gist
groupement
interprofessionnel
de santé au travail



Les Équipements de Protection Individuelle (EPI)

Un Équipement de Protection Individuelle, c'est quoi ?

C'est un **Équipement de Protection Individuelle**. Il s'agit d'un dispositif ou moyen destiné à être porté ou tenu par une personne en vue de la **protéger contre un ou plusieurs risques susceptibles de menacer sa santé ou sa sécurité au travail**.

L'utilisation d'un EPI **ne doit être envisagée qu'en complément ou en dernier recours**, lorsque les mesures d'élimination du risque à la source ou les équipements de protection collective (EPC) s'avèrent impossibles à mettre en œuvre ou insuffisants.

Ce livret recense les règles essentielles et les bonnes pratiques pour quatre grandes familles d'équipements :



1 Les gants de protections

2 Les protections auditives

3 Les lunettes de protection

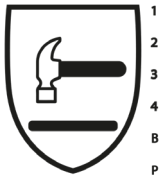
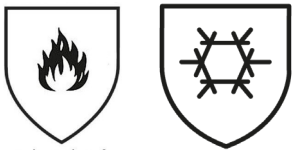
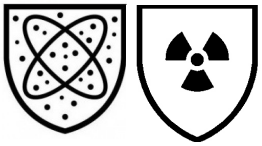
4 Les protections respiratoires

gist
Siège social : 28 rue des Chantiers
CS 50211 • 44614 Saint-Nazaire cedex
02 40 22 52 42 | gist44.fr | contact@gist44.fr

1 Les gants de protections

Définition et généralité

Les mains sont les outils les plus précieux du salarié, mais aussi les plus exposés. Il existe plusieurs types de gants de protection, définis par des normes européennes strictes en fonction des risques encourus.

EN 388	**Mécaniques** Résistance à l'abrasion, à la coupure par tranchage, à la déchirure, à la perforation et à l'écrasement.	
EN 374	**Chimiques** Protection contre l'irritation, les allergies, les brûlures chimiques et la perméation de produits dangereux.	
EN 374-5	**Biologiques** Protection contre la contamination par des agents infectieux (bactéries, virus, champignons).	
EN 60903	**Electriques** Gants isolants pour les travaux sous tension ou à proximité d'installations électriques.	
EN 407 **EN 511**	**Thermiques** Protection contre la chaleur et/ou le feu (EN 407) et protection contre le froid conventionnel ou de contact (EN 511 : gelures, etc.).	
EN ISO 10819	**Vibrations** Réduction des risques liés aux vibrations transmises au système main-bras par les outils portatifs.	
EN 421	**Rayonnements** Protection contre les rayonnements ionisants et la contamination radioactive.	

Au-delà de la sécurité, les gants sont également un gage d'hygiène indispensable dans de nombreuses situations de travail (agroalimentaire, secteur médical, propreté).

1 Les gants de protections



Les bonnes pratiques

Consulter la notice

Prenez systématiquement connaissance des consignes relatives aux limites d'utilisation, à la perméation chimique et à l'entretien.

Adapter l'équipement

Utilisez des gants spécifiquement conçus pour les risques encourus (attention aux situations combinant plusieurs risques !).

Privilégiez les gants sans latex et non poudrés pour limiter les risques d'allergies.

Inspecter avant usage

Vérifiez l'état général et la conservation des gants (absence de trous, de fissures ou d'usure prématurée).

Choisir la bonne taille

Utilisez des gants parfaitement adaptés à la taille de vos mains pour garantir une dextérité et un confort optimaux.

Retrait sécurisé

Retirez les gants jetables en les enroulant à l'envers afin d'éviter tout contact cutané avec la partie externe souillée.

Ne réutilisez jamais des gants jetables.

Hygiène des mains

Utilisez les gants sur des mains propres et sèches.

Lavez-vous obligatoirement les mains à l'eau claire et au savon neutre après chaque utilisation.

Alternance

Retirez les gants régulièrement au cours de la journée pour laisser respirer la peau et limiter la macération.

Stockage

Rangez les gants réutilisables dans un endroit propre, sec et à l'abri des produits chimiques ou de la lumière directe.

gist groupement interprofessionnel de santé au travail
Siège social : 28 rue des Chantiers
CS 50211 • 44614 Saint-Nazaire cedex
02 40 22 52 42 | gist44.fr | contact@gist44.fr

2 Les protections auditives

Définition et généralité

Un son est caractérisé par sa **fréquence mesurée en Hertz** (Hz) et **par son intensité** dont l'unité est le Décibel (dB). La perte d'audition liée au bruit au travail est sournoise : elle est lente ou brutale, invisible et surtout 100 % irréversible.

Les cellules ciliées de votre oreille interne détruites par le bruit ne se régénèrent jamais. Le danger pour l'oreille commence dès 80 dB(A) (l'équivalent d'un trafic routier dense) sur une journée de 8 heures ou dès 135 dB(C) pour les bruit impulsionnels (chocs ou chute d'objet).

Types de protection



Les bouchons pré-moulés

Dédiés à un usage régulier, ils sont composés d'un matériau souple et s'introduisent directement dans le conduit sans façonnage préalable. Disponibles en plusieurs tailles, ils sont généralement lavables et réutilisables.



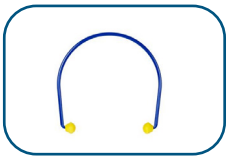
Les bouchons sur mesure

Fabriqués par un laboratoire spécialisé à partir de l'empreinte exacte du conduit auditif de l'utilisateur. Ils offrent un confort maximal, une excellente atténuation sélective et une grande durabilité.



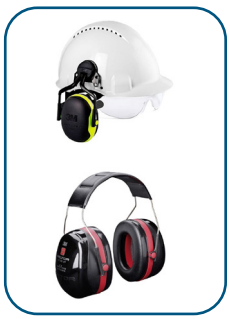
Les bouchons façonnables (en mousse)

Bouchons jetables à usage unique. Après compression/malaxage entre les doigts, ils s'insèrent dans l'oreille et reprennent leur volume initial pour créer une occlusion étanche du conduit auditif.



Les bouchons sur arceaux (non recommandé)

Bouchons (pré-moulés ou en mousse) reliés par un arceau plastique souple passant sous le menton ou derrière la nuque. Pratiques pour les ports intermittents.



Le serre-tête anti-bruit (casque anti-bruit)

Composé de deux coquilles insonorisantes reliées par un arceau (en métal ou plastique) qui exerce une pression contrôlée autour de l'oreille pour assurer l'étanchéité acoustique. Existe aussi en version serre-nuque ou monté sur casque de chantier.

2 Les protections auditives



Les bonnes pratiques

Hygiène rigoureuse

Mettez en place vos bouchons d'oreilles uniquement avec des mains propres et désinfectées pour éviter les otites.

Mise en place correcte

Introduisez les bouchons en tirant doucement le pavillon de l'oreille vers le haut et l'arrière pour redresser le conduit et permettre un enfoncement efficace.

Entretien des coquilles

Nettoyez régulièrement les oreillettes et coussinets des serre-têtes selon les préconisations du fabricant.

Usage individuel

Les protections sont strictement personnelles. En cas d'utilisation partagée de serre-têtes, désinfectez-les rigoureusement avant chaque changement d'utilisateur ou utilisez des bonnettes jetables à usage unique.

Contrôle de l'usure

Inspectez régulièrement le matériel. Remplacez immédiatement l'équipement en cas de fissures dans les coquilles ou les bouchons, d'étirement de l'arceau (perte de pression), ou de déformation / durcissement des coussinets.

Stockage

Conservez les protecteurs dans un étui dédié, dans un endroit propre, sec, à température ambiante et protégé des rayons UV.

3 Les lunettes de protection

Définition et généralité

Les yeux sont exposés à des **projections diverses** pouvant causer des **lésions graves ou une perte définitive de la vue**. Les équipements de protection oculaire et faciale (lunettes, masques, visières) protègent contre **quatre grands types de risques** :

- **Mécaniques** : projections de particules solides (copeaux de bois ou métal, poussières, éclats), chocs et impacts.
- **Chimiques** : projections de liquides corrosifs, solvants, acides, bases ou gouttelettes dangereuses.
- **Thermiques** : chaleur radiante, froid intense, projections de métaux en fusion ou flammes.
- **Rayonnements optiques** : ultraviolets (UV), infrarouges (IR), lasers, reflets solaires ou lumière bleue nocive.

Types de protection



Lunettes de sécurité à branches

Ressemblent à des lunettes classiques mais possèdent des oculaires résistants aux impacts et des protections latérales. Idéales contre les risques frontaux, la poussière et les petits impacts modérés.



Lunettes masques

Équipées d'un élastique de serrage et d'une monture souple qui épouse parfaitement les contours du visage. Elles offrent une étanchéité totale contre les projections de liquides chimiques, les gaz et les poussières fines.



Écrans et visières faciaux

Écrans panoramiques transparents qui protègent l'intégralité du visage et des yeux. Recommandés pour les projections importantes de liquides ou les meulages lourds.



Masques et écrans de soudeur

Équipements spécifiques dotés de filtres optiques teintés (fixes ou auto-obscurcissants) protégeant le visage et le cou des rayonnements émis par l'arc électrique et des étincelles incandescentes.

3 Les lunettes de protection



Les bonnes pratiques

Remplacement des oculaires

Changez immédiatement vos lunettes ou oculaires dès l'apparition de rayures, de piqûres ou de microfissures qui altèrent la vision et réduisent la résistance mécanique.

Nettoyage délicat

Rincez d'abord les oculaires à l'eau tiède pour éliminer les poussières abrasives, puis nettoyez-les avec un savon doux ou une solution nettoyante spécifique.

Évitez les chiffons secs et rugueux qui causent des rayures.

Traitement antibuée

Renouvelez l'application de spray ou lingette antibuée si vos lunettes n'en sont pas dotées d'origine, afin de garantir un confort visuel continu.

Rangement protecteur

Hors utilisation, rangez toujours vos lunettes dans un étui rigide propre pour éviter les chocs accidentels et l'accumulation de poussière.

4 Les protections respiratoires

Définition et généralité

Les **Appareils de Protection Respiratoire** (APR) protègent les **voies respiratoires contre l'inhalation de substances nocives présentes dans l'air**. Ces polluants se classent en plusieurs familles :

- **Particules et aérosols** : poussières, fibres (amiante, roche), fumées de soudage, brouillards d'huile.
- **Gaz et vapeurs :** solvants, produits chimiques volatils, monoxyde de carbone, gaz toxiques.
- **Agents biologiques** : bactéries, virus, spores.

Attention : le non-port ou le mauvais choix d'un masque expose à court terme à des irritations ou intoxications, et à long terme à de graves maladies professionnelles irréversibles (silicose, cancers).

Types de protection

Le choix du masque dépend :

- du produit utilisé ;
- de la concentration du contaminant ;
- de la durée d'exposition ;
- du niveau de risque ;
- des conditions de travail.

Un masque inadapté ne protège pas efficacement.



Les masques filtrants jetables (FFP)

Ils protègent exclusivement contre les particules et aérosols. Ils se déclinent en 3 classes de protection selon leur efficacité de filtration :

Type	Niveau de protection	Exemples d'utilisation
FFP1	Faible	Poussières de bricolage, ponçage léger, agroalimentaire.
FFP2	Moyen	Poussières de bois, béton, virus respiratoires, ponçage de peinture.
FFP3	Élevé	Fumées de soudage lourdes, amiante (concentrations limitées), silice, plomb.

4 Les protections respiratoires





Les demi-masques et masques complets à cartouches
Ces dispositifs accueillent des filtres interchangeables (cartouches) spécifiques à la nature du risque :

- **Filtres antiparticules (P1, P2, P3)** : code couleur blanc.
- **Filtres anti-gaz et vapeurs (A, B, E, K..)** : codes couleurs spécifiques (ex: Marron pour les vapeurs organiques).
- **Filtres combinés** : protègent simultanément contre les gaz et les particules.

Les bonnes pratiques

Vérification avant le port

Contrôlez l'absence de déchirures sur la jupe du masque, l'état des élastiques, la propreté des soupapes et la date de péremption des filtres.

Ajustement et étanchéité

Le masque doit être parfaitement appliqué sur le visage. Rappel crucial : La présence d'une barbe (même de quelques jours) empêche une étanchéité parfaite et annule l'efficacité de la protection.

Test d'étanchéité à chaque mise en place

Obstruez-la ou les lignes d'entrée d'air (ou la surface du masque FFP) avec les mains et inspirez doucement.

Le masque doit se déprimer et se plaquer légèrement sur le visage sans qu'aucune fuite d'air ne soit ressentie sur les bords.garantir un confort visuel continu.

Pendant le travail

Quittez immédiatement la zone de travail en cas de perception d'une odeur, d'un goût, d'une gêne respiratoire importante ou de malaise.

Remplacez le filtre à particules si la résistance à l'inspiration augmente fortement (saturation).

Fin d'utilisation

Jetez les masques jetables après chaque poste (ou dès qu'ils sont souillés/humides). Pour les masques réutilisables, nettoyez la jupe en plastique, retirez les filtres, désinfectez si nécessaire et stockez le tout dans un sac ou une boîte hermétique propre, loin de la zone de pollution.

gist groupement interprofessionnel de santé au travail
Siège social : 28 rue des Chantiers
CS 50211 • 44614 Saint-Nazaire cedex
02 40 22 52 42 | gist44.fr | contact@gist44.fr

Des outils à disposition

Pour vous aider dans vos démarches

Abonnez-vous

Nos **newsletters** mensuelles
Actualités, conférences, réglementations...

Notre **catalogue** d'ateliers et de sensibilisations
Aide au DUERP, RPS, ergonomie, addictions...

Nos outils **Mon Document Unique** et **Mon Approche Prévention**
Faciliter vos diagnostics et l'élaboration de votre DUERP

Nos différents documents et fiches-conseils prévention
Disponibles en téléchargement sur notre site web

Sur Linkedin
Actualités, réglementations, planning des ateliers

Les modules de E-learning pour les employeurs et les salariés
Découvrez les modules d'apprentissages d'Afometra

Les centres



Saint-Nazaire
Siège social : 28 rue des Chantiers
CS 50211 • 44614 Saint-Nazaire cedex
02 40 22 52 42

gist44.fr | contact@gist44.fr

En Pays de la Loire, des services de prévention et de santé au travail en proximité des entreprises.
presanse-paysdelaloire.fr

GIST et Présanse Pays de la Loire sont membres du réseau Présanse.