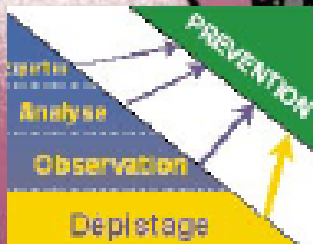


TROUBLES MUSCULOSQUELETTIQUES du dos et des membres supérieurs (TMS)

Stratégie d'évaluation et de prévention des risques

Prof. J. Malchaire

Unité Hygiène et Physiologie du travail
Université catholique de Louvain



NIVEAU 1, *DEPISTAGE*

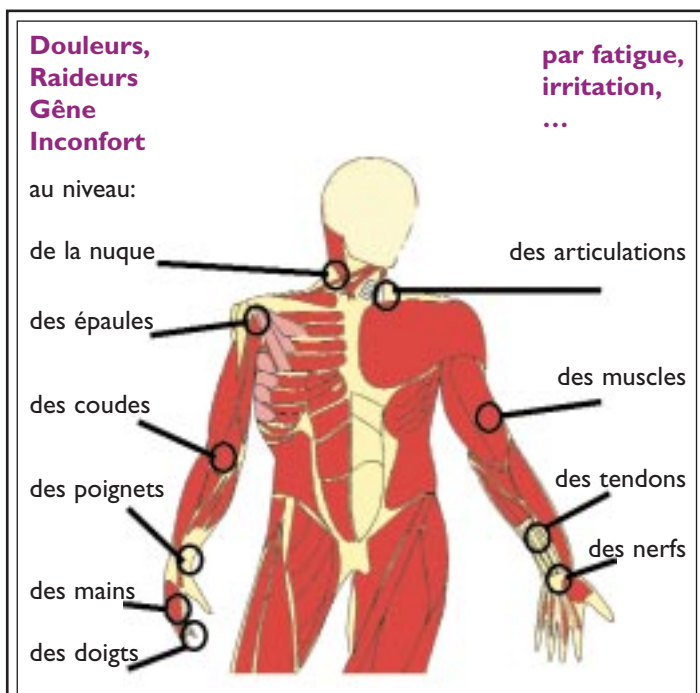


Ministère fédéral de l'Emploi et du Travail

NIVEAU 1, *DEPISTAGE*

Souffrez-vous ou risquez-vous de souffrir de **Troubles MusculoSquelettiques**

De quoi s'agit-il?



Combien de personnes dans les entreprises?

- 30 % à la nuque
- 15 % aux épaules
- 10 % aux coudes
- 15 % aux poignets

Qui doit faire quoi?

- Les «**experts**» peuvent proposer des solutions particulières
- Le médecin du travail, le responsable sécurité, l'ergonome... les «**conseillers en prévention**», peuvent analyser vos conditions de travail en détail et vous aider à diminuer les problèmes

Mais c'est **VOUS** et votre maîtrise directe qui connaissez le mieux **VOTRE** travail de tous les jours

Et c'est **VOUS** et votre maîtrise qui pouvez le mieux **dépister** et **éliminer** les problèmes

Posez-vous les questions suivantes

- Avez-vous eu des problèmes ou des plaintes de nuque, d'épaules, de coudes ou de poignets à cause des conditions de travail?
- Travaillez-vous dans des positions inconfortables: torsions, bras levés, poignets fléchis...
- Faites-vous des efforts lourds et répétés des bras ou des mains: serrages, tractions, pressions, frappes, prises...?
- Devez-vous toujours répéter les mêmes actions et gestes?
- Travaillez-vous avec des machines ou outils inadéquats?
- Demandez-vous:
 - Quand cela survient;
 - A quoi cela est dû techniquement;
 - Ce que l'on peut faire tout de suite pour l'éviter;
 - Ce qu'il faut approfondir.

Aidez-vous de l'exemple et du tableau joints à ce dépliant pour écrire vos remarques et surtout vos conseils d'amélioration

Fiche de Dépistage de TMS

Poste de travail:	Date:			
Problèmes ou plaintes de nuque, épaules, coudes ou poignets attribués aux conditions de travail				
Quoi?	Quand? <small>(phase de travail particulière ...)</small>	A quoi est-ce dû techniquement?	Que peut-on faire tout de suite pour l'éviter?	Que faut-il approfondir?
Positions inconfortables: torsions, bras levés, poignets fléchis...				
Efforts lourds et répétés des bras ou des mains: serrages, tractions, pressions, frappes, prises...				
Répétition des mêmes actions et gestes				
Machines ou outils inadéquats				
Conclusion: Urgence d'un approfondissement:				

Exemple d'utilisation de la Fiche de Dépistage de TMS


Poste de travail: Conditionnement de biscuits (ligne 28)

Date: 26/10/99

		Nombreuses plaintes au niveau de la nuque et des poignets, absences régulières à cause de ces problèmes		
Problèmes ou plaintes de nuque, épaules, coudes ou poignets attribués aux conditions de travail				
Quoi?	Quand? (phase de travail particulière ...)	A quoi est-ce dû techniquement?	Que peut-on faire tout de suite pour l'éviter?	Que faut-il approfondir?
Positions inconfortables: torsions, bras levés, poignets fléchis...	bras levés pour placer les paquets dans les boîtes, torsion des poignets	plan de travail trop haut et pas possible de s'asseoir	abaisser le plan de travail de 10 cm et prévoir un siège	le choix du siège avec le médecin du travail
Efforts lourds et répétés des bras ou des mains: serrages, tractions, pressions, frappes, prises...	surtout pour évacuer les boîtes pleines	boîtes trop lourdes et difficiles à saisir	prévoir des ouvertures latérales pour pouvoir prendre les boîtes plus facilement	est-il possible d'utiliser des boîtes moins lourdes?
Répétition des mêmes actions et gestes	pour prendre les paquets de biscuits et les placer dans la boîte	travail en ligne avec temps de cycle de l'ordre de la seconde	regarder comment font les différentes travailleuses et chercher à éviter les gestes inutiles	est-il possible d'organiser la rotation avec des postes voisins moins répétitifs?
Machines ou outils inadéquats	/	/	/	/

Conclusion: Urgence d'un approfondissement: l'analyse doit être poursuivie, le plus vite possible

Aide à l'utilisation de la fiche de DEPISTAGE des TMS

Quoi ?	Exemples
<p>Positions inconfortables: torsions, bras levés, poignets fléchis...</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Positions inconfortables, répétées ou fixes • Tête en rotation, penchée latéralement, fléchie en avant ou en arrière... • Épaules levées • Bras levés ou en arrière • Avant-bras tordus (serrage, vissage...) • Poignet fortement fléchi en avant ou en extension • Main fortement tournée sur le côté, vers le bas ou vers le haut • Travail souvent avec les prises suivantes 
<p>Efforts lourds et répétés des bras ou des mains: serrages, tractions, pressions, frappes, prises...</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Efforts (soulever, pousser ou tirer des objets ou des outils) lourds, répétés ou soudains • Machines, outils ou objets trop lourds, ou glissants et difficiles à saisir • Utilisation fréquente du bout des doigts pour presser, pousser ou tirer
<p>Répétition des mêmes actions et gestes</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mouvements répétés ou rapides
<p>Machines ou outils inadéquats</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Contact direct avec des objets, outils, bords ou pièces, qui sont tranchants ou peuvent induire une compression locale • Utilisation fréquente de la paume ou du poing comme marteau ou chocs dans les mains ou les bras • Manches de machine ou d'outil trop petit ou trop grand • Machines vibrantes