



LES TMS, EN RÉSUMÉ !

Les quatre premières fiches, illustrées par autant de cas concrets, vous ont permis de découvrir comment des entreprises ont su réagir face à l'émergence de TMS.

Cette dernière fiche met l'accent sur les connaissances pratiques nécessaires pour appréhender le sujet.

IDENTIFIER LES FACTEURS DE RISQUES DE TMS

Les facteurs sont multiples :

- **biomécaniques** : sollicitation trop importante des articulations, efforts, répétitivité, vibrations, posture contraignante...
- **psychosociaux** : charge et rythme de travail, organisation, relations avec les collègues et la hiérarchie, reconnaissance du travail, intérêt pour le travail...
- **individuels** : activité professionnelle antérieure, niveau de formation au poste, état de santé, fatigue...

Certains facteurs sont aggravants : stress chronique, travail au froid, éclairage inadapté...

Les TMS peuvent apparaître chez des salariés de tout âge et dans tout secteur d'activité.

MENER UNE DÉMARCHÉ DE PRÉVENTION

La prévention a sa place à tous les moments d'un projet ou d'une situation existante.



QUELQUES ÉLÉMENTS DE PRÉVENTION

Trouver des solutions techniques

Vibrations

- Utiliser un matériel de bonne qualité et bien l'entretenir,
- ...

Manutention

- Mécaniser dans la mesure du possible,
- Réduire les poids unitaires, les fréquences de manutention (reprises), les distances à parcourir avec la charge,
- ...

Postures contraignantes

- Libérer les espaces de travail,
- Réaménager l'espace pour respecter les zones de confort articulaire (Pas de position penchée en avant, pas de travail les bras au-dessus de la ligne des épaules),
- ...

Cependant, une réponse uniquement technique ne permettra pas de régler durablement le problème.

DES AIDES FINANCIÈRES

Pour améliorer la santé et la sécurité au travail de vos salariés, des incitations financières (Aides Financières Simplifiées, Contrat de prévention...) sont proposées par la Carsat Pays de La Loire. Elles s'inscrivent dans un programme national et régional de prévention des risques professionnels.

Exemples :

- Bac de lavage pouvant s'adapter à la hauteur du coiffeur,
- Lave-verres permettant de supprimer l'essuyage manuel,
- Filmeuse à plateau rotatif,
- Equipements pour le BTP,
- ...

Pour en savoir +

www.carsat-pl.fr/entreprises/prevenir-vos-risques-professionnels/les-incitations-financieres.html

Ne jamais oublier de Revoir le rythme de travail

- Eviter d'être soumis au rythme des machines (Par exemple, prévoir des stocks tampon...),
- Alternier les tâches,
- Organiser des pauses,
- ...

Repenser l'organisation

- Revoir l'ordre et la répartition des tâches,
- Organiser le travail collectif,
- ...

Et toujours Former et Informer

- Accueillir les nouveaux salariés avec une information sur les risques,
- Prévoir un temps suffisant d'apprentissage,
- Penser à l'échauffement,
- Former à la Prévention des Risques liés à l'Activité Physique (PRAP),
- ...

EN CONCLUSION

Les aménagements du poste doivent toujours être pensés avec le collectif de travail.

Le réaménagement du poste avant la reprise de travail est la meilleure prévention des rechutes.

Les modifications à apporter ne sont pas forcément coûteuses ou compliquées.

La prévention des TMS se fait dans la durée et doit être évaluée régulièrement. Les situations à risque TMS peuvent ressurgir à l'occasion de changements qui peuvent rompre l'équilibre entre les exigences du travail et les ressources humaines, organisationnelles et matérielles.

Comment le STCS peut vous aider

Des professionnels de la prévention (médecins du travail, ergonome, techniciens hygiène sécurité, formatrices...) sont à votre service pour :

- ✓ Assurer la surveillance médicale des salariés
- ✓ Assister l'entreprise dans sa démarche d'évaluation et de prévention (Document Unique, intervention ergonomique)
- ✓ Sensibiliser les salariés sur les risques et les moyens de prévention
- ✓ Former les salariés à la Prévention des Risques liés à l'Activité Physique (PRAP)
- ✓ Mettre à disposition des documents techniques en lien avec le service documentation

FICHE INFOS LES TMS, EN RÉSUMÉ – JUIN 2017

Directeur de publication : B. BOISSEAU, Président de STCS • Comité de rédaction : Equipe pluridisciplinaire de STCS
Conception et impression : L'Effet Papillon www.effetpapillon.fr - Imprimé sur papier recyclé