



# Statische houding en repeterend werk bij seksen, enten, selecteren en inpakken

## Inhoudsopgave

- Wat is de gewenste situatie?
- Maatregelen
- Checklist
- Toelichting op de maatregelen



Goedgekeurd door Sociale Partners



Getoetst door Nederlandse Arbeidsinspectie

Bij het seksen, enten, selecteren en inpakken van pluimvee is sprake van repeterend werk. Dit is met name belastend voor de spieren van de nek en de schouders. Statische spierspanning in de nek- en schouderregio kan de bloeddorstrooming van de gehele arm beperken, waardoor afvalstoffen als melkzuur zich in de spieren ophopen. Dit is de voornaamste oorzaak van (RSI)-klachten. Een warm klimaat en de aanwezigheid van stof verzwaren het werk.

## Wat is de gewenste situatie?

- ✓ Repeterende handelingen en statische houding leiden niet tot lichamelijke klachten.

## Maatregelen

- ➔ Vermijd een te hoge handelingsfrequentie. Meer dan twee kuikens per minuut is te veel.
- ➔ Richt, als de werksituatie dit toelaat, een zitwerkplek met voldoende beenruimte in.
- ➔ Is zitten niet mogelijk, kies dan voor een degelijke en stabiele stasteun.
- ➔ Zorg dat er zo veel mogelijk binnen een afstand van 30 cm (gemeten vanaf de schouder) wordt gewerkt.
- ➔ Zorg voor afwisseling in het werk.
- ➔ Houd de arm niet ongesteund van het lichaam af en vermijd een langdurig geheven schouder.
- ➔ Geef voorlichting en instructie over een goede houding.
- ➔ Neem tijdig (één maal per half uur) een korte pauze.

## Checklist

- Vermijd een te hoge handelingsfrequentie. Meer dan twee kuikens per minuut is te veel.
- Werk zo veel mogelijk binnen een afstand van 30 cm (gemeten vanaf de schouder).



- Houd de arm niet ongesteund van het lichaam af en vermijd een langdurig geheven schouder.
- Neem tijdig (één maal per half uur) een korte pauze.
- Neem minipauzes. Maak de armen en schouders dan los door even te schudden en/of te rollen met de armen en schouders.

## Toelichting op de maatregelen

### Organisatie en voorbereiding

- Zorg voor afwisseling in het werk. Rouleer bijvoorbeeld tussen aanvoeren en behandelen en tussen selecteren, enten en inpakken. Wissel de werkzaamheden na een uur af.
- Overweeg het enten volledig automatisch uit te voeren.
- Handmatig enten heeft de voorkeur boven enten met de semiautomaat. Handmatig enten dwingt de medewerker minder in het aannemen van een ongunstige houding.
- Bij het enten met de semiautomaat: stel de semiautomaat onder de linkerhand op. Neem de kuikens met de rechterhand op, druk ze aan met de linkerhand en leg ze weg met de rechterhand.
- Zorg bij zittend enten en seksen voor een goede instelbare comfortabele stoel. Goede steun van de benen is van belang om afknelling van de bovenbenen te voorkomen. Gebruik zo nodig een voetenbankje.
- Overweeg ondersteuning van de elleboog om de schouderspieren te ontlasten.
- Zorg dat er zoveel mogelijk vrije armbewegingen gemaakt kunnen worden. Een hoge rand aan de band/carrousel beperkt een vrije houding omdat de arm ongesteund van het lichaam af gehouden moet worden. Dit kan ook het geval zijn bij werken over een entsemiautomaat heen.
- Zorg voor in hoogte verstelbare tafels en carrouzels.
- Vermijd een hoge werkdruk. Dit verhoogt de ervaren spanning. Het risico op klachten is groter bij hoog ervaren spanning.
- Zorg bij enten van opfokpluimvee in de stal voor een goede logistiek:
  - Zorg voor voldoende personen voor de aan- en afvoer.
  - Houd de looplijnen kort en logisch.
  - Voer de behandeling op goede hoogte uit, zorg voor meubilair dat op de lengte van de verschillende enters kan worden afgestemd.



Werkplek voor seksen van kuikens



Enten van kuikens met semiautomaat



Handmatig enten van kuikens