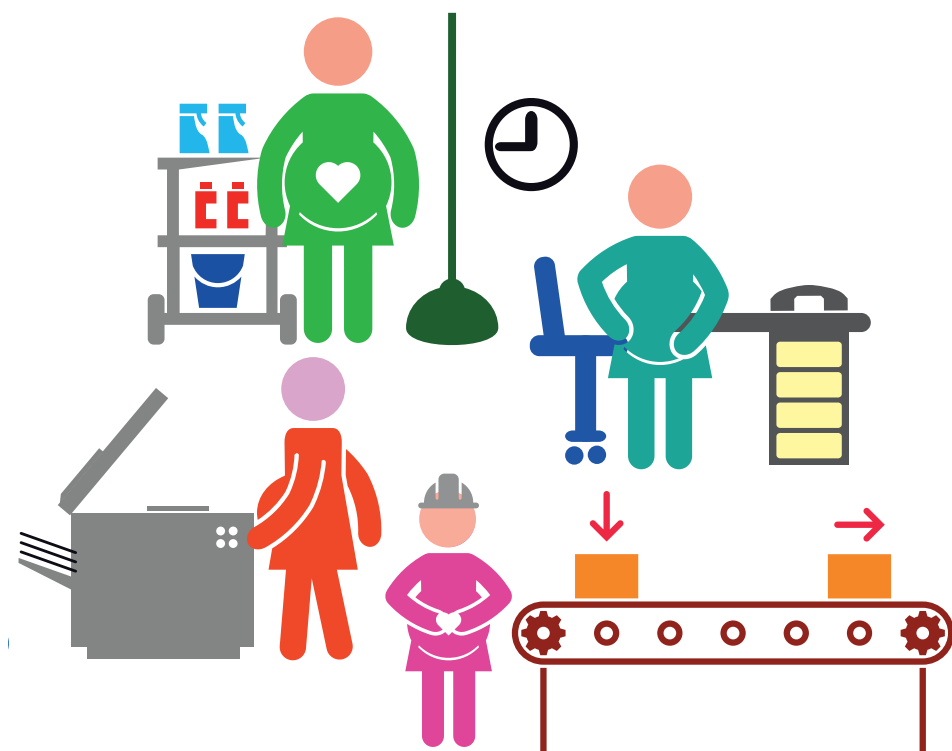




MATERNITE ET TRAVAIL

Vous envisagez d'avoir un enfant ou vous êtes enceinte,
Votre médecin du travail peut vous informer et vous conseiller



**BROCHURE
PREVENTION**

sept 2023



RISQUES PHYSIQUES

Au travail, certaines situations :

- Manutention de charges lourdes
- Gestes répétitifs
- Station debout prolongée
- Bruit
- Vibrations
- Températures extrêmes
- Travail de nuit
- Déplacement professionnel
- Radiations ionisantes

Peuvent agir sur votre grossesse

Il est important d'éviter le cumul des facteurs de fatigue

RISQUES CHIMIQUES

Au travail mais aussi chez vous, des produits chimiques sont très fréquemment utilisés (peintures, colles, solvants, désherbants, encres, produits d'entretien...).

Certains peuvent nuire au bon déroulement de la grossesse ou porter atteinte à la santé de l'enfant.

Les agents chimiques dangereux peuvent contaminer l'organisme par différentes voies :

- respiratoire
- cutanée
- digestive

Les produits chimiques dits CMR (Cancérogènes, Mutagènes et Repro toxiques) sont signalés sur les étiquettes ou indiqués par une phrase de risque.

Exemples de pictogrammes produits chimiques :



J'altère la santé ou la couche d'ozone



Je nuis gravement la santé



Je ronge

Phrases de risque

- R 60 : peut altérer la fertilité
- R 61 : risque pendant la grossesse d'effets néfastes pour l'enfant
- R 62 : risque possible d'altération de la fertilité
- R 63 : risque possible pendant la grossesse d'effets néfastes pour l'enfant
- R 64 : risque possible pendant l'allaitement
- H 360 : peut nuire à la fertilité ou au fœtus
- H 361 : susceptible de nuire à la fertilité ou au fœtus
- H 362 : effet sur ou via l'allaitement

L'absence de signalement de dangerosité sur l'étiquette ne signifie pas absence de risque.

Avant toute grossesse, le risque chimique doit être évalué.

RISQUES INFECTIEUX

Les professionnels de la santé, de la petite enfance et ceux en contact avec les animaux sont particulièrement exposés.

Rubéole, varicelle, coqueluche, oreillons, toxoplasmose, hépatites, VIH, leptospirose, listériose, grippe...peuvent altérer votre santé ou celle de votre bébé.



- **Eviter le contact avec les urines et la salive des jeunes enfants**
- **Respecter une hygiène stricte des mains et les consignes de sécurité sur votre poste de travail**
- **Veiller à nettoyer et désinfecter régulièrement les réfrigérateurs dont vous vous servez (au travail, à la maison) à l'eau de javel diluée (au moins 1 fois par mois)**
- **Avant la grossesse vérifier vos vaccinations**

ROLE DE L'EMPLOYEUR

- Evaluation et prévention des risques spécifiques de votre poste de travail
- Organisation de la surveillance médicale

ROLE DU MEDECIN DU TRAVAIL

- Information du salarié sur les risques du poste de travail
- Evaluation des conditions de travail sur place
- Proposition de mesures de prévention collective et individuelle
- Proposition d'adaptation du poste de travail, d'aménagement horaire et si nécessaire d'une mutation pour vous soustraire du risque

ROLE DE LA SALARIEE

- Une visite à votre initiative peut être faite à tout moment
- Déclarer la grossesse à l'employeur n'est pas une obligation, mais la prévention concrète des risques ne pourra être réalisée qu'en cas de déclaration : une déclaration la plus précoce possible à l'employeur et au médecin du travail est donc conseillée

AGIR À TEMPS, C'EST AGIR AVANT

Certains risques professionnels peuvent interagir dès le début de la grossesse et même avant la conception

Quelques conseils d'ordre général

- Supprimer alcool, drogues et tabac
- Eviter les médicaments non prescrits par votre médecin
- Laver vos fruits et légumes
- Consommer des aliments bien cuits, des laitages et fromages pasteurisés
- Jardiner avec des gants
- Eviter le contact avec les animaux
- Limiter les activités de bricolage pouvant vous exposer à des produits chimiques
- Bien se laver les mains
- Allaitement et grossesse : la reprise du travail n'implique pas forcément l'arrêt de l'allaitement

