

# Glissades, trébuchements et chutes

## Renseignements sur la santé et la sécurité au travail à l'intention des employeurs et des travailleurs

### Objet

Il est étonnant que nous ne tombions pas plus souvent que nous ne le faisons. En lançant notre jambe en avant chaque fois que nous faisons un pas, nos orteils passent au ras du sol à une vitesse de 14 à 18 km/h, souvent à moins d'un centimètre au-dessus du sol. Au moment où le talon attaque le sol, il glisse habituellement vers l'avant sur une distance pouvant atteindre deux centimètres sans toutefois provoquer un déséquilibre.

Afin de réduire le nombre de glissades, de trébuchements et de chutes à votre lieu de travail, assurez-vous de bien comprendre ce qui les provoque et de miser sur des espaces et des méthodes de travail bien conçus.

### Qu'est-ce qu'une glissade?

Une glissade survient le plus fréquemment au moment où votre talon heurte le sol et que vous commencez à transférer le poids de votre corps sur le pied avant. Lorsque ce pied se dérobe sous votre poids, vous perdez votre point d'appui et tombez. Dans bien des cas, vous parviendrez à reprendre votre équilibre. Or, ce faisant, vous risquez facilement de vous fouler un muscle en tentant de recouvrer votre équilibre.

De nombreuses blessures de la région lombaire surviennent quand les gens essaient, en portant ou en soulevant un objet, de se redresser après avoir glissé ou perdu l'équilibre. Afin d'éviter de faire une chute, on conseille aux travailleurs de :

- porter des chaussures convenables et de garder les surfaces de marche propres. L'utilisation de



revêtements antidérapants en réponse aux problèmes de glissades est à proscrire, car ceux-ci peuvent accroître le risque de trébuchements;

- veiller à ce que les surfaces conviennent aux différentes tâches à effectuer, comme pousser, tirer et porter des charges. Elles doivent offrir une bonne adhérence, tout en permettant aux roues de tourner librement. Les surfaces rugueuses et hautement texturées peuvent réduire les risques de glissades, mais augmentent les risques de trébuchements.

### Qu'est-ce qu'un trébuchement?

Vous trébuchez lorsque votre jambe se déplace vers l'avant et s'arrête d'une manière soudaine et imprévue. Votre corps continue son déplacement vers l'avant, mais il n'a plus de point d'appui; survient alors la chute.



Les dénivellations soudaines de la surface de marche présentent un risque de trébuchement, même si la différence de hauteur n'est que d'un centimètre. La transition entre une surface glissante, comme une rampe de chargement recouverte de sable, et une surface antidérapante, comme une surface asphaltée propre et sèche, représente aussi un risque de trébuchement.

Faites en sorte d'adapter votre démarche à la surface. Afin de prévenir les trébuchements, on conseille aux travailleurs de :

- laisser le moins d'objets possible sur les surfaces de marche et de travail;
- corriger les dénivellations brusques des surfaces de marche;
- remplacer les escaliers par des rampes d'accès entre les étages, dans la mesure du possible. Il

est important de se rappeler que lorsque l'angle d'une rampe augmente jusqu'à 20 degrés, sa résistance à la friction ou au glissement doit être multipliée par trois afin de prévenir les glissades.

## Qu'est-ce qu'une chute?

Selon les données recueillies par le Workers' Compensation Board - Alberta (WCB) en 2015, 20,5 pour cent des demandes d'indemnisation pour blessures avec interruption de travail en Alberta ont été attribuables à des chutes, selon les proportions suivantes :



- 1) 13,9 pour cent – chute au même niveau;
- 2) 6,0 pour cent – chute à un niveau inférieur;
- 3) 0,6 pour cent – autres chutes.

La gravité des chutes est souvent sous-estimée; des blessures graves ou même des décès ont été provoqués par des chutes de moins d'un mètre.

L'utilisation d'une échelle non sécurisée, notamment dans le secteur de la construction, provoque des chutes. Une personne qui est en train de porter quelque chose peut perdre l'équilibre, glisser sur un matériau antidérapant de mauvaise qualité sur le rebord de marche ou omettre d'utiliser les mains courantes.

Les chutes associées à la conduite des véhicules et au transport du matériel sont souvent le résultat d'une combinaison de glissades, de perte d'équilibre et d'un mauvais jugement de la surface ou de la hauteur de la marche. Pour prévenir de telles chutes, il est conseillé d'avoir recours à la méthode de contact trois-points et d'utiliser des poignées lorsque cela est possible.

Les chutes d'un même niveau – plusieurs chutes à l'intérieur de bâtiments sont causées par des conditions glissantes liées à :

- un entretien ménager inadéquat :
  - saleté, graisse ou contaminants sur le plancher;
- des défauts :

- surface du plancher faite de matériaux inadéquats;
- usure de la surface;
- o surfaces irrégulières ou endommagées.

Les chutes dans les escaliers sont souvent causées par :

- un entretien ménager inadéquat;
- des défauts ou des cas d'infraction au code;
- l'absence de mains courantes ou des mains courantes fixées à une hauteur inappropriée;
- des dimensions incorrectes ou variables des marches ou des contremarches;
- le revêtement des marches (chutes ascendantes ou descendantes);
- un éclairage et une visibilité insuffisants.

La majorité de ces chutes sont évitables.

## Comment prévenir les chutes d'une surface élevée?

Les chutes d'une surface de travail élevée sont souvent précédées de glissades ou de trébuchements. On conseille d'appliquer les mêmes méthodes de prévention pour les surfaces élevées que celles qui s'appliquent aux glissades et trébuchements au niveau du sol. Mettez en place des rampes, des garde-corps, des systèmes de limitation du déplacement ou des systèmes antichute, si nécessaire.

## Nous joindre

### Centre de contact SST

Partout en Alberta

- 1-866-415-8690

Edmonton et les environs

- 780-415-8690

Personnes sourdes ou malentendantes

- 1-800-232-7215 (Alberta)
- 780-427-9999 (Edmonton)

### Service de déclaration en ligne PSI

[alberta.ca/report-potentially-serious-incidents.aspx](http://alberta.ca/report-potentially-serious-incidents.aspx)

### Site web (en anglais seulement)

[alberta.ca/occupational-health-safety.aspx](http://alberta.ca/occupational-health-safety.aspx)

Obtenez des exemplaires de l'*OHS Act*, de ses règlements et de son code

### Imprimeur de la Reine pour l'Alberta

[qp.gov.ab.ca](http://qp.gov.ab.ca)

**Occupational Health and Safety (santé et sécurité au travail) (en anglais seulement)**

[alberta.ca/ohs-act-regulation-code.aspx](http://alberta.ca/ohs-act-regulation-code.aspx)

©2019, Gouvernement de l'Alberta

Le présent document est fourni à titre informatif seulement. Les renseignements qu'il contient sont fournis uniquement pour renseigner et accommoder les utilisateurs et, bien que réputés exacts et fiables, ils sont fournis sans aucune forme de garantie. La Couronne, ses mandataires, ses employés ou ses entrepreneurs ne seront en aucun cas tenus responsables envers vous de tout dommage, direct ou indirect, découlant de votre utilisation de ce formulaire. En cas de doute au sujet de tout renseignement contenu dans ce document, ou pour obtenir une confirmation des exigences juridiques, veuillez vous reporter à la dernière version de l'Occupational Health and Safety Act, de ses règlements et de son code, ou de toute autre loi applicable. Veuillez également prendre note qu'en cas de contradictions entre les renseignements contenus dans ce document et les exigences juridiques applicables, ces dernières auront préséance. Ce document est en date de juin 2019. La loi évolue sans cesse en raison de l'émergence de nouvelles lois, de modifications aux lois en vigueur, et de décisions rendues par les tribunaux. Il est important de vous tenir informé des lois en vigueur. Ce document peut être utilisé, reproduit, enregistré ou transmis à des fins non commerciales. Si le document est publié ou transmis à d'autres personnes, la source doit être mentionnée. Ce document peut être utilisé, reproduit, enregistré ou transmis à des fins non commerciales sans autorisation écrite du gouvernement de l'Alberta.