Bending, Lifting, and Carrying Little Ones: Preventing Back and Shoulder Injuries Picture This – French



L’image montre un éducateur qui se penche pour soulever un enfant en bas âge du sol tout en se tournant vers une étagère.

Ce qui ne va pas, c’est la combinaison de la flexion, de la torsion et de la distance par rapport à l’enfant. Cette position exerce une forte pression sur le bas du dos.

Il faut éviter de soulever un enfant en se tournant ou en s’étirant. Il faut plutôt s’accroupir ou s’agenouiller, rapprocher l’enfant et le soulever avec les jambes.