



LES CONSEILS
PRÉVENTION du *Sstrn*+

COIFFEURS

PRENEZ SOIN DE VOTRE SANTÉ
AU TRAVAIL

QUELS SONT LES RISQUES ?

RISQUES POUR LA PEAU ET LES VOIES RESPIRATOIRES

- Irritations cutanées et respiratoires.
- Allergies (eczéma, urticaire, rhinite, asthme).

*Le risque allergique est à prendre en considération, car **une fois la maladie déclarée, tout contact avec la substance en cause peut provoquer une crise.***



LES BONS RÉFLEXES POUR **SE PROTÉGER**

- **Utilisez les produits les moins dangereux possible et les moins volatils** (privilégiez les produits sous forme de pâte et de crème).
- Stockez les produits et préparez vos mélanges dans un local technique (laboratoire avec un système d'aspiration) et **n'oubliez pas d'aérer régulièrement les locaux.**
- **Privilégiez des lames de rasoir à usage unique** et jetez-les dans un réceptacle adapté.
- **Nettoyez les surfaces de travail avec des chiffons humides et préférez l'aspiration des sols** afin de ne pas remettre les poussières en suspension : évitez l'utilisation du sèche-cheveux et du balai.
- Afin d'éviter chutes et glissades, **n'encombrez pas l'espace** et nettoyez tout sol humide et/ou sale.

RISQUES POUR LES ARTICULATIONS

- TMS (troubles musculosquelettiques) : canal carpien, tendinite, douleurs du cou et du dos.
- Troubles veineux (varices, jambes lourdes).



- **Alternez les tâches**, la position assise et debout et respectez les temps de pauses.
- Si possible, **utilisez du matériel adapté** :
 - sèche-cheveux légers,
 - sièges clients réglables en hauteur,
 - tabourets de coupe réglables en hauteur, pivotants et pourvus de roulettes adaptées au sol,
 - bacs à shampoing dégagés du sol.
- **Évitez les talons hauts** et les chaussures plates. Privilégiez des chaussures fermées et confortables.
- **Veiller à maintenir un niveau sonore satisfaisant** en modérant la musique d'ambiance et en choisissant du matériel le moins bruyant possible.
- Pour limiter les troubles veineux, portez des bas de contention.

RISQUES INFECTIEUX

- Coupures (contact avec le sang).
- Contacts avec les cheveux (poux, mycoses...).

En cas de coupure

- Lavez-vous les mains au savon et désinfectez la plaie. Protégez la blessure avec un pansement pour éviter tout risque d'infection.



*Tenez à jour vos vaccinations
(vaccin antitétanique).*

RÈGLES D'HYGIÈNE

- **Désinfectez quotidiennement vos instruments de travail :**
 - soit à l'aide de lingettes ou de spray à base d'alcool à 70°,
 - soit par trempage à l'eau de Javel.
- **Portez des gants adaptés à usage unique** (idéalement en nitrile) pour tout acte technique, rinçage compris.
- **Lavez-vous les mains à l'eau tiède avec un savon surgras.** Bien les sécher et les hydrater très régulièrement avec une crème sans parfum.
- **Évitez le port de bijoux** aux mains et poignets.



Le saviez-vous ?

- Le stress est un facteur favorisant l'apparition et l'aggravation des TMS (troubles musculosquelettiques).
- Le latex et les produits de coloration sont les premières causes d'asthme chez les coiffeurs.
- **Les risques professionnels sont les mêmes dans les salons de coiffure homme et les barbiers.** Cependant, l'utilisation moins régulière des produits chimiques peut expliquer la moindre fréquence des atteintes respiratoires et cutanées.
- Pratiquer une activité physique régulière aide à prévenir certains risques professionnels.

GROSSESSE

Les produits chimiques et les contraintes physiques et organisationnelles peuvent avoir des conséquences sur le bon déroulement d'une grossesse.



Déclarez votre état de grossesse ou votre projet le plus tôt possible au médecin du travail.

Quelques liens utiles

www.inrs.fr
www.travailler-mieux.gouv.fr



plus d'info dans notre
dossier thématique en ligne



Service de prévention et de santé au travail de la région nantaise
2, rue Linné - BP 38549 - 44185 NANTES Cedex 4



toute la prévention sur
sstrn.fr/suivez-nous