

L'ERGONOMIE AU SERVICE DE LA PREVENTION DES TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES



Dans le cadre de leur mission de conseil auprès des entreprises, les Services de Santé au Travail du Jura et du Nord Franche-Comté se sont associés pour élaborer cette plaquette d'information sur les risques liés aux troubles musculo-squelettiques (TMS).

Sont abordés dans ce document les thèmes suivants :

- Les TMS : de quoi parle-t-on ?
- Les TMS : une maladie professionnelle reconnue.
- Les statistiques en Franche-Comté.
- Les TMS : une pathologie multifactorielle.
- Les TMS : en quoi l'ergonomie peut vous aider ?

Vous êtes confronté à :

- Un absentéisme élevé / un turn-over important.
- Des déclarations de Maladies Professionnelles ou des arrêts maladie en augmentation.
- Des plaintes, des soins infirmiers qui augmentent.
- Une alerte du Médecin du Travail.
- Des indicateurs de production et de qualité dégradés (taux de rebuts, retours clients, dysfonctionnement...).
- Une dégradation du climat social...

Vous êtes peut-être concernés par une problématique de troubles musculo-squelettiques.

Les TMS constituent les pathologies professionnelles les plus répandues dans les pays industrialisés. En **Franche-Comté**, elles représentent **89% du total des maladies professionnelles reconnues**. Tous les secteurs d'activité sont touchés. Ce risque n'est pas nouveau, son émergence actuelle s'explique notamment par des changements dans l'organisation du travail.

**Votre Service de Santé au Travail
vous accompagne ...**



SANTÉ AU TRAVAIL
NORD FRANCHE-COMTÉ

SIÈGE ADMINISTRATIF

Allée Hugoniot
Zone Technoland/Brogard
B.P. 12106 - 25462 Etupes Cedex
Tél : 03 67 06 84 00



Association Interprofessionnelle
de Santé au Travail du Jura

SIÈGE ADMINISTRATIF ET SOCIAL

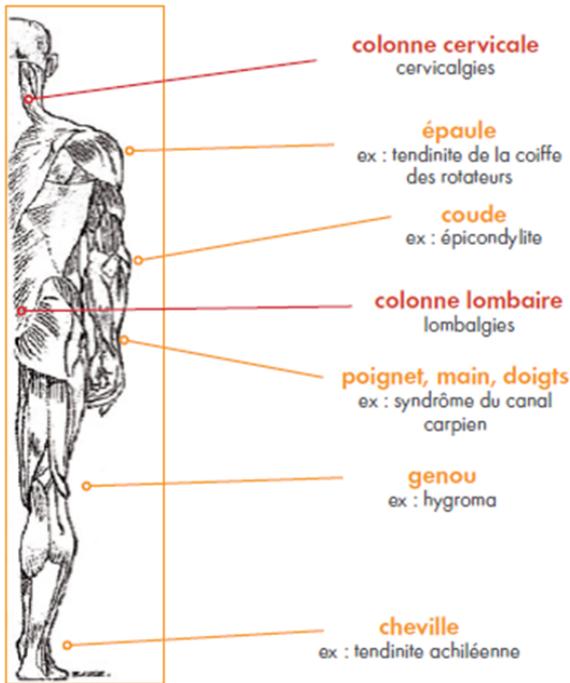
• 5 A, rue Bougauld
B.P. 59 - 39107 Dole Cedex
Tél : 03 84 79 89 00
Fax : 03 84 79 29 90
E-mail : contact@aist39.org
N° intracommunautaire : FR 53 778382366

La réglementation vient d'évoluer très récemment (cf. Loi n° 2010 - 1330 du 9 novembre 2010 portant réforme des retraites et donnant une définition légale de la pénibilité art. L4121-3-1 du Code du travail). Dans ce contexte, l'ergonomie peut vous apporter une aide dès lors que vous avez procédé à l'évaluation de vos risques professionnels et détecté des facteurs de risque (manutentions manuelles, gestes répétitifs, postures contraignantes...) sur un poste ou un secteur d'activité particulier.

Ce document a pour objectif de vous apporter un éclairage circonstancié sur les risques liés aux TMS et sur la démarche de prévention à adopter pour les évaluer et les prévenir.

Une plaquette complémentaire de sensibilisation sur ce même thème sera prochainement proposée à vos salariés.

Les TMS : de quoi parle-t-on ?



- Les TMS sont des maladies qui affectent les tissus mous situés autour des articulations.
- Ils résultent d'un déséquilibre entre les capacités fonctionnelles des personnes et les exigences des situations de travail.
- Ces affections se manifestent par des douleurs et une gêne dans les mouvements pouvant entraîner un handicap sérieux voire une invalidité pour le salarié.

Les TMS : une maladie professionnelle reconnue

Les TMS sont la première cause de reconnaissance de maladie professionnelle (MP) en France.

Dans le Régime Général, cinq tableaux sont concernés :

Tableaux	Affectations	Origines
57	Affections péri-articulaires : épaule, coude, poignet, main, doigts, genou, cheville et pied	Gestes et postures de travail
69	Affections ostéo-articulaires : main et coude	Vibrations et chocs
79	Lésions du ménisque	Efforts ou ports de charges
97	Affections du rachis lombaire	Vibrations transmises par engin
98	Affections du rachis lombaire	Manutention manuelle de charges lourdes

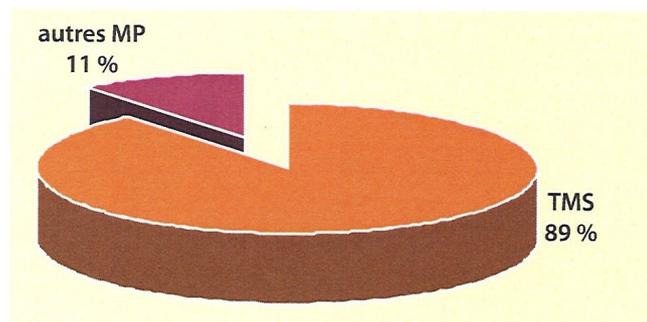
Outre un coût humain, les TMS engendrent des conséquences économiques pour votre entreprise. En France, l'ensemble des TMS indemnisés a engendré en 2011 la **perte de 10,4 millions de journées de travail et 1,02 milliard d'euros de frais** couverts par les cotisations des entreprises.

Le coût des TMS

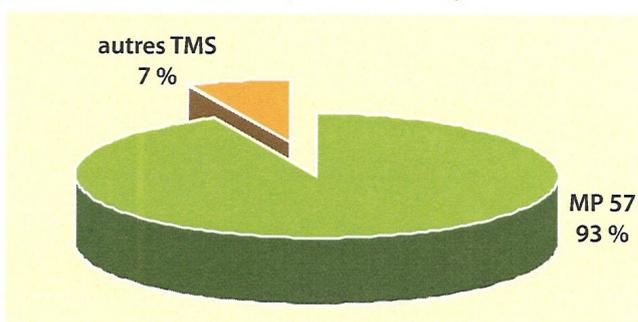
Pour l'entreprise (coûts directs et indirects)	Pour les salariés
Évolution du taux de cotisation AT/MP Perturbations de fonctionnement, de performance Affaiblissement du potentiel humain Aménagement de poste de travail...	Douleurs Limitation des capacités physiques dans le travail et la vie privée Risque de perte d'emploi Risque de diminution des ressources financières...

Les statistiques en Franche-Comté

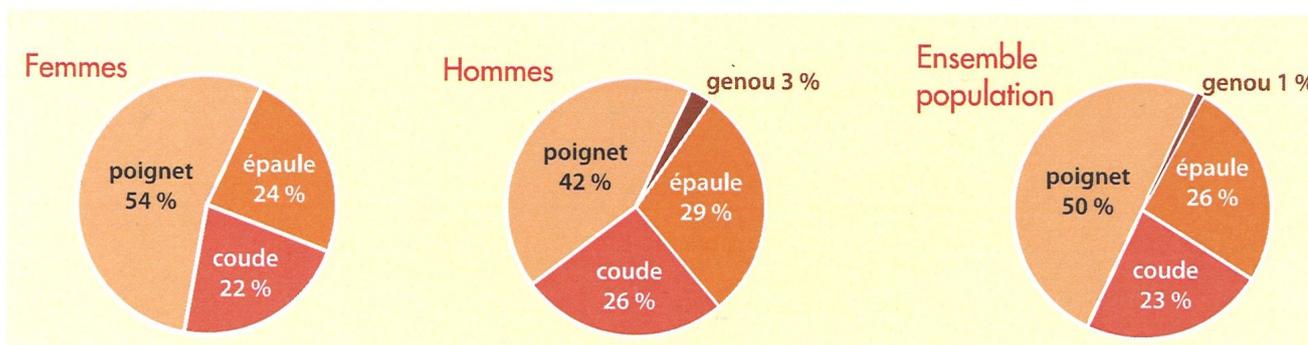
Proportion de TMS par rapport aux autres MP reconnues (2005-2009)



Proportion de MP 57 par rapport à la totalité des TMS reconnues (2005-2009)



Localisation des affections (Tableau 57)



Source : CARSAT Bourgogne Franche Comté

Les TMS : une pathologie multifactorielle

Les facteurs de risque de TMS sont multiples : physiques, organisationnels et individuels.

L'apparition des TMS résulte d'une combinaison entre ces différents facteurs.

Le visible

CONTRAINTES PHYSIQUES

- Répétitivité et efforts
- Postures contraignantes
- Inadaptation du poste de travail
- Angulations importantes
- Manutention
- Températures et vibrations...

FACTEURS INDIVIDUELS

- État de santé
- Vécu
- Ancienneté
- Parcours professionnel...

Le moins visible

CONTRAINTES ORGANISATIONNELLES ET PSYCHOSOCIALES

- Gestion des aléas dans la production
- Pression temporelle
- Absence de marge de manœuvre
- Contrôle accru (exigences qualité, quantité, traçabilité...)
- Incertitude sur l'avenir de l'entreprise
- Manque de reconnaissance
- Défaut de communication...

Les TMS : en quoi l'ergonomie peut-elle vous aider ?

L'ergonomie vise à transformer le travail pour l'adapter à l'homme. Fondée sur l'analyse de l'activité, elle permet d'identifier les facteurs de risque présents dans l'entreprise et leurs déterminants (modes opératoires, outils, postes de travail, cadences...), dans le but de transformer la situation de travail.

La prévention des TMS est complexe et nécessite une démarche structurée, participative et pluridisciplinaire.

Une démarche en trois étapes :



S'accorder pour agir ensemble

- Adhérer à la démarche : engagement de la direction.
- Dégager les moyens humains et financiers pour mener à bien cette action.
- Créer un groupe de travail, incluant des niveaux hiérarchiques et des métiers différents.



Connaître le risque

- Faire un état des lieux : indicateurs entreprise, santé, vécu au travail...
- Choisir des situations à analyser et définir la méthodologie.

Analyser les situations de travail : observations approfondies des situations de travail, entretiens...

Évaluer les facteurs de risques : biomécaniques, organisationnels, psychosociaux...

Identifier les déterminants : conception équipement, organisation, aménagement...



Transformer les situations de travail

- Étudier les pistes de prévention proposées par le groupe de travail.
- Mettre en place le plan d'actions.
- Assurer le suivi et évaluer les actions mises en œuvre.

Les acteurs de la démarche :

Le choix des partenaires est large, toutefois, il est indispensable d'y **associer les salariés ou leurs représentants** (CHSCT si l'entreprise compte plus de cinquante salariés) et **le médecin du travail**.

Ce dernier, en charge du suivi de la santé des salariés, est un interlocuteur essentiel ; il a une connaissance des pathologies et des situations de travail qui lui permet d'alerter l'entreprise sur les risques à traiter en priorité.

En complément, l'entreprise peut intégrer les salariés concernés dans un projet de formation-action **Prévention des Risques liés à l'Activité Physique (PRAP)**.

