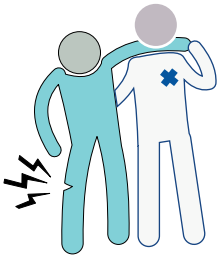
FICHE MÉTIER

PUÉRICULTRICE

Les principaux risques de votre métier

Risques locomoteurs (troubles musculo-squelettiques)

Manutention et mobilisation des enfants ; contraintes de posture (buste penché lors des changes, des 1er soins et bain aux nourrissons, des pansements) ; sollicitation des membres supérieurs ; travail en position debout et piétinement ; travail devant écran



- Douleurs cervicales, lombaires, sciatiques, épaules, coudes, poignets, genoux, tendinites, atteintes discales intervertébrales
- Stase veineuse, œdèmes, jambes lourdes, varices

Risques biologiques

Contact avec les selles (toilettes, changes), les vomissements, les crachats, le linge souillé ; lors des pansements (plaies infectées, avec excès d'exsudat) ; présence dans l'environnement immédiat d'enfants contagieux

- Gastro entérite, rhinite, tuberculose, COVID-19, grippe, rougeole, varicelle, oreillons, cytomégalovirus, HIV…

Risques chimiques

Contact avec des détergents, des désinfectants, des antiseptiques ; Contact avec les gants et les masques respiratoires

- Irritation et/ou allergie cutanées (rougeur, gonflement, eczéma, urticaire)
- Irritation et/ou allergie respiratoire (toux, rhinite, asthme)

Risques psycho-sociaux

Agressivité des familles ; charge mentale et responsabilités liées au respect des prescriptions médicales, des régimes spécifiques ; gestion du temps, manque de personnel, gestion du planning ; conciliation de la vie personnelle et professionnelle ; horaires de travail atypiques (amplitude horaire, travail de nuit, de week-end, horaires décalés etc) ; encadrement des élèves ou stagiaires

- Stress, fatigue, épuisement, anxiété
- Perturbation de la vie familiale et sociale
- Augmentation de la consommation de substances psycho-actives

Chaleur ; odeurs de produits biologiques et chimiques

- Malaise, inconfort

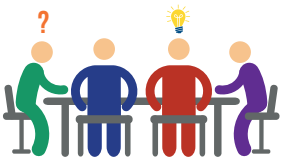
Risques de nature accidentelle

Piqures, projections oculaires, chute de plain-pied, coupures, risques thermiques, morsures, griffures, agression physique ou verbale

- Accident d'exposition au sang (AES), plaies, douleurs post-traumatiques, contusions, brûlures thermiques …

Nos conseils en matière de prévention

Organisation du travail



- Selon la structure : supervision, groupe de parole, soutien psychologique
- Définition claire des tâches

Bonnes pratiques

- Organisez et planifiez votre activité
- Lavez-vous régulièrement les mains au savon et à l'eau ou effectuez des frictions avec une solution hydro-alcoolique. Appliquez de la crème réparatrice
- Appliquez scrupuleusement les précautions standard (mesures d'hygiène et de sécurité, élimination des déchets)
- Lisez les étiquettes et respectez les procédures d'utilisation des produits chimiques

- Ne transvasez pas les produits chimiques ou ré-étiquetez-les
- Sollicitez le plus possible la participation de l'enfant pour diminuer les contraintes de manutention
- Appliquez les principes d'économie du dos, échauffez-vous et étirez-vous régulièrement

- Stimulez le retour veineux des membres inférieurs (exercices talons-pointes, surélevez les jambes lors des pauses, portez des bas ou collants de contention …)
- En cas d'absence de poubelle à couvercle, utilisez des sacs poubelles individuels à fermer systématiquement (après chaque change)
- Connaissez et appliquez la procédure en cas d'AES

- Évitez les gants en latex ; préférez les gants en nitrile ou en vinyle
- Maintenez votre environnement de travail bien rangé et propre
- Nettoyez régulièrement les locaux, surfaces de travail
- Renforcez les mesures d'hygiènes si vous êtes enceinte
- Au vu de vos horaires atypiques, veillez à avoir une hygiène alimentaire et un sommeil suffisant et réparateur
- Veuillez vous informer sur le risque lié au cytomégalovirus lors des grossesses
- Si vous êtes enceinte et que vous travaillez de nuit, vous pouvez demander à passer sur un poste en horaires de journée

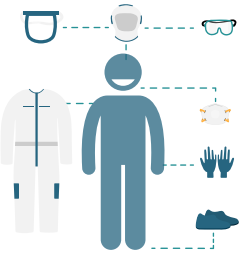
Formation

- Gestes et postures
- Formations en lien avec le métier (peau à peau, 1er bain, massage des nourrissons, portage bébé, management…)
- Les risques chimiques (connaissance des pictogrammes …)
- Premiers soins et gestes d'urgence
- Conduite à tenir en cas d'AES

Vaccinations

- Amenez votre carnet de vaccination lors de la visite en santé au travail pour vérifier votre immunisation. En effet, certaines vaccinations peuvent avoir un caractère obligatoire

Equipements de protection individuelle



- Tenue de travail, chaussures fermées à l'avant et antidérapantes, gants, masques respiratoires, sur-blouse, lunettes, charlotte

Pour aller plus loin :
www.stprovence.fr rubrique documentation
www.presanse.fr onglet rubrique ressources

« La présente Ffiche a pour vocation de délivrer des informations et conseils non exhaustifs. Elle n'a pas de valeur réglementaire »

mars 2024

Ne pas jeter sur la voie publique !