

Informaticien(ne) Développement – Maintenance

Activités Tertiaires : Administratif : 12. 04.17 Mise à jour :10/2024

Codes : NAF :62.02B ; ROME : M1805 et I1401 ; PCS :388c ; NSF : 326r

Les informations fournies sont indicatives, sans caractère obligatoire, et n'ont aucune valeur légale

Situation Travail

Prend en charge la conception et le développement d'applications informatiques (programmation, mise en place de logiciels), ou la maintenance évolutive d'applications existantes ; dans les PME, assure aussi la maintenance technique.



PREVENTION GAGNANTE BTP

Performance Economique

-Travaille dans une entreprise possédant un service dédié aux études, aux développements et aux maintenances informatiques ; ces projets font suite à des demandes formulées directement par la direction, ou un chef de projet

1/ En qualité de concepteur développeur d'applications :

- Conçoit et développe des applications sécurisées, tels que des logiciels d'entreprise, des applications pour mobiles et tablettes, ainsi que des sites Web.

- Identifie les fonctionnalités ou les évolutions de l'application, en analysant le cahier des charges du projet informatique

- Conçoit ou modifie le modèle des données de l'application, permettant la création ou la modification des bases de données

Réalise les accès aux données et leurs mises à jour, en assurant leur sécurité et leur confidentialité.

Met en place les mentions légales liées au règlement général sur la protection des données (RGPD)

Met en place une veille informatique afin de connaître les évolutions techniques et de répondre aux problématiques de sécurité des technologies qu'il utilise.

2 / En qualité de technicien de maintenance dans les PME:

- Inventorie les matériels informatiques, à partir du logiciel de gestion de parc, en assure la maintenance préventive , et le met à jour

- Installe, configure , met en service , ou fait évoluer les équipements numériques et leurs périphériques , afin d'adapter le poste de travail aux besoins de l'utilisateur.

- Intervient sur les réseaux numériques et les solutions hébergées dans le cloud.

- Assiste et dépanne les utilisateurs de ces équipements ; intervient sur les composants matériels d'un ordinateur fixe ou mobile.

- Diagnostique et résout un dysfonctionnement numérique en appliquant une démarche structurée de résolution de problèmes , en utilisant systématiquement des tests pour s'assurer du bon résultat de l'intervention.



PREVENTION GAGNANTE BTP Performance Economique

- Veille à la sécurité physique des matériels, assure la mise à jour des outils de sécurité , et contribue à la confidentialité des données d'un équipement numérique.

- Configure la connexion VPN de l'utilisateur , afin qu'il puisse accéder au réseau de l'entreprise.

- Intègre un poste de travail ou une imprimante au domaine.

- Conçoit et met en place une base de données.

- Développe, conçoit une application, la teste, prépare et exécute son déploiement ; collabore à la gestion d'un projet informatique, développe des composants métier.

- Applique et fait appliquer les normes de qualité et de sécurité logicielle de son entreprise ; doit prendre en compte les contraintes économiques, en termes de coûts et de délais, doit s'adapter rapidement aux évolutions technologiques du secteur informatique.

- Met en place une veille informatique afin de connaître les évolutions techniques et de répondre aux problématiques de sécurité des technologies qu'il utilise.

- Doit être compétent en réseaux et télécommunications.
- Peut intervenir sur un accès ou sur un service de réseau de l'entreprise ; sur les équipements d'accès aux réseaux (câblage, prises, point d'accès de réseau sans fils, commutateurs, routeurs et boîtiers d'accès à Internet, serveurs.).
- Doit faire preuve de capacités relationnelles avec des interlocuteurs tels que la direction, les utilisateurs, le chef de projet, les experts techniques, (tout en conciliant souvent des exigences contradictoires) ; nécessite organisation et gestion du temps.

Ses activités diffèrent selon la taille et l'organisation du projet : pour les projets de petite taille, mène en autonomie la conception et le développement de l'application ; dans le cas de moyens et de grands projets, travaille soit au sein d'une équipe, sous la responsabilité d'un chef de projet, soit en équipe pluridisciplinaire.

Est sédentaire, mais peut être amené à se déplacer sur différents sites (agences ; centres ...), ou il assiste l'utilisateur dans un environnement de réseau, souvent sous le regard du demandeur de l'intervention, afin d'assurer le bon fonctionnement de son poste de travail.



PREVENTION GAGNANTE BTP

Performance Economique

Exigences

- Charge Mentale
- Capacité Réflexion/Analyse
- Horaire Travail : dépassement d'horaires
- Sens Responsabilités :
- Travail en Equipe :
- Vision Adaptée au Poste : vision de près, intermédiaire
- Contrainte Posturale : position assise prolongée

Accidents Travail

- Chute Plain-Pied : encombrement, escalier, câbles au sol
- Contact avec conducteur sous tension : câble, branchement/débranchement matériel
- Risque Routier : mission

Nuisances

- Risque Psychosocial / Stress : contrainte de délais, pression de la hiérarchie, du chef de projet, des utilisateurs ; etc.... ; responsabilités : organisationnelle, relationnelle ; TIC

En Savoir Plus :

Stress et messagerie électronique. Quelle prévention peut être mise en place ? INRS 2014

Maladies Professionnelles

Néant

Mesures Préventives

Un clic sur un des items des Mesures Préventives, ouvre *sur le chapitre correspondant* du Guide Bonnes Pratiques Prévention BTP

MESURES ORGANISATIONNELLES :

Principes Généraux Prevention



PREVENTION GAGNANTE BTP

Performance Economique

Document Unique Evaluation Risques Professionnels (DUERP)/Aides Financières CARSAT/ANACT

Outil d'évaluation des risques professionnels - Travail de bureau outil OIRA INRS

Aide financière CARSAT : entreprises 1 à 49 salariés :

RPS Accompagnement : aide financière pour prévenir les RPS en entreprise

Risques Psychosociaux(RPS)/Qualité Vie Conditions Travail (QVCT) : contrainte de délais, pression de la hiérarchie, du chef de projet, des utilisateurs

Risque Routier Transport Personnels/Matériels :Véhicule Utilitaire léger & VL
Déplacements sur divers sites

Sédentarité Travail/Activités Physiques en Entreprise

Télétravail/Visioconférence

Prevention Pratiques Addictives en Milieu Travail

MESURES TECHNIQUES :

Aménagement Bureau :

Bon dimensionnement des mobiliers et des équipements de travail, adaptation du poste de travail et du positionnement de la souris, du clavier, de l'écran de visualisation (évitant les reflets), bureau à hauteur variable et pauses régulières pour limiter les risques liés aux positions de travail statiques, limitation des ports de charge archives++ (aides à la manutention)

Bureau à hauteur variable « bureau dynamique » permettant une alternance de position assise/debout, permettant de rester physiquement actif tout en travaillant devant un écran ; courtes pauses actives (5') toutes les heures afin de limiter la position assise (marcher, se mettre debout, mobilisation musculaire).

Révolution des espaces de travail tertiaires qu'en est il de la prévention ? Numéro 265 - Revue Hygiène et Sécurité du Travail 12/2021 INRS

Chute Plain-Pied : cf. **Conception des locaux :**

Risques Psychosociaux (RPS) Qualité Vie Conditions Travail (QVCT) /TIC/Sexisme

Information Sensibilisation Hygiène Vie



PREVENTION GAGNANTE BTP

Performance Economique

MESURES HUMAINES :

Accueil Nouveaux Embauches/ Intérimaires : TutoPrév' Accueil. Travail de bureau ED 4469 INRS 09/2020

Information Sensibilisation Hygiène Vie

Sensibilisation Risques Psychosociaux(RPS)

Formation/Maintien-Actualisation Compétences (MAC-SST)

Possibilité d'utiliser un simulateur de feu en réalité virtuelle, dans un environnement de bureaux. Intégrant de vrais extincteurs connectés (extincteurs à eau et CO2), sans risque pour les exercices et mises en situation,

Habilitation Electrique: BE : branchement , et maintenance divers matériels informatiques basse tension.

Sensibilisation Risque Routier

Suivi Individuel Préventif Santé

OBJECTIFS :

- Informer le travailleur sur les dangers du métier , et le sensibiliser sur les moyens de prévention (fiche métier)
- **Tracer ses éventuelles expositions professionnelles** (suivi post exposition/post professionnel)
- Préserver sa santé physique et mentale, tout au long du parcours professionnel, afin de prévenir ou réduire les risques psychosociaux(RPS), prendre en compte ***l'impact du télétravail et l'organisation du travail sur la santé***, évitant une ***désinsertion professionnelle*** (cellule dédiée dans le SPST) , *et ainsi contribuer au maintien dans l'emploi.*
- **Participer à des actions de promotion de la santé** sur le lieu de travail, liés au mode de vie (hygiène alimentaire, conduites addictives, bénéfiques de la pratique sportive ...), dont des campagnes de vaccination et de dépistage
- L'Informer sur les modalités de suivi de son état de santé

MODALITES DE SUIVI :

Permet d'assurer la surveillance de l'état de santé des travailleurs en fonction des risques concernant leur santé au travail et leur sécurité et celle des tiers, de la pénibilité au travail et de leur âge.

Le médecin du travail, avec l'équipe pluridisciplinaire, ***est un régulateur et un ordonnateur du dispositif de suivi préventif adapté au salarié*** : en tenant compte du poste, de la tâche, de l'environnement et de l'individu lui-même.

PRISES EN CHARGE :

- Les examens complémentaires prescrits par le médecin du travail dans le cadre de ce suivi *sont à la charge du service de santé au travail interentreprises.*

- Le temps nécessité par les visites et les examens médicaux, y compris les examens complémentaires, est :

- Soit pris sur les heures de travail des travailleurs sans qu'aucune retenue de salaire puisse être opérée,
- Soit rémunéré comme temps de travail effectif, lorsque ces examens ne peuvent avoir lieu pendant les heures de travail.

- Les frais de transport nécessités par ces visites et ces examens sont pris en charge par l'employeur.

Suivi à l'embauche : Salarié non exposé à un risque :

Visite d'information et de prévention (VIP) : organisée par le médecin du travail, visite qu'il peut déléguer à un professionnel de santé de l'équipe pluridisciplinaire

Cette VIP a lieu

- **Dans un délai n'excédant pas 3 mois**

- Si le salarié : a bénéficié d'une VIP **dans les 5 ans** ; le salarié intérimaire : **dans les 2 ans, précédant l'embauche, l'organisation d'une nouvelle VIP n'est pas nécessaire si :**

- Le salarié occupe un emploi identique

- Le professionnel de santé est en possession de la dernière attestation de suivi



PREVENTION GAGNANTE BTP

Performance Economique

Tout salarié, reconnu travailleur handicapé (RQTH) ; ou titulaire d'une pension d'invalidité, est orienté sans délai vers le médecin du travail, dans le respect du protocole élaboré

Cette nouvelle visite, effectuée par le médecin du travail, a pour objet de proposer, des adaptations du poste ou l'affectation à d'autres postes, si elles sont nécessaires ; le médecin du travail, **dans le cadre du protocole élaboré, détermine la périodicité et les modalités du suivi de son état de santé qui peut être réalisé par un professionnel de santé de l'équipe pluridisciplinaire.**

Suivi individuel Salarié non exposé à un risque :

- **Maximum 3 ans** :si le salarié est :

- **Reconnu travailleur handicapé (RQTH) ; titulaire d'une pension d'invalidité ; ou salarié ayant un suivi adapté** (en fonction des conditions de travail, l'âge et l'état de santé du salarié), **selon le protocole établi par le médecin du travail, les pratiques pourront ainsi être variables d'un service à l'autre.**

- **Maximum 5 ans : si aucune situation particulière.**

Risques Particuliers :

- Néant

Risques Autres :

- Risque Psychosocial (RPS) / Stress :
- Risque Routier (missions)
- Risque électrique : contact avec conducteur sous tension : câble, branchement/débranchement matériel
- Sédentarité

Examens Complémentaires/Mesures Conseillés :

Aucun examen complémentaire n'est à prescrire systématiquement ; protocole de suivi défini par le médecin du travail (suivi individualisé).



PREVENTION GAGNANTE BTP

Performance Economique

❖ **Contrôle fonction visuelle/ Fatigue oculaire :**

❖ **Veiller :**

- A un Poids Corporel normal (IMC cible de 18.5 à 24.9 kg/m²) : **Calcul IMC**
- Au risque de complications métaboliques et cardiovasculaires :
 - Elevé à partir d'un tour de taille supérieur ou égal à 94 *cm chez l'homme* ; et supérieur ou égale à 80 *cm chez la femme*
 - Significativement élevé à partir d'un tour de taille de ≥ 102 *cm chez l'homme* ; ≥ 88 *cm chez la femme*.

Grâce à la normalisation du poids corporel, on note très souvent une amélioration du risque cardiovasculaire

- **Agir contre l'Inactivité physique ou "comportement sédentaire"** qui est la première cause de mortalité évitable dans les pays occidentaux, devant le tabac ; la prévention en ce domaine est très peu développée au niveau professionnel.

Une action d'accompagnement des personnes dans leurs choix de santé, **par des actions d'éducation**, est nécessaire++ afin de donner à chacun les moyens de prendre en charge sa propre santé de manière autonome et responsable

Une méta-analyse publiée dans le **Journal of Clinical Oncology en 12/ 2019** a étudié les relations entre l'activité physique et l'incidence de 15 types de cancer chez plus de 750 000 personnes suivies pendant 10 ans.

Les résultats montrent **qu'une pratique hebdomadaire de 2,5 à 5 heures d'activité physique d'intensité modérée** permet de réduire significativement les risques d'apparition de 7 cancers différents sur les 15 étudiés : **côlon, sein, endomètre (utérus), rein, myélome (moelle osseuse), foie et lymphome non hodgkinien (système immunitaire).**

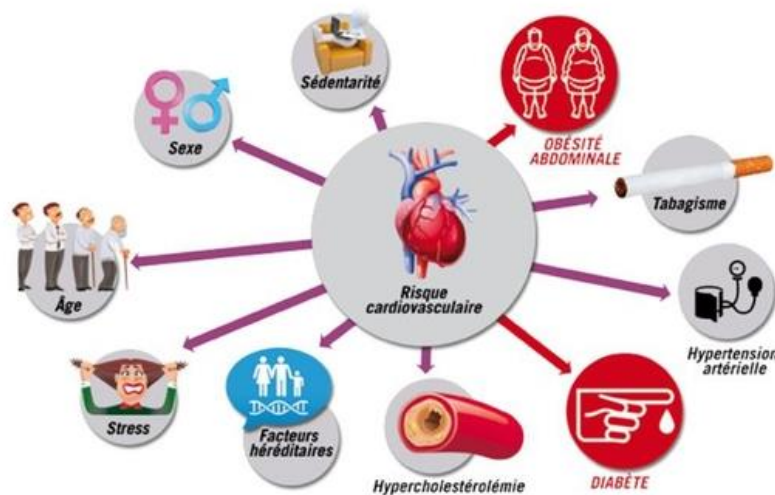
- ❖ **L'inactivité physique** se définit, comme le non atteint : des seuils d'activité physique recommandés : pour un adulte **150' d'activité d'intensité modérée ou 75 'd'intensité élevée/semaine (25' 3 fois/semaine).**
- ❖ **Le comportement sédentaire** : se caractérise par une position assise ou allongée en situation d'éveil avec une dépense énergétique inférieure ou égale à 1,5 fois le repos

Testez vos connaissances : activité physique et sédentarité ONAPS



PREVENTION GAGNANTE BTP Performance Economique

- ❖ **Dans le cadre du Suivi Individualisé :**



- Bilan biologique (profil lipidique) et ECG :

- Age > 45 ans chez les hommes ; > 55 ans chez les femmes :
 - Chez le sujet présentant **des facteurs de risque péjoratifs** : obésité (IMC > 30), hypertendu et diabétique ; taux de HDL-cholestérol est < 0,60 g/l ; taux LDL > 1,60g/L
 - Chez les sujets présentant **l'association de 2 de ces facteurs de risques**
 - Tabagisme actif ou sevré depuis moins de 5 ans
 - Hérité cardio-vasculaire chez un ascendant du premier degré à un âge précoce (avant 55 ans chez le père ou 65 ans chez la mère)
 - Pas d'activité physique régulière
 - Consommation alcool excessive

Les facteurs de risque cardiovasculaires se potentialisent, c'est-à-dire qu'ils s'aggravent l'un l'autre.

Ainsi, l'association de plusieurs facteurs de risque, même de faible intensité, peut entraîner un risque très élevé de maladie cardio-vasculaire.



PREVENTION GAGNANTE BTP

Performance Economique

Ainsi une TA modérée, une petite intolérance au sucre, un cholestérol moyennement élevé, chez un petit fumeur, est un terrain beaucoup plus « à risque » qu'un cholestérol très élevé isolément.

Santé du cœur - Fédération Française de Cardiologie

- Accompagnement en tabacologie :

Depuis 2016, le droit de prescrire des substituts nicotiques est ouvert aux médecins et infirmiers du travail.

Un livret explique notamment comment :

- ✓ Aborder la question de la consommation tabagique
- ✓ Evaluer la dépendance
- ✓ Susciter ou renforcer la motivation du fumeur à arrêter et/ou réduire sa consommation de tabac grâce à l'entretien motivationnel.

Il liste l'ensemble des substituts nicotiques et donne pour chacun d'eux un mode d'emploi et les bons dosages.

Il fournit aussi un exemple d'ordonnance.

Premiers gestes en tabacologie Livret d'aide à la pratique pour les professionnels de santé Edition Respadd 01/2020

- ✓ **Faire prendre conscience au salarié du coût de sa consommation**

TEST : Le coût de ma consommation

- ✓ **Aborder la dépendance au tabac : trois types de dépendance**

Tabac - Les Outils d'évaluation, d'orientation et d'accompagnement Addict Aid :
Tests : Fagerstrom ; Lagrue Legeron ; Demaria Grimaldi Lagrue



PREVENTION GAGNANTE BTP **Performance Economique**

Fédération Française Cardiologie : propose des informations pratiques et documentées sur les facteurs de risque cardio-vasculaire.

Tabac Info Services : information sur le tabac ; centre antitabac le plus proche de chez vous

Comité Français Lutte contre Hypertension Artérielle

- ❖ **Recherche symptômes Epuisement Professionnel (Burn out) :**

Le burn-out se traduit de diverses manières, ses signes ne sont pas spécifiques, il s'agit souvent de symptômes de stress chronique :

- **Signes Emotionnels :** tensions nerveuses, humeur triste, peurs indéfinissables ...
- **Signes Physiques :** troubles du sommeil, fatigue chronique, vertiges
- **Signes Cognitifs :** diminution de la concentration, erreurs, oublis, difficultés à réaliser plusieurs tâches à la fois...
- **Signes comportementaux ou interpersonnels :** repli sur soi, comportement agressif ou dérive vers des conduites addictives (alcool, drogues, tabagisme accru...)
- **Signes de Démotivation :** dévalorisation de soi, doute de ses compétences, perte de motivation ...

Questionnaire d'auto-évaluation de l'épuisement professionnel pour les cliniciens et les patients Marie Peze

Maslach Burnout Inventory comporte 22 questions permettant d'explorer 3 dimensions :

- Sentiment Epuisement Emotionnel : 9 questions (1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20)
- Déshumanisation : 5 questions (5, 10, 11, 15, 22)
- Degré d'accomplissement personnel au travail : 8 questions (4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21)

Chaque échelle donne un score, les 3 scores permettent de situer l'état de burnout de la personne

Le MBI, est un outil qui permet d'évaluer la sévérité du Burn-out, de distinguer pour chacune des dimensions, s'il est faible, moyen ou élevé.

Un score élevé aux deux premières échelles et un score faible à la dernière signe un épuisement professionnel

- ❖ **Le workaholisme** est un comportement présenté par une personne qui ressent une pression interne l'obligeant à travailler, et qui ressent un mal-être intérieur, et une sensation de culpabilité lors des périodes d'inactivité.



PREVENTION GAGNANTE BTP Performance Economique

Le workaholisme entraîne des conséquences importantes :

- **Sur la santé de la personne** : somatiques (douleurs musculaires ou intestinales, risque, plus élevé de maladie coronarienne), niveaux plus élevés d'anxiété, d'insomnie, de dysfonctionnement social et de dépression ; c'est également un facteur de risque important de burnout
- **Sur les collaborateurs** souvent en conflit avec ce salarié perfectionniste à l'extrême, psychorigide et ne déléguant pas.

Pour le repérage, un questionnaire : **WART**, utilisé en cas de signaux d'alerte tels que l'existence de plaintes somatiques (douleurs musculaires ou intestinales...), de troubles psychiques (anxiété, insomnie, dépression, dysfonctionnement social) , difficulté à s'éloigner du lieu de travail et Co-addictions fréquemment retrouvées : troubles du comportement alimentaire ; surconsommation de substances psychoactives (tabagisme important, mésusage d'alcool).

❖ Vaccinations :

❖ Données de Santé :

La cabine de télémédecine est *un Dispositif Médical de classe IIA*, qui garantit aux professionnels de santé : la fiabilité et la standardisation de toutes les données de santé recueillies.

Son architecture est sécurisée (hébergement des données sur une plateforme HDS, conformité RGPD) et l'interopérabilité permet d'interfacer l'outil avec les logiciels métier de santé au travail.

- **Bilan de santé autonome** : le salarié réalise lui-même, guidé par un didacticiel vidéo, **en moins de 10 minutes** : la prise de ses constantes physiologiques : **poids, taille, IMC, oxymétrie de pouls** (procédure simple, abordable et non invasive pour mesurer la concentration en oxygène dans le sang.), **fréquence cardiaque, température, tension artérielle.**



PREVENTION GAGNANTE BTP Performance Economique

A cela peuvent s'ajouter *les tests visuels et d'audiométrie, analyse urines....*

Les résultats sont directement imprimés sur des tickets dans la cabine et transférés sur le logiciel du SST

L'équipe de santé au travail (infirmière, médecin du travail...) dégage ainsi du temps : pour l'Information du salarié sur les risques liés à sa fonction , la sensibilisation sur les moyens de prévention de sa santé ; ainsi que pour la veille épidémiologique.

❖ Téléconsultation Santé Travail :

Téléconsultation

- ❖ **Sensibilisation à la lutte contre l'arrêt cardiaque et aux gestes qui sauvent préalablement au départ à la retraite du salarié**

Actions sensibilisation à la lutte contre l'arrêt cardiaque et aux gestes qui sauvent au départ à la retraite du salarié



PREVENTION GAGNANTE BTP
Performance Economique