Mettre fin aux troubles musculo-squelettiques dans votre entreprise, c'est possible.

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

MINISTÈRE DU TRAVAIL, DE LA SOLIDARITÉ ET DE LA FONCTION PUBLIQUE

TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES La prévention, on s'y met tous.

Les troubles musculo-squelettiques (TMS), une réalité sociale et économique

Les TMS génèrent une perte de performance pour l'entreprise, liée à l'absence de salariés, à la désorganisation et à la baisse du niveau de qualité, de la productivité et de la motivation.

Les TMS constituent également un risque de dégradation de l'image de l'entreprise qui peuvent se traduire par des difficultés de recrutement…

Enfin, le reclassement des salariés touchés par les TMS représente un coût social et économique important.

25%

DES TRAVAILLEURS EUROPÉENS SE PLAIGNENT DE MAUX DE DOS ET 23% DE DOULEURS MUSCULAIRES
(source : agence européenne pour la sécurité et la santé au travail – 2007)

36 926

*NOUVEAUX TMS INDEMNISÉS POUR LES ACTIFS DU RÉGIME GÉNÉRAL**
**chiffre 2008*

8,4 millions

*DE JOURNÉES DE TRAVAIL PERDUES POUR LES ACTIFS DU RÉGIME GÉNÉRAL**
**chiffre 2008*

787

*MILLIONS D'EUROS DE FRAIS COUVERTS PAR LES COTISATIONS DES ENTREPRISES POUR LES ACTIFS DU RÉGIME GÉNÉRAL**
**chiffre 2008*

Vous avez dit TMS ?

Les troubles musculo-squelettiques (TMS) regroupent une quinzaine de maladies professionnelles actuellement reconnues qui affectent les muscles, les tendons et les nerfs des membres supérieurs (épaule, coude poignet, doigt) et inférieurs (genou, cheville, pied) et la colonne vertébrale.

Les TMS les plus répandus sont les tendinites de l'épaule, l'épicondylite (coude), le syndrome du canal carpien (poignet) et les lombalgies (dos). Les conditions du travail sont le facteur principal des TMS : travail en force, gestes répétitifs à cadence élevée, positions pénibles, postures prolongées, maniement de charges lourdes, vibrations, froid…

Une organisation de travail inadaptée, avec un temps de récupération insuffisant et des situations de stress au travail (sentiment d'isolement, pression des résultats…), contribuent également à accroître le risque de TMS. C'est une combinaison de ces facteurs qui, au cours de la vie professionnelle, peut entraîner des douleurs, allant jusqu'à l'incapacité à effectuer un geste, parfois à l'origine de la perte de l'emploi.

Un enjeu pour votre entreprise

Un problème majeur de santé au travail

Au-delà des souffrances pour le salarié, les TMS perturbent l'organisation du travail et représentent pour l'entreprise un coût non négligeable : coût humain et économique dû aux indemnisations et aux arrêts de travail, à l'absentéisme, à la désorganisation, à la baisse de qualité des produits fabriqués, au "turn-over", aux difficultés de recrutement et de reclassement des salariés concernés, etc.
Liés aux conditions du travail (intensification du travail, diminution des marges de manœuvre des opérateurs, pénibilité des gestes et des postures, flux tendu, etc.), les TMS touchent tous les secteurs d'activités : BTP, commerce, agro-alimentaire, métallurgie, habillement, imprimerie, industrie pharmaceutique, services aux entreprises et aux personnes... Ils concernent toutes les entreprises, quelle que soit leur taille.

Un véritable fléau

En augmentation continue, les TMS représentent aujourd'hui plus de 90% des maladies professionnelles reconnues pour les salariés agricoles et 80% pour les actifs du régime général. Face à l'enjeu social et économique qu'ils constituent, les TMS figurent parmi les risques professionnels dont l'entreprise doit prendre conscience et engager une véritable démarche de prévention.

La prévention des TMS est possible, des entreprises l'ont fait

XAVIER TURLIN
DIRECTEUR DE SITE,
MARINE HARVEST APPETI'MARINE

« Comme dans beaucoup d'entreprises d'agro-alimentaire, nos employés effectuent, dans le froid, des gestes répétitifs pour assembler nos produits. C'est avec l'aide du médecin du travail que nous avons pris conscience du développement de TMS dans l'entreprise. Et comme nous n'avions pas les compétences internes pour prendre en charge ce problème, nous avons, avec une entreprise spécialisée, formé en 2006 l'encadrement et le CHSCT. Puis en 2007, nous avons étudié les postes les plus pénibles pour proposer des évolutions : réduction des goulots d'étranglement, tapis ergonomiques, roulettes sous le matériel transportable. Cette année, nous allons poursuivre le travail avec le personnel sur l'amélioration de leurs conditions de travail. »

PHILIPPE GUÉRIN

DIRECTEUR DU SITE DE CHATEAUVILLAIN, LE CHAMEAU

« Notre contrainte était de maintenir l'expertise de nos maîtres bottiers tout en diminuant les tâches traumatisantes pour leur dos et leurs membres supérieurs. Nous avons travaillé sur différents prototypes de postes de montage avant d'élaborer un bras articulé qui facilite le maintien des formes et que chacun peut régler en fonction de sa morphologie. Aujourd'hui nous avons engagé un plan d'investissement pour généraliser ce poste de travail sur tous les sites. Déjà, nos maîtres bottiers sont moins fatigués le soir et souffrent moins de douleurs lombaires. Par ailleurs, nous avons retrouvé un rythme de production qui était ralenti par les nombreux arrêts de travail. »

JEAN-LUC ELLART

RESPONSABLE DU SERVICE PRÉVENTION POUR LA HAUTE ET BASSE NORMANDIE, EIFFAGE CONSTRUCTION

« Nous travaillons à l'amélioration des conditions de travail de nos maçons et de nos bancheurs depuis 10 ans. Les travaux de maçonnerie et notamment la pose de parpaings impliquent des mouvements répétitifs des mains et des poignets que nous avons essayé de réduire. Nous avons abordé plusieurs pistes : augmenter la taille du parpaing, modifier les échafaudages, mettre à niveau le plan de travail grâce à une table élévatrice… C'est cette dernière solution qui convenait la mieux à nos compagnons et que nous utilisons maintenant. C'est un outil qui est accepté par tous, qui limite les manutentions et qui nous a permis un gain de production de 20 % sur nos chantiers. »

CATHERINE BEAUFORT

DRH À L'HÔTEL PULLMAN PARIS-LA DÉFENSE

« Nous avions constaté des arrêts de travail trop fréquents. De plus, le fait d'équiper les lits avec des couettes au lieu du lit traditionnel dans nos chambres a suscité une vive inquiétude chez les femmes de chambre. Nous avons alors réalisé une enquête avec le médecin de travail qui nous a permis de pointer les tâches les plus pénibles ainsi que le stress auquel les femmes de chambre sont soumises. La démarche ergonomique que nous avons engagée avec la CRAMIF nous a permis d'évaluer la pénibilité des différentes tâches exécutées et de proposer des mesures pour corriger les mauvaises positions, trouver des outils adaptés… Des choses parfois simples ! Aujourd'hui, les arrêts de travail ont beaucoup diminué et l'ambiance de travail y a beaucoup gagné ! ».

Plus de témoignages sur **www.travailler-mieux.gouv.fr**

Comment prévenir les TMS ?

Le développement des TMS n'est ni une fatalité ni une question uniquement médicale : le problème peut être résolu si l'entreprise s'engage dans une démarche de prévention durable.

Pour y parvenir, il est nécessaire que l'ensemble des acteurs de l'entreprise – employeur, salariés, encadrement, représentants du personnel, services de santé au travail – se l'approprie pleinement et prenne une part active au projet. Chaque entreprise est un cas particulier : elle devra faire émerger ses propres solutions adaptées à sa culture, à son contexte économique et social et à son activité.

Une démarche en deux phases

La prévention des TMS passe d'abord par un diagnostic partagé qui permettra d'identifier et de comprendre les situations à risque. Ce diagnostic doit être effectué en prenant en compte l'ensemble des facteurs techniques, organisationnels et humains qui concourent à l'apparition des TMS (répétitivité, effort, environnement physique, organisation du travail…).

La phase d'intervention, sur la base de ce diagnostic, vise ensuite à faire évoluer les situations de travail pour faire reculer les TMS. Elle se décompose en trois temps : s'accorder pour agir ensemble, examiner et analyser les situations de travail, puis les modifier pour réduire les contraintes qui pèsent sur les salariés concernés. Les transformations peuvent porter sur la conception des outils, sur l'aménagement des postes de travail, sur l'organisation de la production, etc. Leur mise en œuvre doit être précédée d'une évaluation de la pertinence des solutions proposées. Pour être effective, la prévention des TMS doit s'inscrire dans la durée et tenir compte du contexte d'évolution constante dans lequel se trouve chaque entreprise. Cette démarche de prévention durable implique donc le suivi des actions engagées et la participation de tous les acteurs concernés (partenaires sociaux, médecin du travail…).

Des préventeurs à votre service

Parce que l'entreprise n'a pas forcément toutes les compétences techniques en interne, des services de prévention des risques professionnels sont à sa disposition (CRAM, CGSS, ARACT, OPPBTP, MSA, etc.).

Ils peuvent vous aider

Vous souhaitez évaluer les conditions de travail dans votre entreprise et dépister les éventuelles situations à risque ?

De multiples interlocuteurs sont là pour vous accompagner dans votre démarche ; n'hésitez pas à les solliciter !

• Les acteurs de la prévention sur le terrain : les ARACT (Associations régionales pour l'amélioration des conditions de travail), les CRAM (Caisses régionales d'assurance maladie) /CGSS (Caisses générales de sécurité sociale), la MSA (Mutuelle sociale agricole), l'OPPBTP (Organisme professionnel de prévention du bâtiment et des travaux publics).

• Le médecin du travail et les services de santé au travail peuvent accompagner la démarche d'amélioration des conditions de travail de votre entreprise.

• Les représentants du personnel (délégués du personnel CE, CHSCT) doivent être partie prenante au diagnostic et au plan d'intervention.

• L'inspecteur du travail peut également intervenir au regard de votre document unique d'évaluation des risques professionnels et de votre plan de prévention.

• Les branches professionnelles et les organisations syndicales de salariés peuvent vous apporter un appui.

Plus d'information sur le site
www.travailler-mieux.gouv.fr

TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES
La prévention, on s'y met tous

Pour en savoir plus

www.afsset.fr
L'AFSSET
(Agence française de sécurité sanitaire de l'environnement et du travail) contribue à assurer la sécurité sanitaire, notamment dans le travail.

www.anact.fr
Le réseau de l'ANACT
(Agence nationale pour l'amélioration des conditions de travail) propose aux entreprises des actions de diagnostics et de conseils, des méthodes innovantes et partage les expériences menées en matière d'amélioration des conditions de travail.

www.inrs.fr
L'INRS
(Institut national de recherche et de sécurité pour la prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles) est un centre-ressource pour la protection de la santé et la sécurité de l'Homme au travail. Elle propose à ceux qui sont chargés de la prévention des risques professionnels - dans une entreprise par exemple - une assistance, de l'information et de la formation ; et réalise des études et des recherches pluridisciplinaires pour la prévention des risques professionnels.

www.invs.sante.fr
L'InVS
(Institut de veille sanitaire) assure la surveillance de l'état de santé de la population.

www.msa.fr
La MSA
(Mutuelle sociale agricole) est un organisme mutualiste chargé de la gestion des riques maladie, maternité, accidents du travail, décès, et vieillesse des travailleurs agricoles.

www.oppbtp.fr
L'OPPBTP
(Organisme professionnel de prévention du bâtiment et des travaux publics) est le conseiller de la branche du BTP en matière de prévention, de sécurité, de santé et d'amélioration des conditions de travail.

www.risquesprofessionnels.ameli.fr
La CNAMTS
(Caisse nationale de l'assurance maladie des travailleurs salariés) anime le réseau de prévention des risques professionnels des CRAM et CGSS.

www.travailler-mieux.gouv.fr

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

MINISTÈRE DU TRAVAIL, DE LA SOLIDARITÉ ET DE LA FONCTION PUBLIQUE

Conception et réalisation : LOWE STRATÉUS - Avril 2010 - Photo : David Meignan, 3D : Digital Chalet