

Méthodologie – Gestes de Secours SST

1. Objectif

Permettre au SST de :

- **Identifier rapidement** une situation d'accident ou d'urgence.
- **Agir efficacement et en toute sécurité** pour protéger la victime et lui-même.
- **Prévenir l'aggravation des blessures** ou complications médicales.
- **Alerter correctement les secours professionnels** en cas de besoin.

Cette méthodologie s'applique à toutes les situations d'accident du travail et incidents sur le site.

2. Champ d'application

- Tous les accidents ou incidents impliquant des travailleurs, visiteurs ou tiers sur le site.
 - Situations nécessitant des gestes de premiers secours : inconscience, arrêt respiratoire, hémorragie, fracture, brûlure, choc électrique, étouffement...
 - Applicable à tout SST formé et habilité selon la réglementation en vigueur.
-

3. Références réglementaires

- **Code du travail – Articles R4224-14 à R4224-17** : obligation de disposer de SST et du matériel adapté.
 - **INRS – Guide SST** : méthodes et gestes de premiers secours en entreprise.
 - **NF EN 13699** : matériel de premiers secours.
 - Procédures internes de l'entreprise : plan de sécurité, plan d'alerte et registre SST.
-

4. Responsabilités

4.1 Employeur

- Assurer la formation et la mise à jour des SST.
- Fournir un matériel complet et opérationnel : trousse, défibrillateur, EPI.
- Définir les procédures de sécurité et d'alerte.

4.2 SST

- Intervenir rapidement et efficacement.
- Ne jamais mettre sa sécurité ou celle d'autrui en danger.

- Appliquer les gestes de premiers secours adaptés à la situation.
- Alerter et coopérer avec les secours professionnels.

4.3 Collègues / personnel

- Coopérer avec le SST et suivre les instructions.
 - Participer à la prévention et à la sécurité du lieu de travail.
-

5. Évaluation de la situation

Avant toute action, le SST doit :

1. **Observer** : identifier les dangers immédiats (produits chimiques, feu, risque électrique).
 2. **Évaluer** : nombre de victimes, gravité apparente, état de conscience.
 3. **Sécuriser** : neutraliser ou éloigner les risques pour la victime et soi-même.
 4. **Alerter** : prévenir immédiatement les secours internes ou externes.
-

6. Gestes de secours principaux

6.1 Vérification de l'état de conscience

- Interpeller la victime : “Ça va ?”.
- Secouer doucement l'épaule si nécessaire.
- Si consciente : rassurer et limiter les mouvements.
- Si inconsciente : passer à l'évaluation de la respiration.

6.2 Vérification de la respiration

- Positionner la tête légèrement en arrière pour dégager les voies respiratoires.
- Observer le thorax, écouter et sentir la respiration pendant 10 secondes.
- Si absence de respiration normale : **alerter et commencer la RCP**.

6.3 Alerte des secours

- Appeler le SAMU (15 en France) ou le service interne d'urgence.
- Fournir toutes les informations nécessaires :
 - Nature de l'accident
 - État de la victime
 - Nombre de victimes
 - Localisation précise et risques éventuels

6.4 Position Latérale de Sécurité (PLS)

- Si la victime est inconsciente mais respire : la placer en **PLS** pour dégager les voies respiratoires et éviter l'étouffement.
- Maintenir la victime en sécurité jusqu'à l'arrivée des secours.

6.5 Réanimation Cardio-Pulmonaire (RCP)

- Si la victime **ne respire pas** :
 - Placer les mains au centre de la poitrine.
 - Compression thoracique : 30 compressions rapides et profondes.
 - Ventilation artificielle : 2 insufflations si le SST est formé et équipé.
 - Alternier 30 compressions / 2 insufflations jusqu'à l'arrivée des secours ou récupération de la respiration.

6.6 Contrôle des hémorragies

- Compression directe sur la plaie avec un **pansement stérile ou tissu propre**.
- Élever le membre si possible.
- Maintenir la pression jusqu'à l'arrivée des secours.

6.7 Fractures et blessures graves

- Immobiliser la zone touchée avec une attelle ou un support improvisé.
- Ne pas déplacer la victime sauf danger immédiat.
- Surveiller l'état général et les signes vitaux.

6.8 Brûlures

- Refroidir immédiatement avec **de l'eau froide** pendant 10 à 20 minutes.
- Ne pas appliquer de corps gras.
- Recouvrir la brûlure avec un **pansement stérile non adhérent**.

6.9 Étouffement

- Effectuer la **manœuvre de Heimlich** si la victime est consciente et s'étouffe.
- Si inconsciente, débiter la RCP et vérifier les voies respiratoires.

6.10 Choc électrique

- Couper la source électrique avant tout contact.
- Vérifier l'état de conscience et la respiration.
- Appliquer RCP si nécessaire et surveiller les brûlures ou blessures.

7. Suivi et consignation

- Remplir le **registre SST ou rapport d'accident** :
 - Heure et lieu
 - Description de l'accident

- Gestes effectués
 - État de la victime et intervention des secours
 - Analyser les causes et mettre à jour les procédures.
 - Former le personnel sur les leçons tirées.
-

8. Prévention et bonnes pratiques

- Participer à la **prévention des risques** sur le lieu de travail.
- Maintenir sa **formation SST à jour** (rafraîchissement tous les 2 ans).
- Vérifier régulièrement le matériel de secours et les EPI.
- Sensibiliser collègues et visiteurs aux gestes de prévention et à la procédure d'alerte.
- Réaliser des **exercices pratiques réguliers** pour renforcer la réactivité.