

## SUR QUOI AGIR ?

### L'ORGANISATION DU TRAVAIL

- ▶ travail prescrit / travail réel,
- ▶ temps de travail, horaires de travail, temps de pause, amplitude horaire,
- ▶ répartition des tâches, alternance des tâches, polyvalence, aides humaines,
- ▶ consignes, procédures, modes opératoires,
- ▶ modes de rémunération, flux, cadence, charge de travail,
- ▶ gestion des dysfonctionnements et des aléas etc.

### LES MOYENS TECHNIQUES

- ▶ machines, outils, objets de travail, équipements de travail, équipements de protection collectifs et individuels etc.
- ▶ entretien et maintenance des équipements,
- ▶ espaces et locaux de travail, mobilier etc.
- ▶ environnement physique de travail (bruit, vibration, éclairage, ambiance thermique etc.)

### LES MOYENS HUMAINS

- ▶ former à la prévention des risques de TMS à tous les niveaux de l'entreprise (salariés, encadrement, responsable sécurité, dirigeant d'entreprise),
- ▶ accompagner l'évolution des pratiques professionnelles :
  - prévoir un temps d'apprentissage adapté pour les nouveaux embauchés,
  - favoriser la transmission des savoir-faire par les seniors,
  - accompagner la polyvalence par une montée en charge progressive,
  - accompagner les changements de process, d'organisation, de produits par des actions formatives.
- ▶ définir des moyens de communication et d'échange pour favoriser les retours d'expérience (causeries, débriefing, consignes, groupes de travail etc.)

## COMMENT FAIRE ?



## VOUS ADHÉREZ À MIST NORMANDIE ?

Parlez-en aux membres de l'équipe pluridisciplinaire de santé au travail (médecin, infirmier, préventeur, assistant en santé au travail, ergonomes etc.)

Ils vous conseilleront et peuvent vous proposer :

- ▶ diagnostics,
- ▶ études de poste,
- ▶ adaptation et/ou aménagements de poste,
- ▶ sensibilisations à la prévention des risques de TMS etc.



## N'hésitez pas à nous contacter :

Siège social

- pour le **Calvados**  
9, rue Dr Laënnec BP 10063  
14203 Hérouville St-Clair Cedex  
Tél. **02 31 46 26 60**

- pour l'**Orne**  
52, Bld du 1<sup>er</sup> Chasseurs  
61000 Alençon  
Tél. **02 33 82 90 09**

[www.mist-normandie.fr](http://www.mist-normandie.fr)

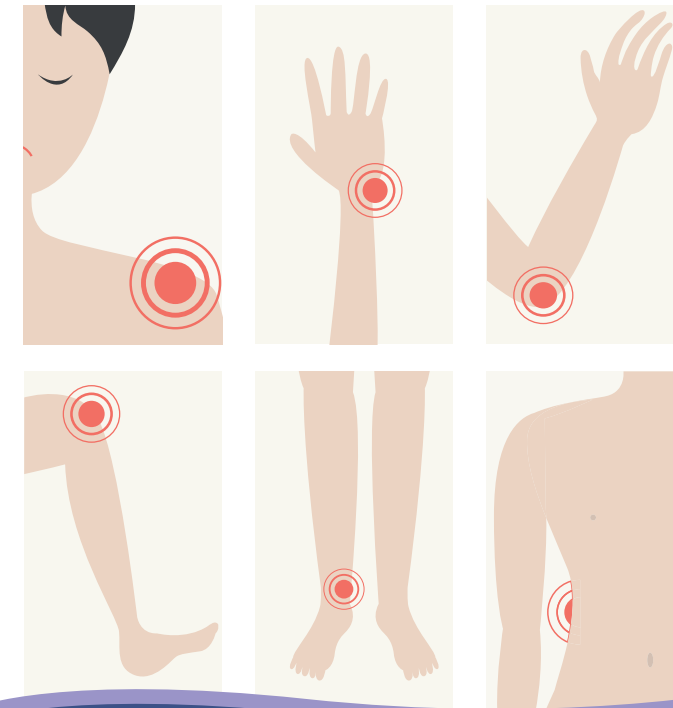
**MIST** LA CULTURE  
DE LA PRÉVENTION  
SANTÉ AU TRAVAIL • NORMANDIE  
Maisons Interentreprises  
de la Santé au Travail [www.mist-normandie.fr](http://www.mist-normandie.fr)

Maisons Interentreprises de la Santé au Travail  
Normandie

La culture de la prévention



## Les troubles musculosquelettiques



MIST NORMANDIE - Mars 2022 - Illustrations : Freepik/MIST Normandie

Employeurs

## QUE SONT LES TMS ?

Les TMS sont des pathologies qui affectent les tissus mous tels que les muscles, les tendons, les nerfs situés à la périphérie des articulations des membres et de la colonne vertébrale.

Quelle que soit leur localisation (épaule, coude, poignet, genou etc.) les TMS peuvent devenir irréversibles et entraîner un handicap durable.

Ils se caractérisent par :

- ▶ des douleurs,
- ▶ de la raideur,
- ▶ la perte de précision des mouvements et/ou la perte de force.

Environ 15 maladies professionnelles sont actuellement reconnues comme TMS (canal carpien, épicondylite, hernie discale, tendinite de l'épaule etc.)

## QUELQUES CHIFFRES

**35 083**

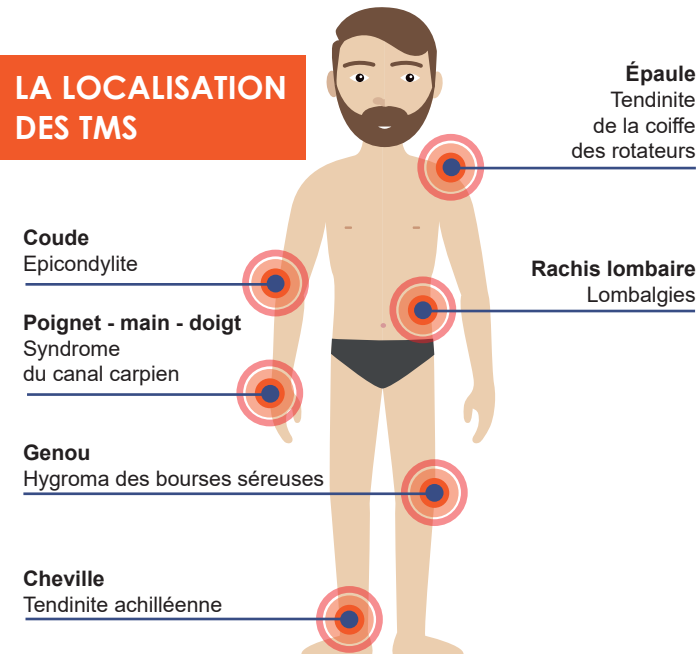
TMS reconnues en France sur l'année 2020

LES TMS REPRÉSENTENT **87%**

des maladies professionnelles en 2020 (tableaux n° 57, 69, 79, 97 et 98)

Source : Assurance Maladie, 2020

## LA LOCALISATION DES TMS



## QUELS SONT LES FACTEURS DE RISQUES ?

### FACTEURS INDIVIDUELS

- historique médical,
- condition physique, psychique, sociale,
- âge, ancienneté etc.



### FACTEURS BIOMÉCANIQUES

- gestes répétitifs,
- efforts, amplitudes articulaires excessives,
- travail en position statique prolongée,
- gestes et postures contraints et inadéquats etc.



### FACTEURS PSYCHOSOCIAUX

- manque d'autonomie,
- contraintes temporelles,
- stress chronique,
- relations sociales au travail etc.



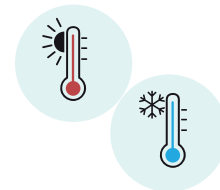
### FACTEURS ORGANISATIONNELS

- méthodes de travail,
- répartition des tâches,
- mono-activité,
- cadences de travail,
- aides humaines,
- temps de pause etc.

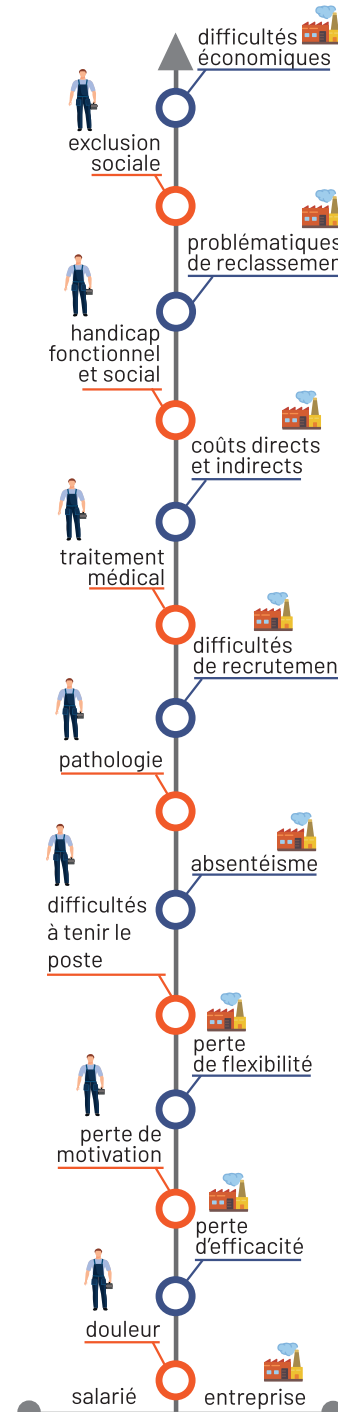


### FACTEURS ENVIRONNEMENTAUX

- température,
- nuisances sonores,
- éclairage,
- vibrations etc.



## QUELS SONT LES ENJEUX HUMAINS ET FINANCIERS DES TMS ?



### Coûts directs

- indemnités salariales,
- indemnisation des incapacités reconnues,
- temps consacré à la gestion du dossier (ressources humaines),
- aménagement du poste de travail,
- augmentation du taux de cotisation AT/MP etc.

### Coûts indirects

- absentéisme,
- remplacement des salariés absents,
- turn-over,
- baisse de qualité de production,
- perte de productivité,
- augmentation des délais de livraison etc.

### Coûts tangibles

- augmentation des tensions en interne et risques de conflits,
- épuisement des salariés,
- perte de clientèle,
- saturation du management etc.

Plusieurs études ont démontré que le retour sur investissement en matière de prévention était d'environ 2,20 € par € investi

## PRÉVENIR LES TMS

### ASSOCIER VOS SALARIÉS DANS LA DÉMARCHE DE PRÉVENTION DES TMS

La prévention des TMS passe par un dépistage préalable des situations de travail à risque.

Cette démarche repose sur 3 principes fondamentaux :

- ▶ l'approche globale pour prendre en compte tous les facteurs de risque,
- ▶ la participation de tous les acteurs de l'entreprise,
- ▶ le partage des connaissances et des compétences.



### TMS : ÊTES-VOUS CONCERNÉS ?

- L'absentéisme a-t-il augmenté ?
- Y a-t-il un turn-over important ou des difficultés de recrutement sur certains postes ?
- Y a-t-il des maladies professionnelles reconnues ?
- Y a-t-il des restrictions d'aptitude suite à un examen du médecin du travail ?
- Y a-t-il des plaintes exprimées par les salariés ?

Pour prévenir durablement les TMS, il est important d'identifier les risques et de transformer durablement les conditions de travail, en impliquant les salariés.

**Il n'y a pas de solution unique et toute prête pour prévenir les TMS dans votre entreprise !**