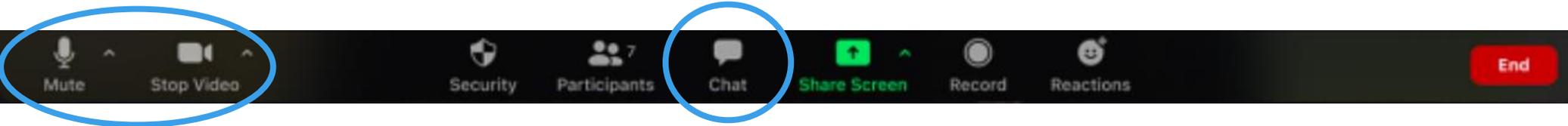


BONJOUR ET BIENVENUE

Le webinaire va démarrer dans quelques instants...

- ✓ Nous vous remercions de bien vouloir **couper votre micro** et votre **caméra**
- ✓ Vous pourrez poser vos questions via le **Tchat**.



RENCONTRES
SANTÉ-TRAVAIL

La prévention
en actions

COMMENT REPÉRER ET LIMITER LES TMS DANS VOTRE ENTREPRISE ?

24 septembre 2020

Webinaire présenté par **Julie LERCARI**, Ingénieure Hygiène Sécurité et **Séverine BARTOS**, Ergonome.

RÉSEAU
présanse
PRÉVENTION ET SANTÉ AU TRAVAIL

#LaPreventionEnActions

SOMMAIRE

1. DÉFINITIONS ET STATISTIQUES

2. FACTEURS DE RISQUE

3. DÉMARCHE D'ACCOMPAGNEMENT

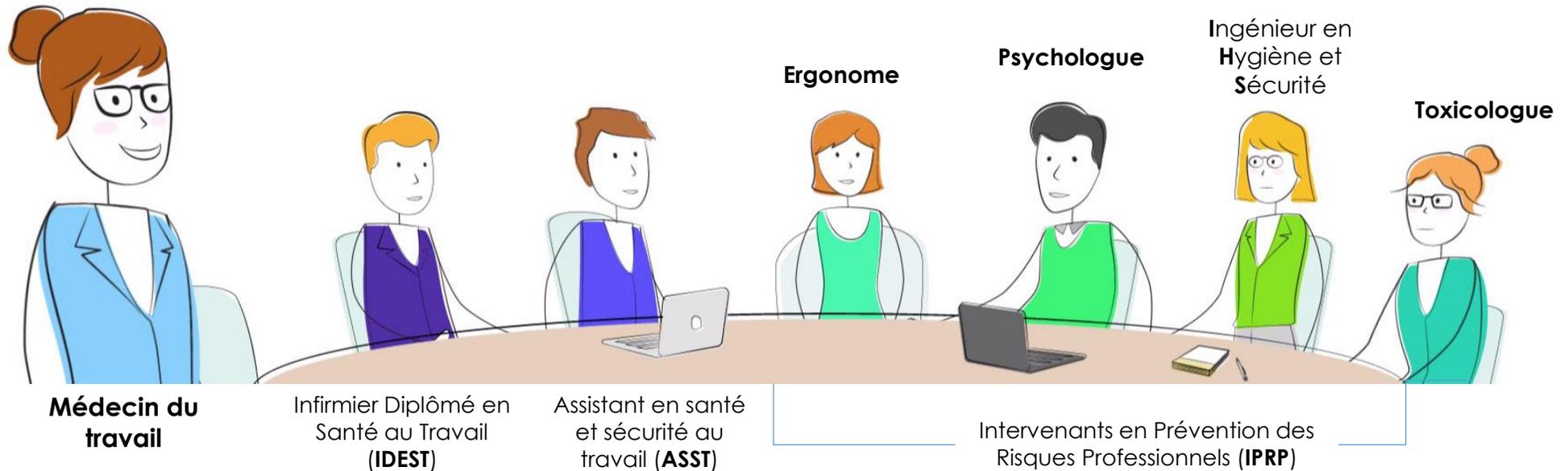
4. CAS CONCRETS

L'équipe pluridisciplinaire en santé au travail

La médecine du travail a pour rôle **d'éviter toute altération de la santé des salariés en raison de leur travail.**

Les missions des services de santé au travail sont assurées par les membres de l'équipe pluridisciplinaire.

Le médecin du travail anime et coordonne cette équipe



Compétences de l'équipe pluridisciplinaire prévues par la loi n° 2011-867 du 20 juillet 2011 relative à l'organisation de la médecine du travail

1. DÉFINITIONS ET STATISTIQUES

Les TMS, c'est quoi ?



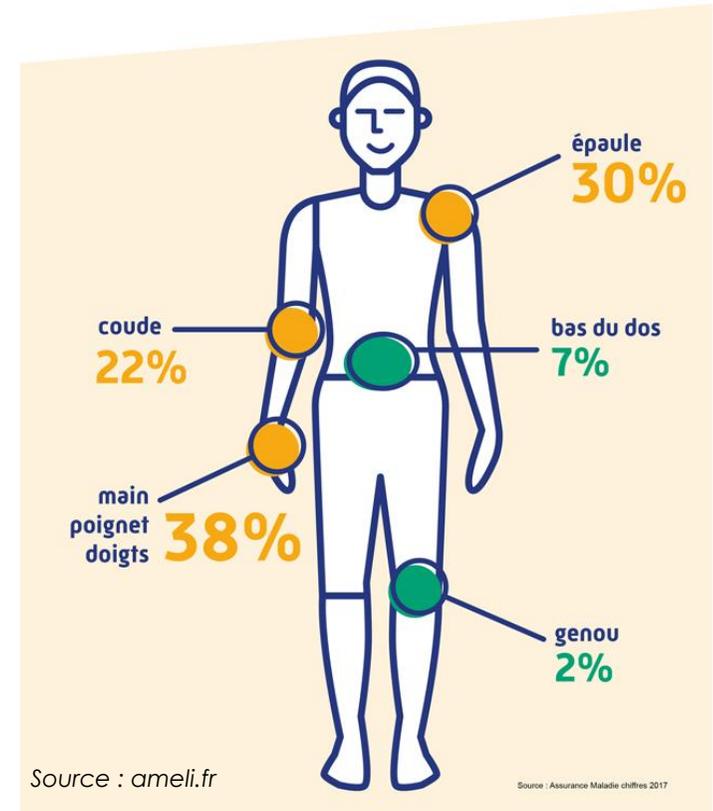
« Les **troubles musculo-squelettiques (TMS)** sont des troubles de l'appareil locomoteur pour lesquels **l'activité professionnelle** peut jouer un rôle dans la genèse, le maintien ou l'aggravation. »

« Les TMS affectent principalement les muscles, les tendons et les nerfs, c'est-à-dire les **tissus mous** »

Source : INRS

Le symptôme principal commun à toutes les pathologie est **la douleur**.

Les articulations du **haut du corps** sont particulièrement touchées par les TMS, notamment celles des bras et de la main, ainsi que le bas du dos.



TMS : première cause de maladie professionnelle

La maladie professionnelle (MP)

« Une maladie professionnelle (MP) est la **conséquence de l'exposition** plus ou moins prolongée **à un risque** qui existe **lors de l'exercice habituel de la profession.** » INRS

87%
Des MP reconnues
sont des TMS

Tableaux des maladies professionnelles

Conformément au système prévu par la loi du 25 octobre 1919, « **une maladie peut être reconnue comme maladie professionnelle, pour les travailleurs du régime général, si elle figure dans l'un des tableaux annexés au Code de la Sécurité sociale.** »

Environ 150 maladies professionnelles liées aux TMS sont reconnues au titre des Tableaux de maladies professionnelles suivants :

TABLEAU	TITRE ABRÉGÉ	
RG 57	Affections périarticulaires provoquées par certains gestes et postures de travail	91%
RG 69	Vibrations et chocs transmis au système main/bras	0,5%
RG 79	Lésions chroniques du ménisque à caractère dégénératif	1%
RG 97	Affections chroniques du rachis lombaire provoquées par les vibrations de basses et moyennes fréquences transmises au corps entier	1%
RG 98	Manutention manuelle de charges lourdes	6,5%

Conséquences des TMS

SUR LA SANTÉ DES SALARIÉS

87%

Des MP reconnues
sont des TMS

20%

Des accidents du travail
(AT) sont liés au mal de dos

Gènes physiques

Douleurs

Baisse de la productivité au travail

Perte d'autonomie

Augmentation des fréquences d'arrêts de travail

Restriction d'aptitude

Handicap plus ou moins grave

Désinsertion professionnelle

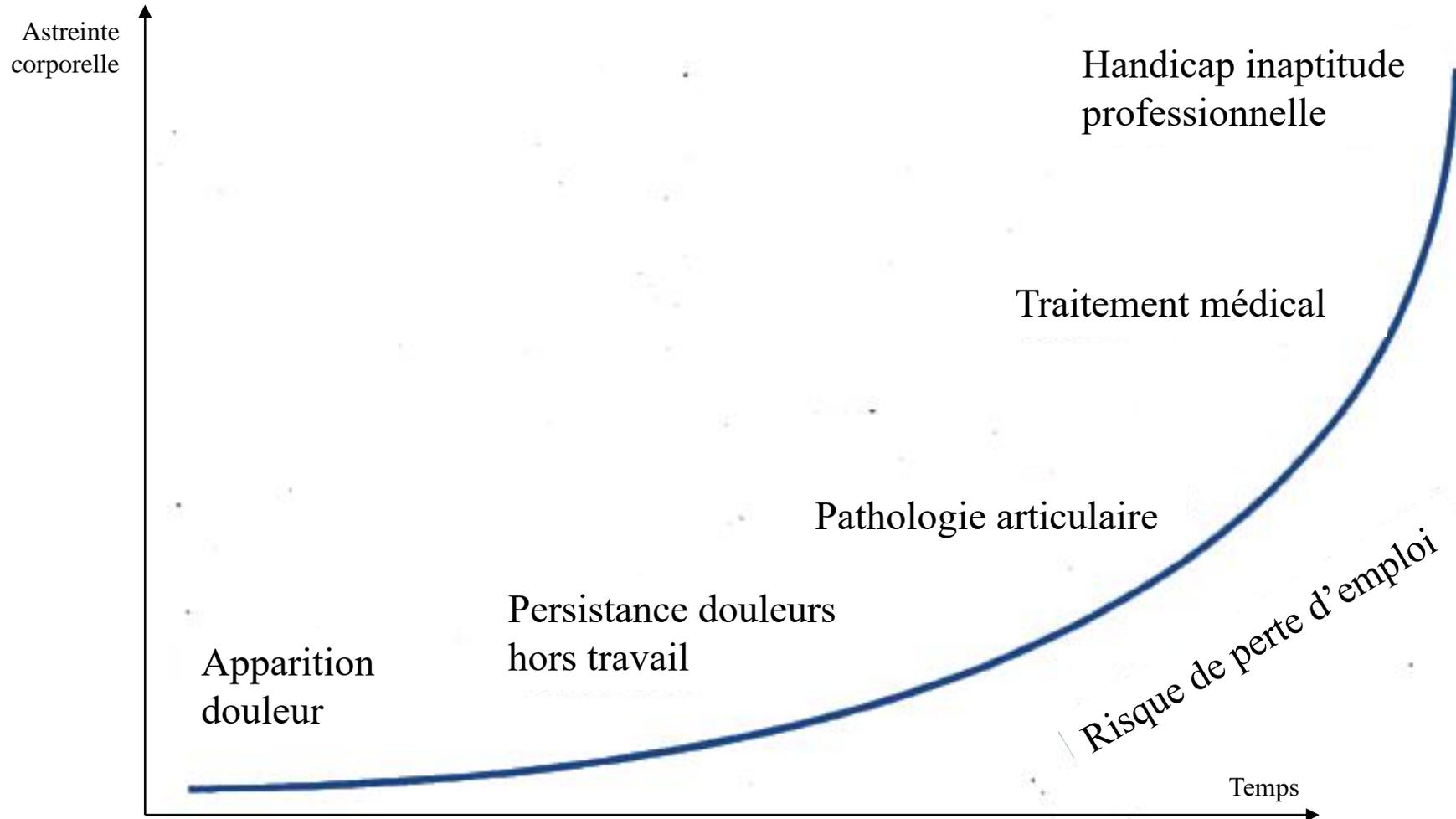
45%

Des TMS entraîne des séquelles
lourdes (incapacité
permanente)

1^{ère}

La lombalgie représente la
1^{ère} cause d'inaptitude
avant 45 ans

Conséquences des TMS



Conséquences des TMS

SUR LA PERFORMANCE DE L'ENTREPRISE

12 millions

de journées de travail perdues
en 2018 à cause des TMS

Source : ameli.fr

Coût direct

Participation à l'indemnisation de l'absence
Participation au coût des MP reconnues

Coût de régulation

Coût lié à l'absence : perte de production, coût en temps de gestion
du remplacement, coût de l'intérim....

Coût lié à la gestion de l'inaptitude et du reclassement
Coût lié au licenciement éventuel

2 milliard d'€

de frais couverts par
les indemnisations
d'entreprise

Source : ameli.fr

Coût organisationnel

Perturbation de la production
Climat social perturbé
Image de l'entreprise altérée

100 à 500 €

par an et par salarié touchés
ou non par un TMS

Source : anact.fr

2 mois

D'arrêt en moyenne pour
un accident du travail lié
au mal de dos

Source : anact.fr

9 000€

(+ 140 j d'arrêt)
pour un TMS au
poignet

64 000 €

(+ 250 j d'arrêt)
pour un TMS à
l'épaule

64 000 €

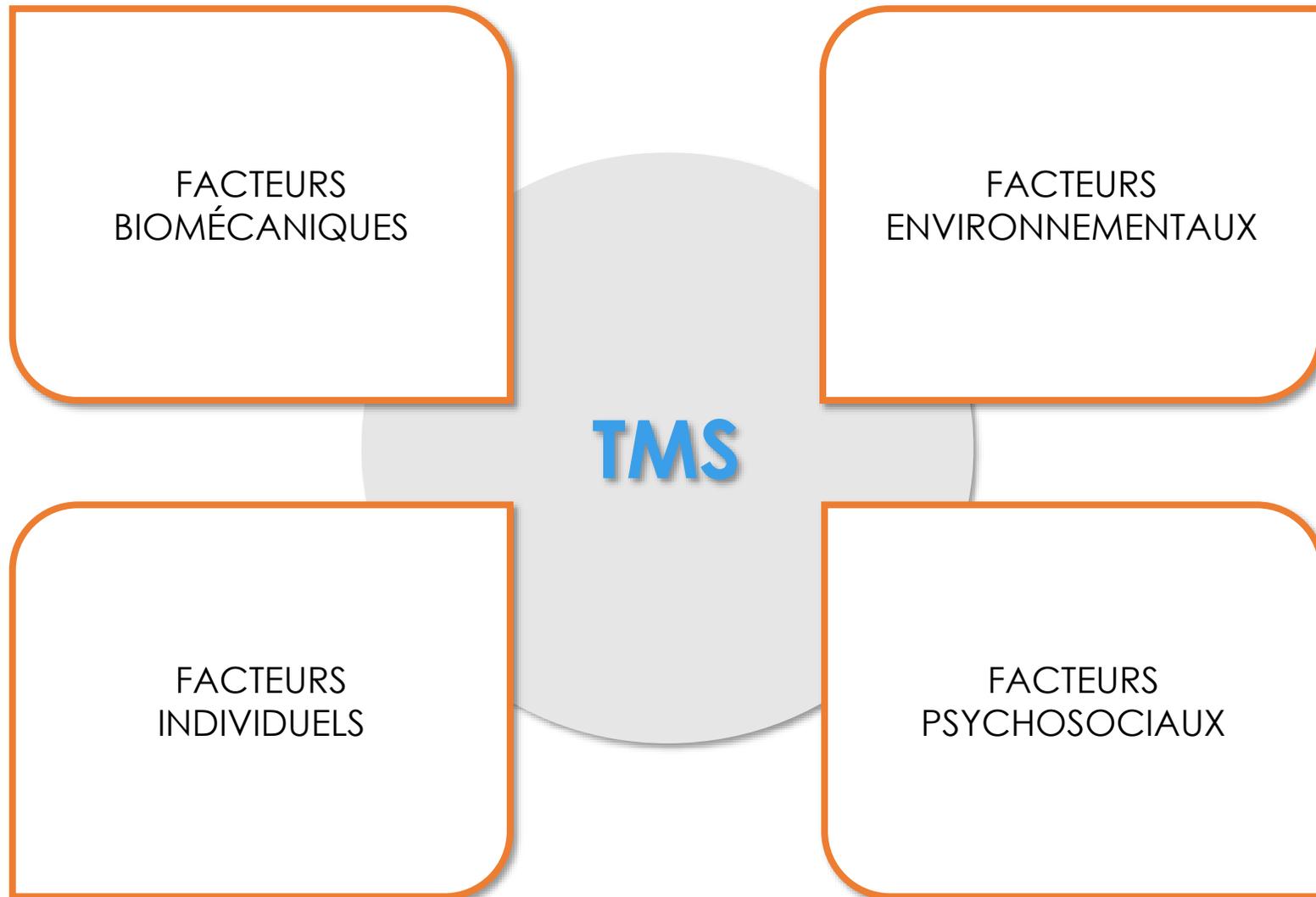
(+ 300 j d'arrêt)
pour un TMS au
dos

Source : CARSAT Normandie

2. FACTEURS DE RISQUE

Des causes multifactorielles

Les TMS sont le résultat d'une combinaison de facteurs.



Des causes multifactorielles

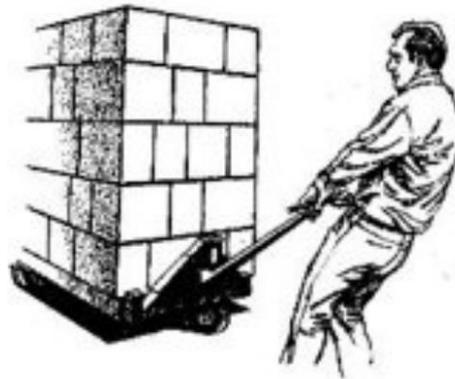
FACTEURS
BIOMÉCANIQUES



Répétitivité des gestes



Postures articulaires
contraignantes



Efforts musculaires

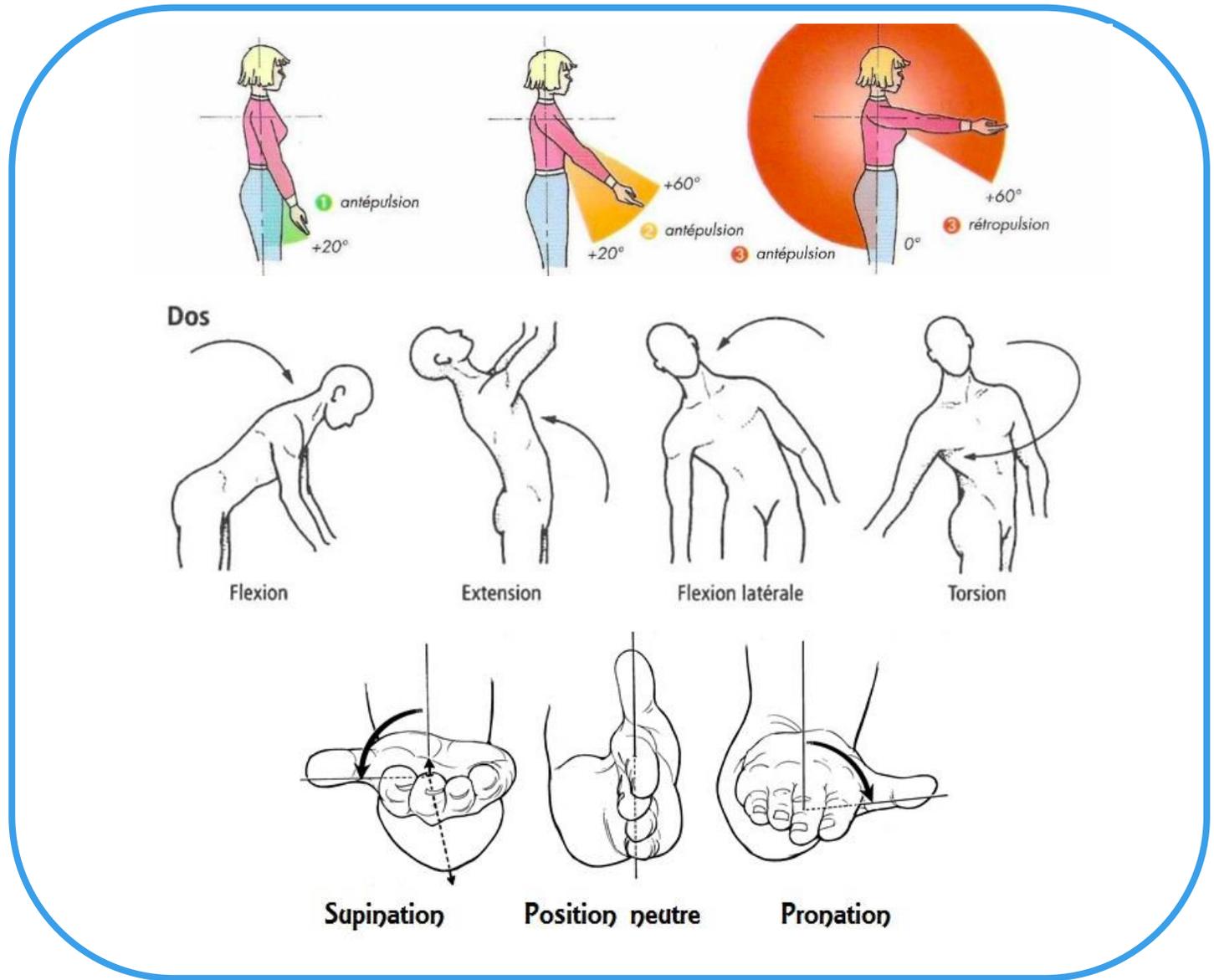
FACTEURS AGGRAVANTS :

- Fréquence
- Intensité
- Durée

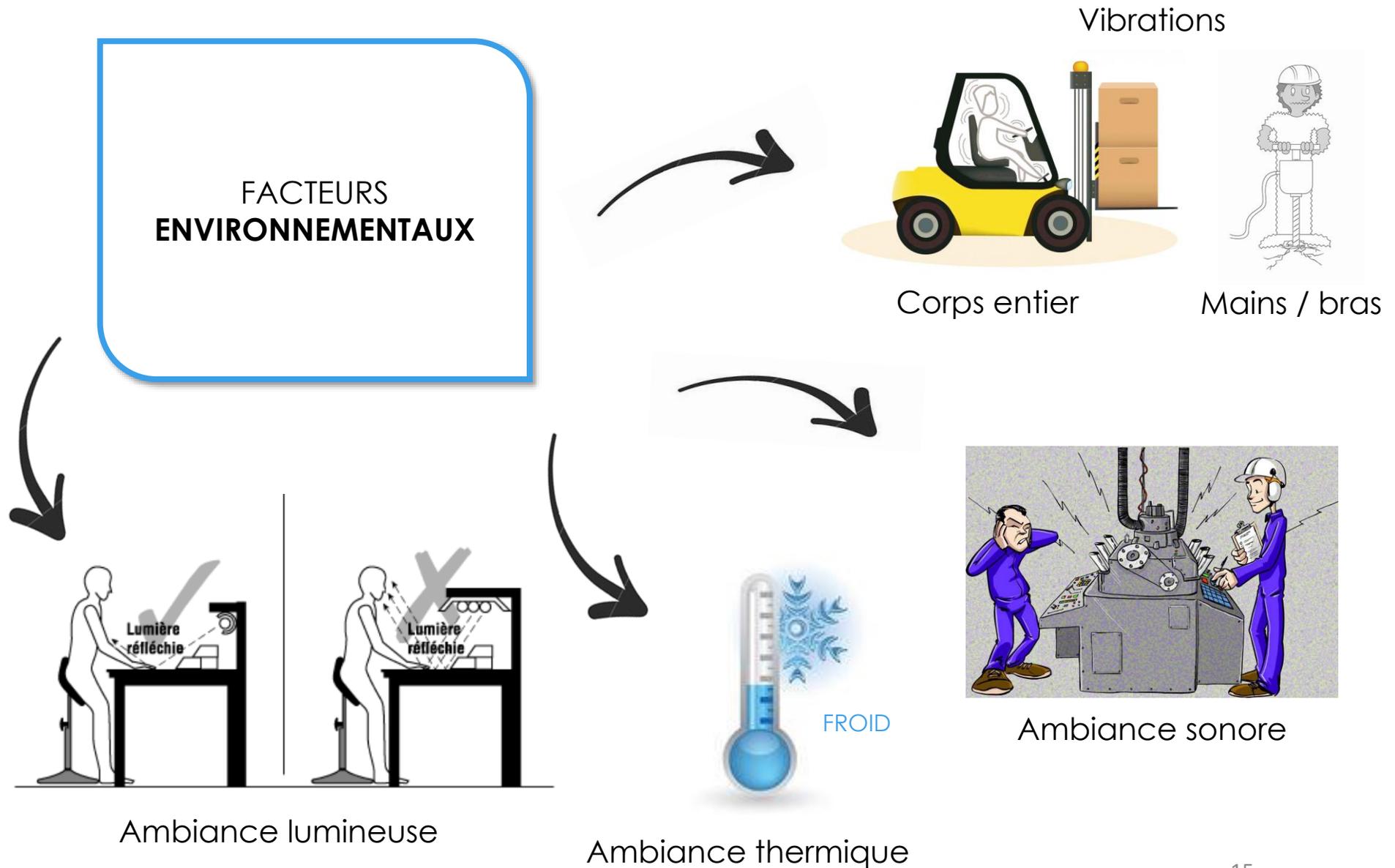
Des causes multifactorielles



Postures articulaires
contraignantes



Des causes multifactorielles



Des causes multifactorielles

FACTEURS
PSYCHOSOCIAUX



Sur ou sous-charge de travail,
multiplicité des tâches



Manque de reconnaissance de la
hiérarchie, manque d'autonomie



Tension avec les collègues
de travail



Sentiment d'inutilité, perception
négative du travail

Des causes multifactorielles

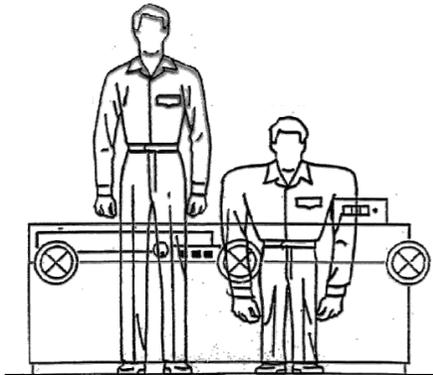
FACTEURS
INDIVIDUELS



Personnalité / mode de vie



Formation / expérience



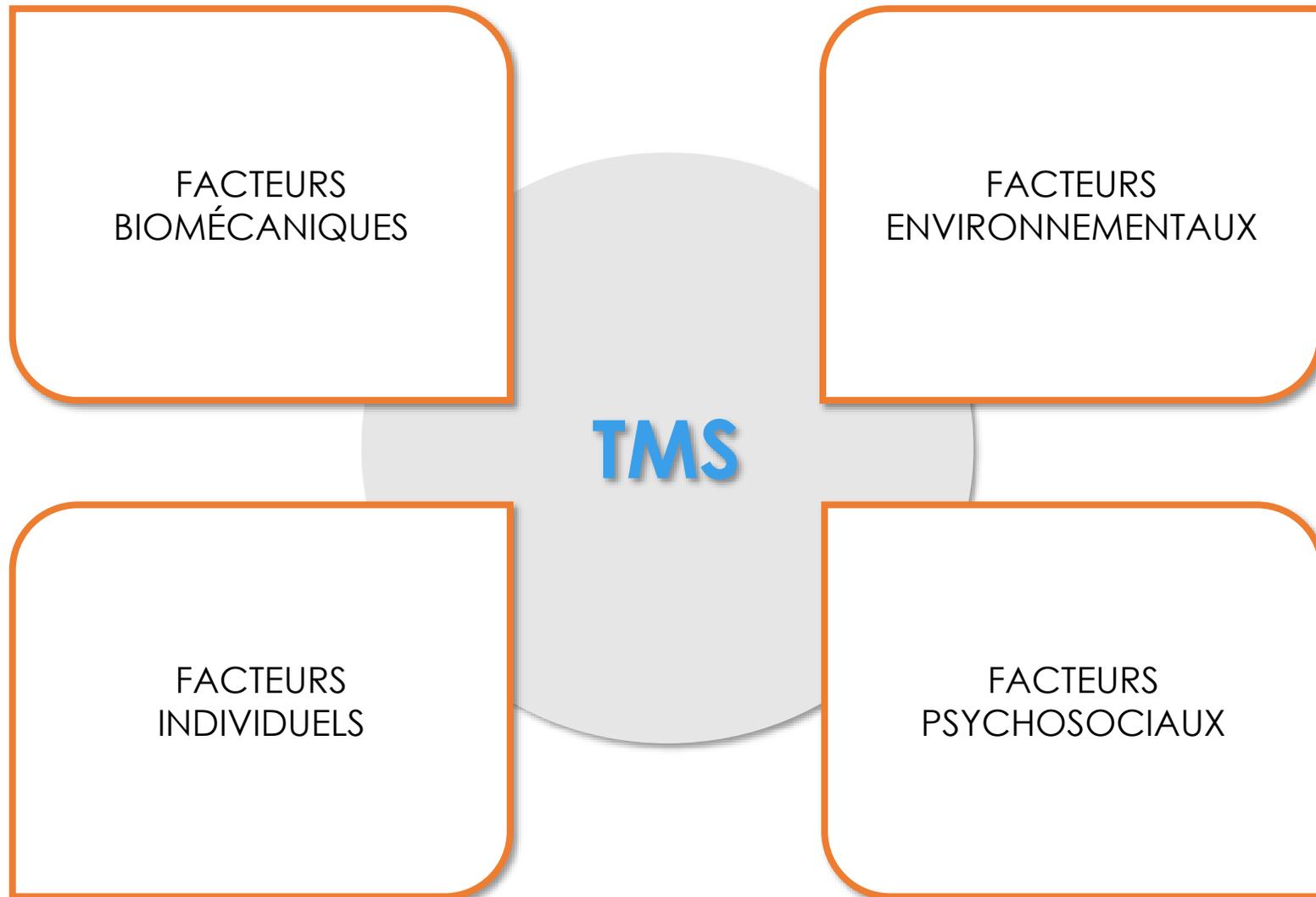
Différence
anthropométrique



Âge / problématique de santé

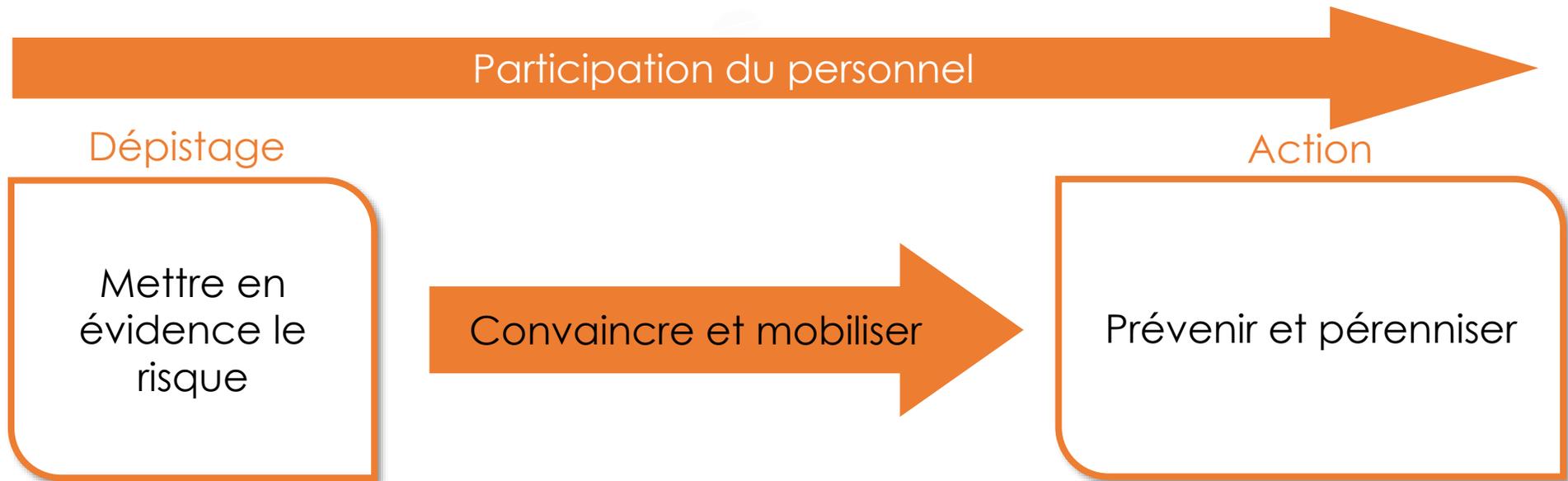
Des causes multifactorielles

Les TMS sont le résultat d'une combinaison de facteurs.



3. DEMARCHE D'ACCOMPAGNEMENT

Démarche d'accompagnement



Etes-vous concerné par le risque TMS ?

Suivi des Indicateurs :

- Absentéisme,
- Restriction d'aptitude,
- Accidents du travail (AT),
- Maladies professionnelles (MP),
- Difficulté à recruter ou fidéliser les salariés,
- Cotation du DUERP

Exemples de méthodes d'évaluation (*liste non exhaustive*) :

→ **Méthode d'évaluation de la charge physique de travail**, ed6161 de l'INRS

→ **Norme AFNOR 35-109** pour les manutentions manuelles de charge pour soulever, déplacer et pousser/tirer,

→ **Cardiofréquencemétrie** pour les efforts et phases de travail contraignantes.

4. CAS CONCRETS



EXEMPLE 1 :

MISE EN RAYON AUX FRUITS ET LÉGUMES

Contraintes liées au poste de travail



MANUTENTION DE CHARGES LOURDES

- 2 palettes à décharger
- Temps imparti : 1 heure
- 70 cagettes / palette
- Poids moyen d'une cagette = 8,5 kg
- 1 palette = $70 \times 8,5 = 600$ kg

→ 1,2 T manutentionnée / heure

POSTURES CONTRAIGNANTES

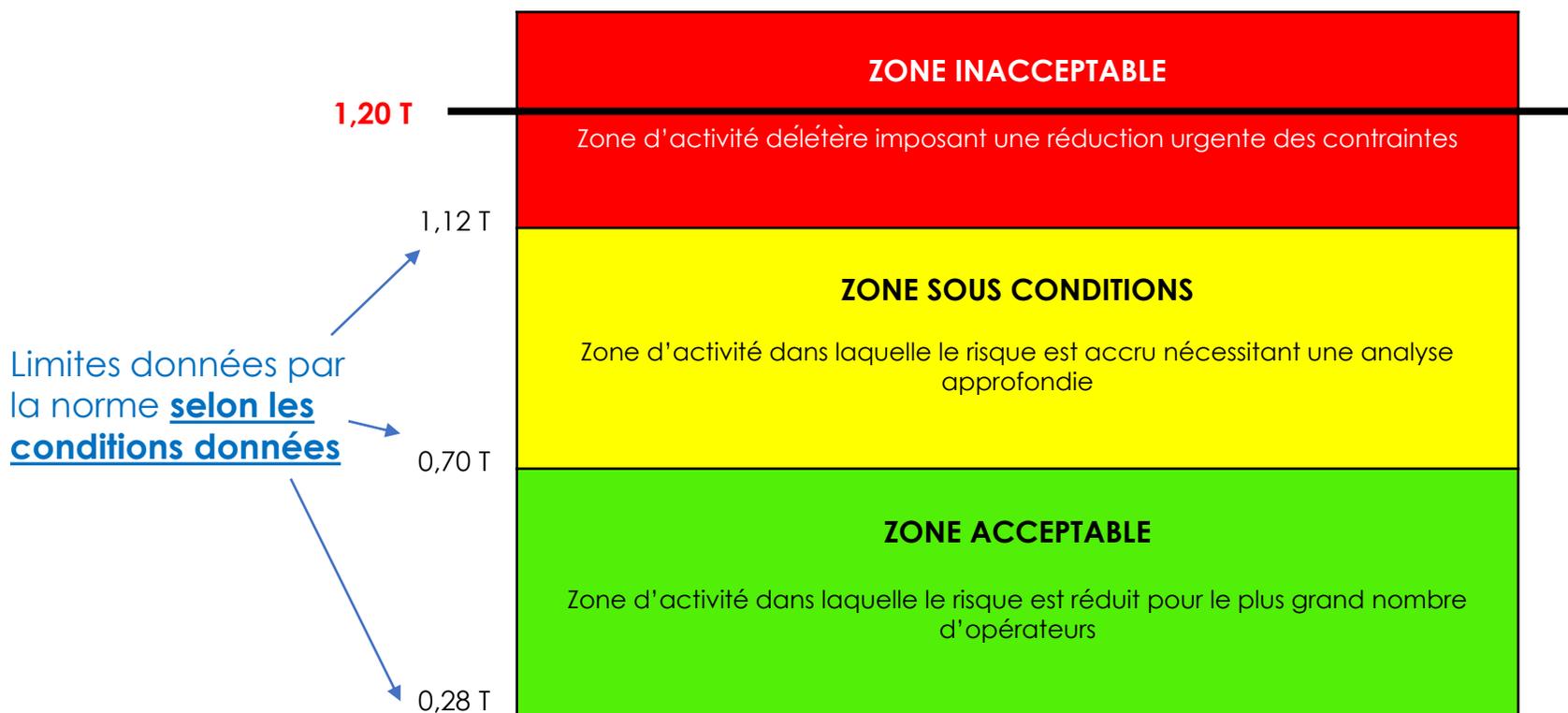
- Position debout en continue
- Piétinement
- Bras levés > des épaules
- Bras en avant
- Rotations, extensions et inclinaisons latérales du dos
- Flexions / extensions des membres supérieurs et inférieurs

Résultats : Évaluation des manutentions (NORME X35-109)*

Prise en compte des conditions de travail

- Application des coefficients de correction :

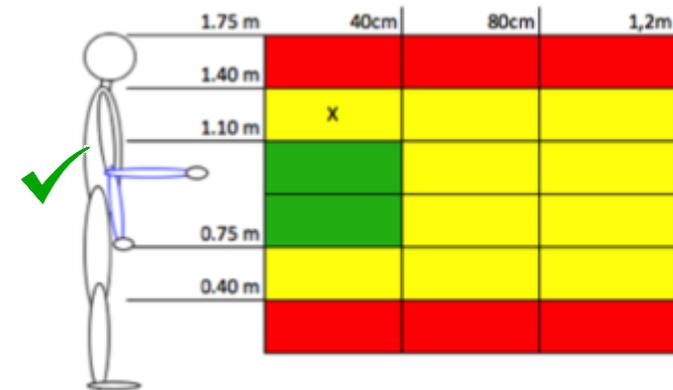
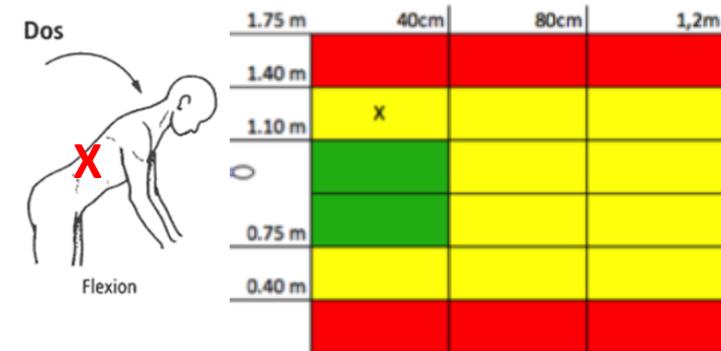
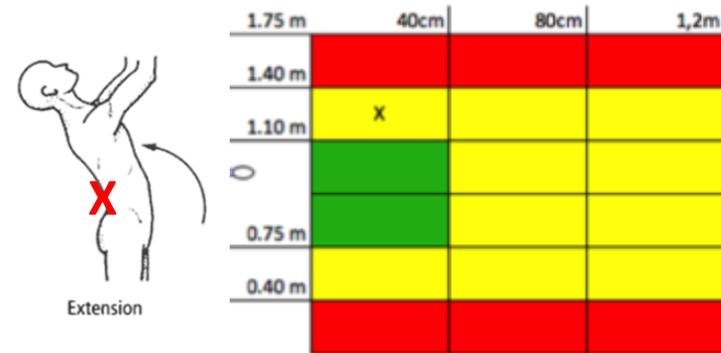
hauteur de dépose & postures défavorables (torsion du tronc, hors zone d'atteinte, contraintes posturales).



Avec les conditions de manutentions existantes, les salariés sont en **zone inacceptable** pour la manutention manuelle en raison des conditions d'environnement de la tâche et des hauteurs d'application de l'effort.

Pistes d'amélioration mises en place

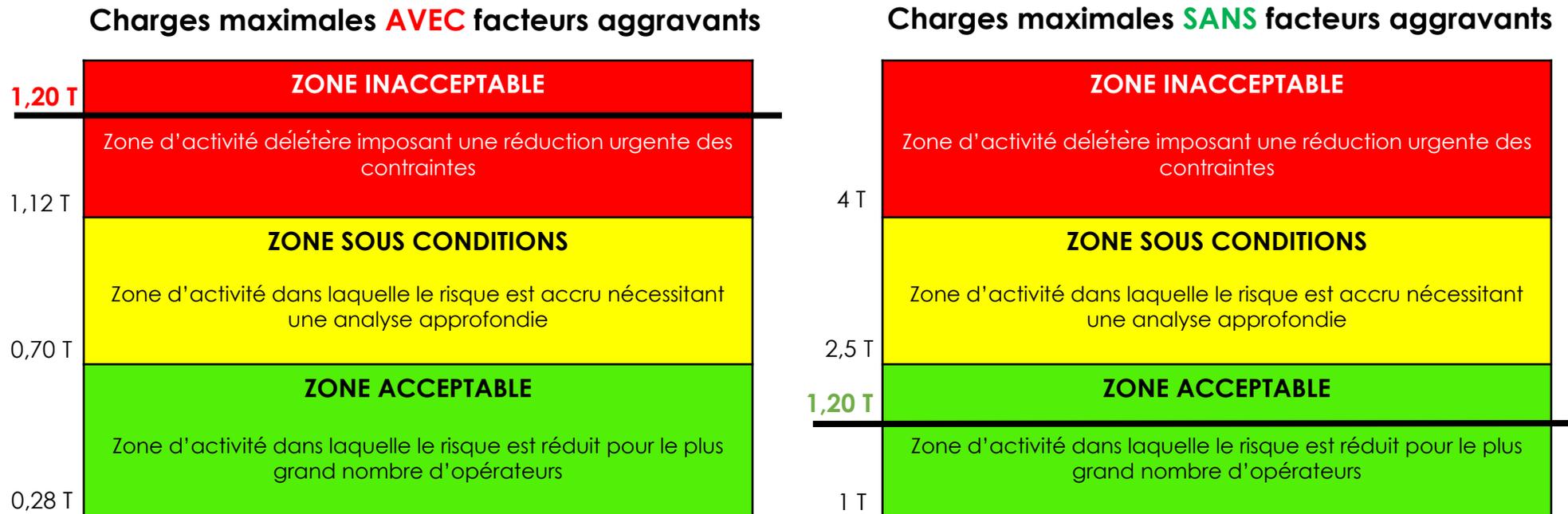
- ✓ Assurer une hauteur de prise / pose de cassettes comprise entre 0,40 m et 1,40 m (Norme NF X 35-109)
- ✓ Supprimer le risque lié à la prise / pose de cassettes à une hauteur supérieure à 1,80 m (Norme NF X 35-109).
- ✓ Veiller à la **maintenance des équipements** (chariots, tire palettes, escabeau...)
- ✓ S'équiper d'un **escabeau sécurisé** ainsi que d'un chariot à fond constant pour la dépalettisation de la marchandise.
- ✓ **Former et sensibiliser les salariés** aux risques liés à l'activité physique (PRAP)



Résultat de l'évaluation après prise en charge de la prévention

Résultats après prise en charge des préconisations :

Les salariés sont en **zone acceptable** pour la manutention manuelle.



Evolution des limites données par la norme grâce aux conditions de travail modifiées

EXEMPLE 2 :

TRANSPORT

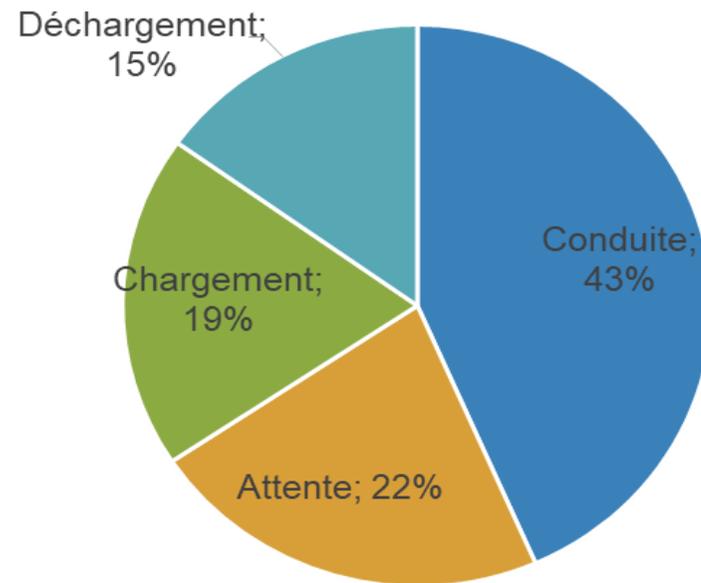
Contraintes liées au poste de travail



Descriptif du poste

- Conduite d'un camion
- Chargement et déchargement d'appareils électroménagers

Activités



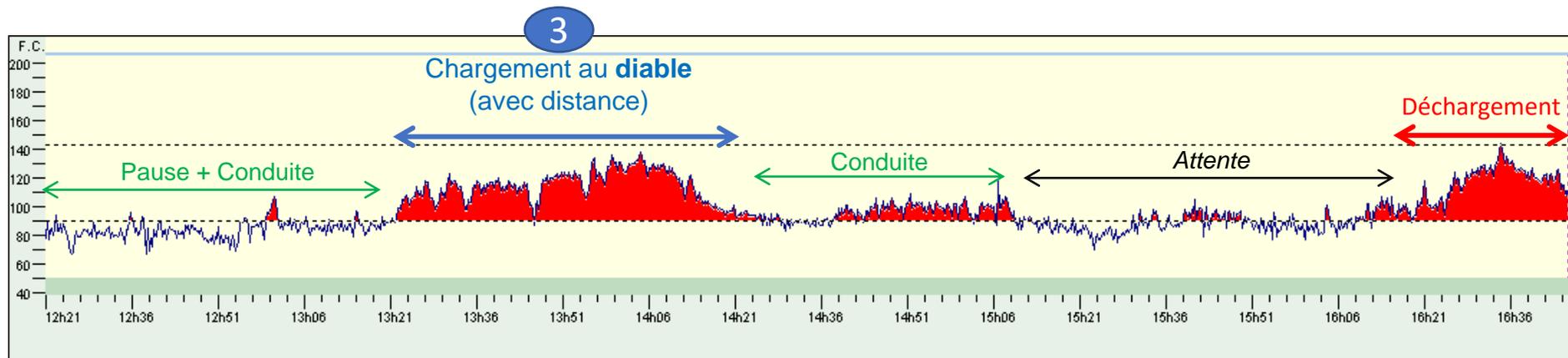
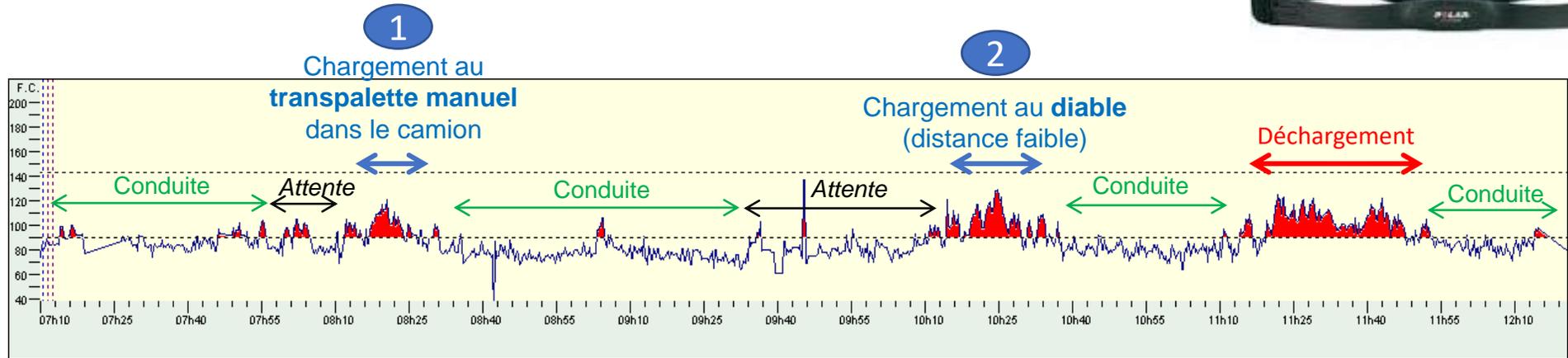
Conditions de MANUTENTION DE CHARGES LOURDES

- Utilisation de diable et transpalette manuel
- Déplacement de charges lourdes sur sols parfois défavorables : pente, trous, graviers,

Évaluation de la charge physique - Cardiofréquencemétrie

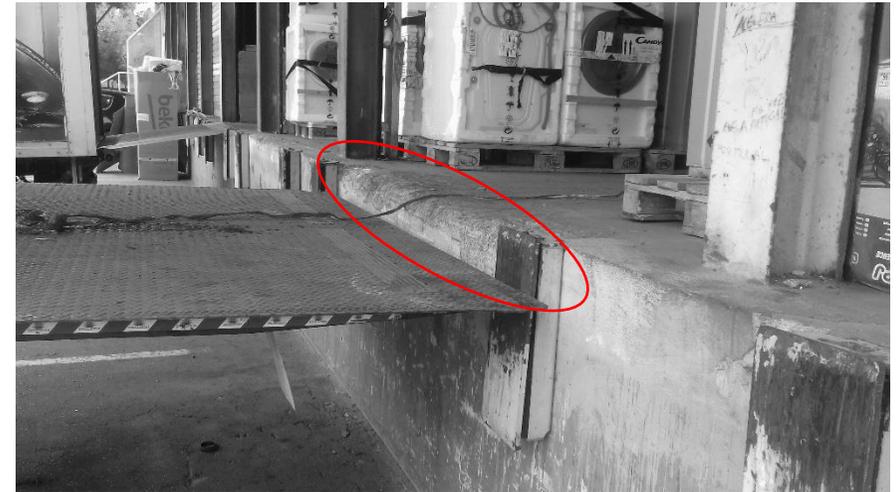
Outil d'évaluation de la manutention

Cardiofréquencemétrie : mesure de la fréquence cardiaque pendant la journée de travail



Pistes d'amélioration évoquées

- ✓ **Améliorer les quais de chargement**
(aides financières possibles par la CARSAT)
- ✓ **Disposer de transpalette électrique et de diable de meilleure qualité**
(aides financières possibles par la CARSAT)
- ✓ Améliorer la qualité des sols
- ✓ Réduire autant que possible les distances de déplacement avec les charges lourdes
- ✓ Autres améliorations organisationnelles : équilibre des tournées entre les différents conducteurs, rotations plus régulières mais plus allégées, ...



6. CONCLUSION

Conclusion

Actions de prévention



Technique

Organisationnel

Humain

Mobilisation du personnel nécessaire

A tous les niveaux !

Accompagnement possible du STProvence

Financements possibles de moyens de prévention par la CARSAT

Les TMS, vous êtes forcément concernés ... aujourd'hui ou demain.

Dépistage, évaluation, accompagnement au changement (suivi de plan d'action en groupe de travail)

Pour aller plus loin...

N'hésitez pas à demander conseil à **votre médecin du travail** pour toute question relative à la **santé au travail** et à la **prévention des risques professionnels**.

Julie **LERCARI**

Ingénieure Hygiène Sécurité

j.lercari@stprovence.fr

Séverine **BARTOS**

Ergonome

s.bartos@stprovence.fr



Merci pour votre participation

Site AMELI Entreprises :

- **Démarche « TMS pros »** : de nombreux documents utiles, possibilité de sélectionner le secteur d'activité

<https://www.ameli.fr/bouches-du-rhone/entreprise/sante-travail/risques/troubles-musculosquelettiques-tms>

- **Aides Financières pour prévenir les TMS**

<https://www.ameli.fr/bouches-du-rhone/entreprise/sante-travail/risques/troubles-musculosquelettiques-tms/aides-financieres>

Site INRS/Dossier TMS : outils, réglementation, informations, brochures et affiches

<http://www.inrs.fr/risques/tms-troubles-musculosquelettiques/ce-qu-il-faut-retenir.html>

ED6387 – Les TMS, Tous concernés, juin 2020

Documentation STProvence

Site www.stprovence.fr , onglet « nos ressources »