

Sensibilisation au TMS* (Troubles MusculoSquelettiques) 2018

INTRODUCTION

- Les gestes et postures répétés dans le temps peuvent être responsables de dégradation des conditions sanitaires: TMS*, RPS*...
- L'étude des unités de travail, des postes et des métiers permettent de répertorier, d'estimer, de hiérarchiser des risques potentiels et des situations dangereuses.

INTRODUCTION

- Le but de ces travaux :
 - ✓ Mettre en place des plans d'action visant à diminuer, voire supprimer les contraintes auxquelles sont soumis les professionnels.
- Ces réalisations reposent sur le travail et le partenariat d'équipes pluridisciplinaires :
 - ✓ Les employeurs/les salariés
 - ✓ Les DPs*, les membres des CHSCT*
 - ✓ Les services RH*
 - ✓ Les services de santé au travail ou SST

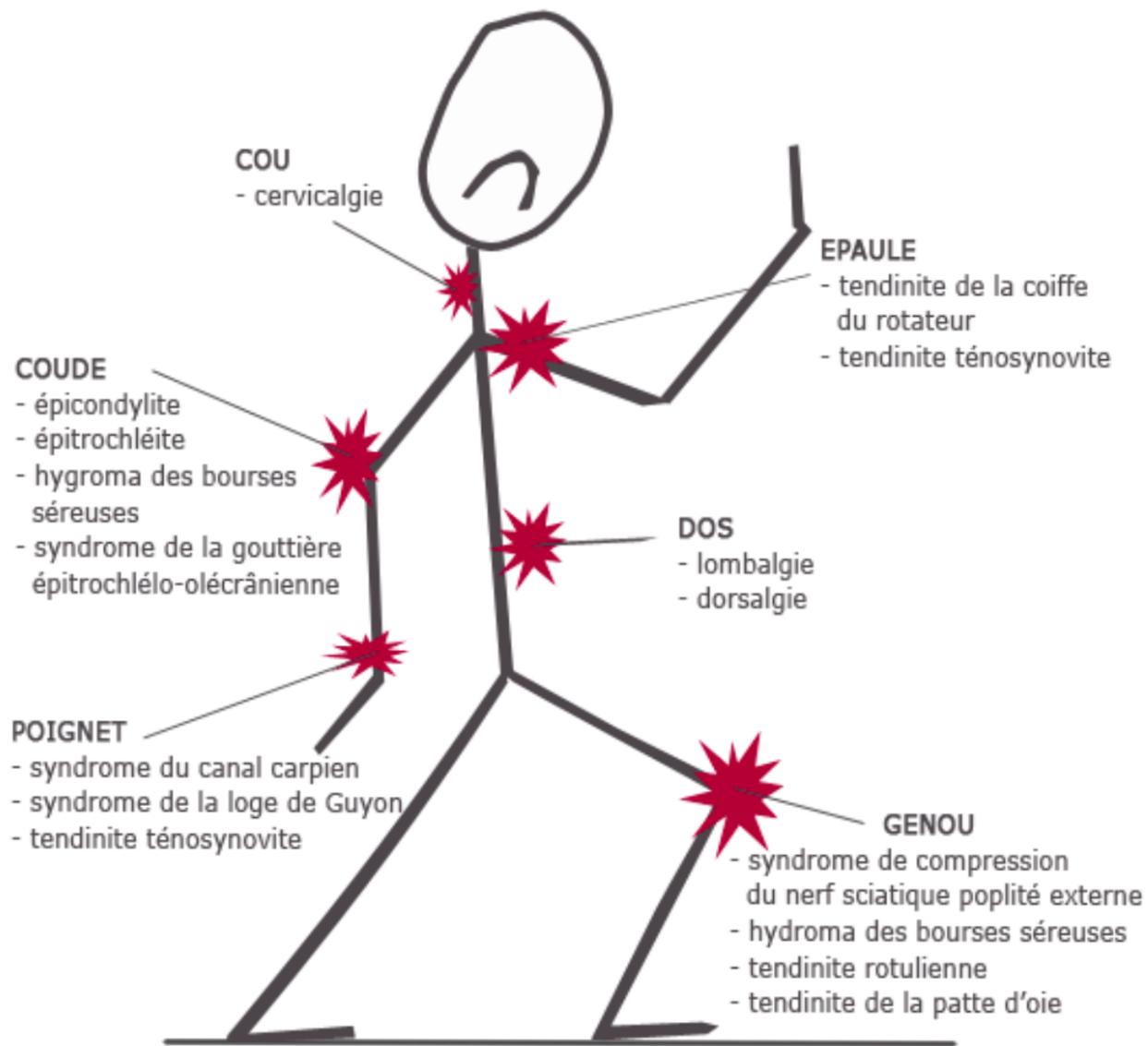
TMS*: Définition

- Les TMS* sont des pathologies qui affectent les différents tissus (tendons, gaines, nerfs, synoviales...) situés à la périphérie des articulations.
- Ces pathologies résultent d'un déséquilibre entre les capacités fonctionnelles des personnes et les exigences des situations de travail.

TMS*: Définition

- Durant l'activité professionnelle des micro-lésions se créent dans les tissus et lors des phases de récupération le corps procède à une **“auto-réparation”**.
- Quand les possibilités de réparation sont insuffisantes on parle d'**hyper-sollicitation**.

TMS*: représentation



TMS*: facteurs de risque

Caractéristiques individuelles

Physique,
Psychologique,
Sociale,
Professionnelle.

Mouvements répétitifs,
Les positions inconfortables,
Les postures contraignantes et
maintenues

Postures, charges
musculosquelletiques

TMS

Sur stress,
management...

Organisations
de travail

Dr Bossy

Répercussion économique

- 1^{ère} cause de maladies professionnelles indemnisées,
- 1^{er} motif des journées de travail perdues,
- 10 millions de jours d'arrêts de travail,
- Une forte proportion d'affections péri- articulaires,
- Coût moyen d'un TMS* pour une entreprise: un 13^{ème} mois,
- Augmentation de 8 à 10 % par an.

Source CNAM 2012

Dr Bossy

Répercussion stratégique

- Le monde du travail est vivant, il évolue. Chaque entreprise a ses risques propres, l'employeur, les salariés doivent veiller à leur qualité de vie au travail (QVT).
- Dans une entreprise de moins de dix salariés, les accidents, les absences répétées entraînent une surcharge de travail pour les effectifs restants et une productivité ralentie influant sur la compétitivité.
- Toutes les entreprises sont impactées.

Répercussion stratégique

- L'évolution des accidents de travail liés au TMS* est aussi fonction de la conjoncture économique.
- En période de croissance le nombre d'AT* augmente de 1,2 fois plus que le nombre de salariés. L'embauche à flux tendu peut répondre à la demande mais les salariés s'exposent à des risques supérieurs à la moyenne.
- En période de décroissance les AT* diminuent, mais les risques sont toujours présents.

(Source CPAM 2014)

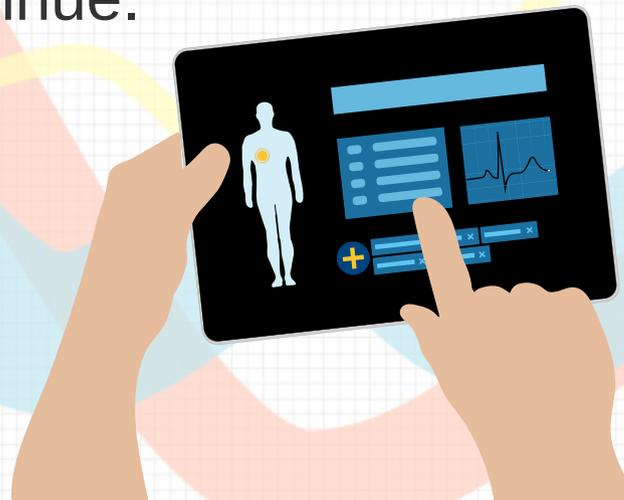
Dr Bossy

TMS*: la clinique

- Le principal signe clinique des TMS* s'exprime au travers d'une douleur ressentie lors ou en dehors du travail:
 - ✓ engourdissement, raideurs, picotements...
- La douleur s'associe progressivement à une gêne fonctionnelle de plus en plus importante voire invalidante dans la vie professionnelle et personnelle.

TMS*: la clinique

- La difficulté d'évaluation des TMS résultent:
 - ✓ d'organisations de travail hétérogènes,
 - ✓ du ressenti des patients ,
 - ✓ d'expositions aux Fdrs différents..
- Les chercheurs, les médecins , les ingénieurs ont étudié les conditions de travail. La bibliographie scientifique sur le sujet est riche et doit être connue.



Outil clinique précoce SALTSA*

- Un protocole européen d'examen clinique SALTSA* 1987, traduit chez nous en 1994 a été défini et validé sur la base d'une recherche bibliographique systématique.
- Il permet aux médecins de repérer et d'évaluer cliniquement de façon reproductible les TMS* en milieu du travail.

http://www.generation-industrie.net/sites/default/files/questionnaire_nordique.pdf

https://www.youtube.com/watch?v=Mk98xR2r_bw

Stratégie vis à vis des TMS*

Plusieurs acteurs sont impliqués:

- ✓ Employeurs/employés
- ✓ Les IRP* (instances représentatives du personnel)
- ✓ Service de santé au travail



Stratégie vis à vis des TMS*

Identification



Evaluation



Plan d'action



Surveillance/Suivi



Identification

- **Démarche collective**
 - ✓ Connaitre les métiers,
 - ✓ Connaitre les unités de travail : les outils , les postes, l'environnement
 - ✓ Connaitre les méthodes manageriales, les Hommes
- **Définir la problématique TMS* de SON entreprise**
 - ✓ S'appuyer sur une personne compétente au sein de l'entreprise
 - ✓ Mobiliser le service de santé au travail (SST)
 - ✓ Utiliser les outils et écrits scientifiques sur le sujet

Identification

- La Démarche globale va s'affiner pour cela, il faut connaître les facteurs de risques des TMS.
- On pourra s'appuyer sur des guides et outils méthodologiques par exemple :
 - ✓ **Le travail à tâches variées** : démarche d'analyse ergonomique pour la prévention des TMS.
<http://www.irsst.qc.ca/media/documents/pubIRSST/RG-457.pdf>
 - ✓ Le Dépistage peut reposer sur la stratégie **Sobane** (Screening, Observation, ANalysis, Expertise) et de **DePARIS**
http://www.deparisnet.be/sobane/fr/malchaire_sobane_deparis_fr_version_2003.pdf

Ex de situations à risques



Identification par les SST*



Devant toute situation à risque et/ou à la demande d'une entreprise, le médecin du travail et son équipe sont à même de répondre aux demandes pour solutionner les problématiques de santé au travail.

Identification : les outils



Fiche d'entreprise

- Elle recense tous les risques professionnels :
 - ✓ Environnement des locaux (aménagement des postes, hygrométrie, éclairage, sonorité..)
 - ✓ Environnement psychosocial (évaluation des effectifs , hiérarchisation des postes , liste des RP* ou des personnels compétents...)
 - ✓ Elle participe à la réalisation du DUER*

Identification : les outils



Fiche de poste de travail

- Elle décrit :
 - ✓ Le poste de travail
 - ✓ L'environnement de travail,
 - ✓ Les exigences liées au poste de travail (consignes de sécurité, obligations et interdictions...)
 - ✓ Les compétences requises pour exercer ce travail
 - ✓ Les conditions de travail (horaires, relations, permis nécessaires, EPIs*)
 - ✓ Les formations nécessaires à suivre pour exercer ce travail

https://www.cdc.retraites.fr/outils/RUSST/chapitre9/9-2/Paragraphe_9_2.pdf

Identification: les outils

- Les fiches sont remises à l'employeur, aux IRP* et au salarié pour la fiche de poste
- Les fiches d'entreprise sont réactualisées tous les ans
- Les fiches sont réévaluables
- Les fiches sont intégrées dans le DUER*
- Elles constituent un levier de discussion indispensable dans une démarche de prévention des risques professionnelles.

Identification : les outils

- La dimension humaine, relationnelle devra être examinée
- Des outils nombreux existent pour dépister des RPS* qui peuvent être source de TMS*
- “En avoir plein le dos” peut parfois traduire une origine autre que biomécanique.

Des "TMS" aux "RPS", quand tout nous invite à parler "Travail" Fabien Coutarel 1
<https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-00831150/>

TMS-RPS : l'hypothèse de l'hypo-sollicitation de l'activité Yves Clot 1
<https://hal.archives-ouvertes.fr/halshs-00605357/>

Analyse des données: outils

Check list de l'Osha

- ✓ Cet outil évalue si un poste est à risque TMS
- ✓ Resultat sous forme d'un score
- ✓ Etude longue, partenariale
- ✓ Etude qui vise à transformer le travail en maîtrisant le risque TMS.

https://www.osha.gov/shpguidelines/docs/SH_P_Audit_Tool.pdf

Grille d'identification de la charge physique

- ✓ Cet outil classe les situations de travail en fonction de leurs risques
- ✓ Elle comporte deux volets
 - × Un volet santé au travail et psychosocial
 - × Un volet charge physique de travail et pénibilité
- ✓ Grille avec réponse: non , oui avec et sans critique.

<http://www.inrs.fr/media.html?refINRS=ED%206161>

Analyse des données: outils

- **Questionnaire TMS**

Outil INRS qui évalue le ressenti des salariés

<http://www.inrs.fr/>

- **Echelles de Borg ou MPE** (mesure physique de l'effort)

Outil qui quantifie l'effort perçu d'une tâche ou l'état de fatigue d'un travailleur

- **OREGE**

Analyse et quantification des risques biomécaniques.

<http://www.inrs.fr/>

- **VIDAR**

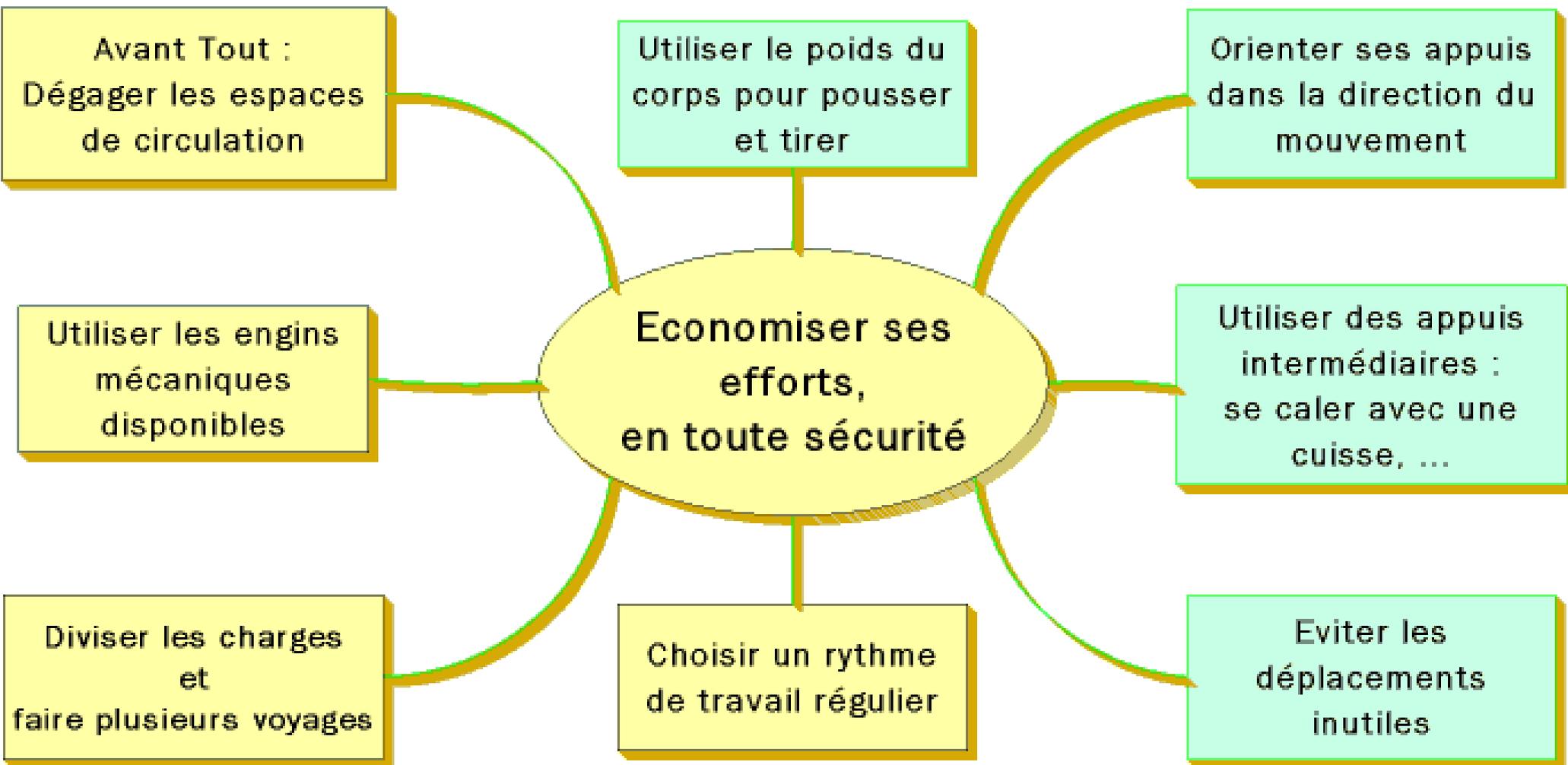
Méthode d'analyse des facteurs de risque de TMS adaptée pour les TPE

<http://www.inrs.fr/media.html?refINRS=TF%20169>

Ex. de solutions en pratique

- Formation des salariés sur les EPIs*
- Ateliers pratiques: gestes et postures par le médecin du travail en entreprise
- Aménagement de locaux par l'ergonome, l'employeur et les salariés
- Nomination de personnels compétents sur des thématiques comme le levage, la manutention
- Cours de relaxation et d'activités physiques au sein de l'entreprise.

Ex. de solutions en pratique



Conclusion

- Les TMS sont fréquentes et préoccupantes sur le plan sanitaire et économique, il faut:

- ✓ Les reconnaître

- ✓ Les analyser

- ✓ Les maîtriser

- ✓ Les surveiller

- Ces actions passent par une démarche participative de tous les acteurs du monde du travail.

Conclusion

- Les outils scientifiques sont nombreux et doivent être connus des acteurs intégrant la démarche
 - La ou les solutions de maîtrise du facteur de risque TMS* sont personnelles à l'entreprise
- Les indicateurs de surveillance s'intègrent dans un suivi au long cours qui doivent être consignés dans le Document unique d'évaluation des risques professionnels (DUERP)

Conclusion

Le travail « fait mal » mais les raisons du mal ne se limitent pas aux seules contraintes biomécaniques

La perte du lien, du sens du travail, sont autant de facteurs de risques psychosociaux qui peuvent être à la source des TMS* ou les aggraver

L'amélioration des conditions de travail au travers de la diminution du facteur de risque TMS doit aboutir à une qualité de vie au travail (QVT) et un bien-être global.

A top-down view of five LEGO minifigures sitting around a white circular table. The minifigures are: a black-haired figure in a blue shirt with yellow accents; a figure with a black helmet and a white and red striped shirt; a red-haired figure in a green and yellow shirt; a brown-haired figure in a red and green shirt; and a blonde-haired figure in a white shirt with blue accents. The text "Merci pour votre attention" and "Des questions ?" is centered on the table.

Merci pour votre attention

Des questions ?

Abréviations

TMS*: troubles musculosquelettiques

IRP*: Instance représentative du personnel

DP*: Délégué du personnel

CHSCT*: Comité d'hygiène de sécurité et des conditions de travail

Epi* : Equipement de protection individuel

RPS* : risques psychosociaux

QVT*: Qualité de vie au travail