention ⁽¹⁾	Charge ≤ 5 kg Tonnage ≤ 3 t/j
	Pousser - Tirer ⁽¹⁾	Poids déplacé ≤ 100 kg sur 4 roues
	Travail répétitif ⁽²⁾	≤ 40 actions techniques/min ⁽³⁾
	Travail lourd	Coût cardiaque ⁽⁴⁾ (CCA) ≤ 30 bpm 1h par jour Fréquence cardiaque (FC) max ≤ 0,85 x (220 - âge)
	Posture	- Zéro penché visible ⁽⁵⁾ - En cas de posture prolongée, - 10 min de pause toutes les heures
	Vibrations ⁽⁶⁾ du corps entier	Accélération équivalente ≤ 0,5 m.s ⁻² , 1 h/j
	Chutes	- Zéro obstacle - Zéro dénivelé - Zéro course - Informations sur les déplacements
	Psychosocial Accueil	- Accompagnement, écoute - Cadence progressive - Vitesse de travail limitée - Choix des pauses - Organisation du travail - Entraide - Adaptabilité des tâches

La remise en activité doit s'envisager en respectant les limites de contraintes physiques du schéma ci-contre.

Il est important pour le salarié et pour son médecin traitant de savoir que **des postes Cadre vert existent dans l'entreprise**. Ces postes sont pérennes et doivent être disponibles instantanément pour un salarié qui en a transitoirement besoin. Il ne s'agit pas de faire un cas de chaque lombalgique, mais de proposer un cadre à l'accueil de tous les lombalgiques. Parmi les éléments importants de la formalisation se trouve le protocole de mise en place des postes (localisation, délai, responsable, informations à donner...).

1. Ces valeurs représentent la « contrainte à risque minimum » tirée de la norme NF X 35-109. Leur respect protège l'ensemble de la population.

2. Norme NF EN 1005-5.

3. Action technique : Action manuelle élémentaire requise pour la réalisation des opérations effectuées au cours du cycle de travail, telles que « tenir », « tourner », « pousser », « couper », « saisir », « poser ».

4. CCA : Coût cardiaque absolu en battements par minute (bpm). Il est calculé en faisant la différence entre la fréquence cardiaque (FC) moyenne de travail et la FC de repos. Une FC crête de 0,85 x (220 - âge) représente une valeur de sécurité à ne pas dépasser. Ce seuil permet de limiter des activités brèves et très intenses.

5. Penché visible : Inclinaison visible du corps en avant, en arrière ou latéralement (norme NF EN 1005-4).

6. Vibrations transmises en position assise au corps entier. La valeur est extraite de l'article R. 4443-2 du Code du travail.