

# VEILLE RÉGLEMENTAIRE

## Sécurité des personnes

### Fiche VRE.28

#### Ecran de visualisation

Code du travail Article R4542-1 à R4542-19

## 1. Principe et généralités

Travailler intensivement devant un écran de visualisation peut engendrer des troubles de la santé tels que fatigue visuelle, troubles musculosquelettiques et stress.

Cependant, il est possible de limiter ces troubles en intervenant sur l'organisation du travail, l'affichage de l'écran, l'implantation et l'aménagement du poste de travail, les dispositifs d'entrée (clavier, souris...) et les logiciels.

Sont soumis les établissements dans lesquels des travailleurs utilisent de façon habituelle et pendant une partie non négligeable du temps de travail des équipements à écran de visualisation.

Cette réglementation et ces principes ne s'appliquent pas aux équipements suivants:

- postes de conduite de véhicules ou d'engins ;
- systèmes informatiques à bord d'un moyen de transport ;
- systèmes informatiques destinés à être utilisés en priorité par le public ;
- systèmes portables ;
- les machines à calculer ;
- les caisses enregistreuses et tout équipement possédant un petit dispositif de visualisation de données.

Ecran de visualisation : écran alphanumérique ou graphique quel que soit le procédé d'affichage utilisé.

Poste de travail : ensemble comprenant un équipement à écran de visualisation, muni, le cas échéant, d'un clavier ou d'un dispositif de saisies de données ou d'un logiciel déterminant l'interface homme/machine, d'accessoires optionnels, d'annexes, y compris l'unité de disquettes, d'un téléphone, d'un modem, d'une imprimante, d'un support-documents, d'un siège et d'une table ou d'une surface de travail, ainsi que l'environnement de travail immédiat.

L'employeur est tenu de procéder à une analyse des risques professionnels et des conditions de travail pour tous les postes comportant un écran de visualisation. Il est tenu de concevoir l'activité du

Le présent document a été rédigé dans un but informatif par le CNIPT. Toutes les positions, informations et données présentées sont censées être exactes et précises, mais ne comportent ni garantie ni responsabilité, explicite ou implicite, d'aucune espèce. Toute erreur ou omission ne saurait engager la responsabilité de l'interprofession. Seuls les textes réglementaires, publiés aux Journaux Officiels, français ou communautaires, font foi.

Date de MAJ : 06/09/2019

1/4

travailleur de telle sorte que son temps quotidien de travail sur écran soit périodiquement interrompu par des pauses ou par des changements d'activité réduisant la charge de travail sur écran.

Les principales recommandations ergonomiques sont de choisir un écran mat avec un affichage des caractères sur fond clair.

### 1.1 L'écran

L'écran doit être disposé perpendiculairement aux fenêtres, avec le haut du moniteur réglé à la hauteur des yeux (excepté pour les porteurs de verres progressifs) et le bord du clavier situé à 10-15 cm du bord du plan de travail.

Les caractères sur l'écran doivent être d'une bonne définition et formés d'une manière claire, d'une dimension suffisante et avec un espace adéquat entre les caractères et les lignes.

L'image sur l'écran doit être stable.

La luminance ou le contraste entre les caractères et le fond de l'écran doivent être facilement adaptables par l'utilisateur de terminaux à écrans et être également facilement adaptables aux conditions ambiantes.

L'écran doit être orientable et inclinable facilement.

L'écran doit être exempt de reflets et de réverbérations susceptibles de gêner l'utilisateur. Le clavier doit être inclinable et dissocié de l'écran.

### 1.2 Le clavier

L'espace devant le clavier doit être suffisant pour permettre un appui pour les mains et les avant-bras de l'utilisateur.

Le clavier a une surface mate pour éviter les reflets.

Le plateau de la table ou de la surface de travail doit avoir une surface peu réfléchissante et de dimensions suffisantes pour permettre de modifier l'emplacement respectif de l'écran, du clavier, des documents et du matériel accessoire.

### 1.3 Logiciel et support de documents

Le logiciel doit être adapté à la tâche à exécuter, au niveau de connaissance et d'expérience de l'utilisateur et d'un usage facile.

Le support de documents doit être stable et réglable et se situer de telle façon que les mouvements inconfortables de la tête, du dos et des yeux soient évités au maximum.

### 1.4 Organisation générale du poste et du travail

En ce qui concerne l'organisation du travail, il est recommandé d'alterner les postures et les phases d'appui et de non appui des poignets sur le plan de travail lors de la frappe au clavier, la souris devant être la plus proche possible du salarié, et de faire une pause active toutes les heures si le travail devant l'écran est intensif.

Les sièges doivent être adaptables en hauteur et en inclinaison.

*Le présent document a été rédigé dans un but informatif par le CNIPT. Toutes les positions, informations et données présentées sont censées être exactes et précises, mais ne comportent ni garantie ni responsabilité, explicite ou implicite, d'aucune espèce. Toute erreur ou omission ne saurait engager la responsabilité de l'interprofession. Seuls les textes réglementaires, publiés aux Journaux Officiels, français ou communautaires, font foi.*

Un repose-pied sera mis à la disposition des travailleurs qui en font la demande.

Les équipements ne doivent pas produire un surcroît de chaleur.

Une humidité satisfaisante est maintenue dans les locaux affectés au travail sur écran de visualisation.

En pratique, il est conseillé d'aménager une pause d'au moins 5 min toutes les heures si la tâche est intensive ou bien d'un quart d'heure toutes les 2 heures si la tâche l'est moins. Il faut bouger pendant les pauses.

Attention, les temps d'attente de réponses qui imposent la surveillance de l'écran ne sont pas des pauses !

## 2. Fatigue visuelle

Actuellement, il n'a pas été démontré que le travail informatisé pouvait engendrer des pathologies visuelles, travailler devant un écran pendant plusieurs heures d'affilée peut entraîner une fatigue visuelle. Phénomène réversible qui disparaît après le repos, la fatigue visuelle se traduit par des plaintes, des modifications physiologiques, et une baisse des performances visuelles. Ses manifestations sont des sensations de lourdeur des globes oculaires, des rougeurs, des picotements, des éblouissements, une myopie temporaire, les yeux secs, des maux de tête...

Les facteurs de risque de fatigue visuelle sont individuels tels que la présence de défauts visuels, l'âge de la personne, une correction visuelle non adaptée, etc... Ils peuvent aussi être liés à la conception du poste de travail : présence de reflets sur l'écran, éclairage inapproprié, écran mal positionné, distance œil-écran trop courte, mauvaise qualité de l'image, ... Ou encore ils peuvent être organisationnels : durée du travail excessive, absence de pauses visuelles...

### 2.1 Examen des yeux et de la vue, préalable ou sur demande

Un travailleur ne peut être affecté à des travaux sur écran de visualisation que s'il a fait l'objet d'un examen préalable et approprié des yeux et de la vue par le médecin du travail. Cet examen doit être renouvelé à intervalles réguliers et lors des visites médicales périodiques.

Si les résultats de la surveillance médicale rendent nécessaire une correction et si les dispositifs de correction normaux ne peuvent être utilisés, les travailleurs sur écran de visualisation reçoivent des dispositifs de correction spéciaux en rapport avec le travail concerné.

Ces dispositifs ne peuvent entraîner aucune charge financière additionnelle pour les travailleurs.

L'employeur fait examiner par le médecin du travail tout travailleur se plaignant de troubles pouvant être dus au travail sur écran de visualisation.

## 3. Troubles musculosquelettiques (TMS)

Les TMS affectent essentiellement les tissus mous : les muscles et les tendons. Lors d'un travail sur écran, ce sont ceux de la nuque, des épaules, de la région lombaire, des poignets et des mains qui sont plus particulièrement atteints.

En effet, le travail sur écran se caractérise par une posture statique maintenue pendant de longues périodes, ainsi que par des mouvements répétitifs des doigts, que ce soit pour la frappe au clavier ou pour les clics avec la souris.

Le présent document a été rédigé dans un but informatif par le CNIPT. Toutes les positions, informations et données présentées sont censées être exactes et précises, mais ne comportent ni garantie ni responsabilité, explicite ou implicite, d'aucune espèce. Toute erreur ou omission ne saurait engager la responsabilité de l'interprofession. Seuls les textes réglementaires, publiés aux Journaux Officiels, français ou communautaires, font foi.

Les facteurs de risque de survenue des TMS sont nombreux :

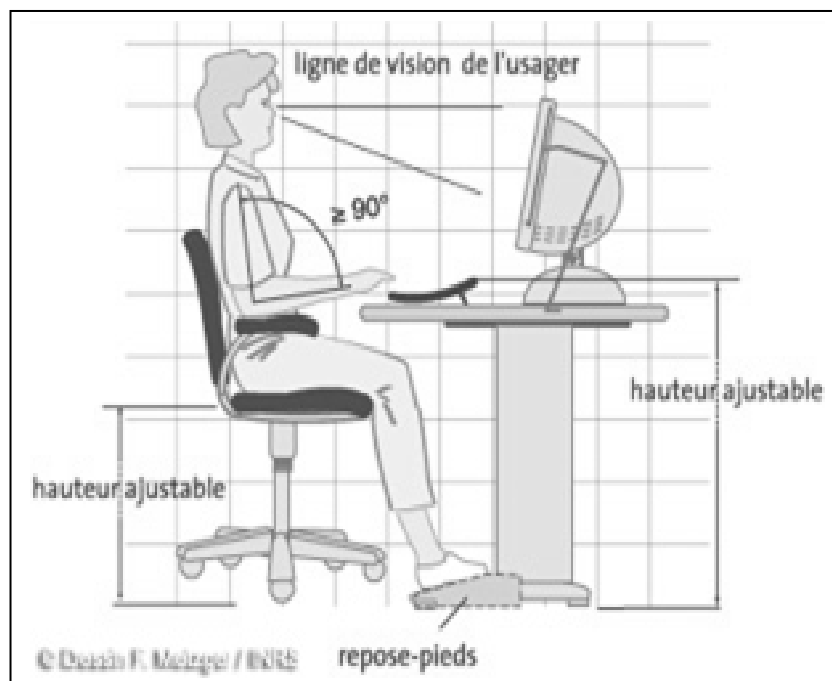
Ils peuvent être individuels. Par exemple, l'existence de défaut visuel, comme une presbytie, oblige à une flexion/extension du cou pour améliorer la visibilité de l'écran à travers la partie basse des verres progressifs, ce qui peut générer des douleurs cervicales.

Ils peuvent être liés à la posture de l'opérateur devant son écran. Le maintien d'une position statique assise prolongée peut engendrer une fatigue musculaire par la sollicitation permanente durant une longue durée des muscles pour maintenir cette posture. Ces postures assises induisent par ailleurs un comportement sédentaire (à savoir être assis avec une faible dépense énergétique) qui, s'il est prolongé, est délétère pour la santé.

## 4. Formation

L'employeur assure l'information et la formation des travailleurs sur les modalités d'utilisation de l'écran et de l'équipement de travail dans lequel cet écran est intégré. Chaque travailleur en bénéficie avant sa première affectation à un travail sur écran de visualisation et chaque fois que l'organisation du poste de travail est modifiée de manière substantielle

**Schéma d'un aménagement offrant une posture adéquate**



**Pour en savoir plus :** [www.inrs.fr/risques/travail-ecran.html](http://www.inrs.fr/risques/travail-ecran.html)

Brochure : Ecrans de visualisation - Santé et ergonomie

<http://www.inrs.fr/media.html?refINRS=ED%20924>

Le présent document a été rédigé dans un but informatif par le CNIPT. Toutes les positions, informations et données présentées sont censées être exactes et précises, mais ne comportent ni garantie ni responsabilité, explicite ou implicite, d'aucune espèce. Toute erreur ou omission ne saurait engager la responsabilité de l'interprofession. Seuls les textes réglementaires, publiés aux Journaux Officiels, français ou communautaires, font foi.

Date de MAJ : 06/09/2019