

## Troubles musculo-squelettiques

# Un guide interactif pour les ergonomes, les médecins, les infirmières, les ASST et AST des SSTI

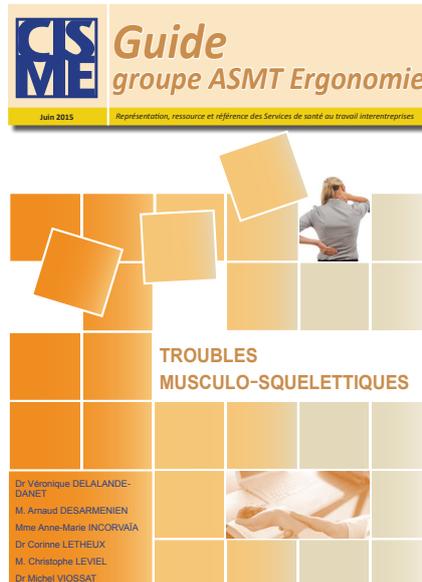
La dernière production du groupe ASMT (Action Scientifique en Milieu de Travail) Ergonomie du Cisme est un guide sur les troubles musculo-squelettiques (TMS).

Le groupe ASMT Ergonomie est composé de professionnels de la prévention issus des Services de santé au travail interentreprises. L'objectif de ce document est de proposer aux entreprises une prévention cohérente et multifactorielle des TMS.

Ce guide met à leur service des argumentaires pour convaincre de l'intérêt d'agir et présente les outils existants, afin d'éviter une recherche chronophage et fastidieuse dans la multiplicité des publications.

Lisible par tous les acteurs de la prévention au travail, il met à disposition des connaissances scientifiques sur :

- les relations TMS – conditions de travail,



- les argumentaires pour convaincre de l'intérêt d'une démarche de prévention des TMS,
- la stratégie de communication,

- les étapes de préparation d'une intervention,
- les outils existants :
  - outils de dépistage médical,
  - outils d'étude des situations de travail et de leurs déterminants,
  - outils de dépistage et analyse des facteurs de risques,
  - outils de réinsertion.
- la conduite d'une intervention,
- l'évaluation de l'intervention.

Le guide s'organise autour d'un sommaire interactif.

Il propose, en annexes, des outils et une bibliographie sous forme de tableaux synoptiques, accessibles en ligne via des liens hypertextes.

Le guide TMS est téléchargeable sur le site Internet du Cisme : <http://www.cisme.org/article/396/Guide-Troubles-Musculo-Squelettiques.aspx> ■

### Vous êtes Ergonome en SSTI

Vous trouverez dans le guide "TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES" du Groupe ASMT Ergonomie du Cisme, les éléments essentiels pour conduire une intervention sur les TMS :

#### Convaincre pour agir

Trois argumentaires sont développés :

- un argumentaire scientifique avec des données épidémiologiques et physiopathologiques,
- un argumentaire économique avec les coûts directs, les coûts indirects et les coûts sociaux,
- un argumentaire réglementaire sur les obligations et les moyens à disposition des employeurs,
- un argumentaire sociétal en termes de dépenses de santé, d'inégalités sociales de santé et d'employabilité.

#### Préparer l'intervention

Cette étape initiale essentielle regroupe plusieurs dimensions qui sont détaillées dans le guide :

- l'analyse du contexte, du côté de l'entreprise et du côté du SSTI,
- la mise en place des conditions d'efficacité de l'intervention comme l'engagement des décideurs, la structuration en mode projet, les modalités de l'intervention et de communication,
- l'analyse de la demande qui aboutit à un constat partagé dans l'entreprise sur l'action à engager,
- la construction de l'intervention.

#### Réaliser l'intervention ergonomique

Le guide reprend les diverses phases d'une intervention ergonomique habituelle, avec un focus sur les outils spécifiques à l'observation et l'analyse des contraintes posturales ou biomécaniques. Ces outils sont présentés dans un tableau synoptique, avec des liens hypertexte pour télécharger ceux dont vous auriez besoin.

La phase d'analyse conduit à un diagnostic et à l'élaboration de propositions de solutions.

Enfin l'évaluation et le suivi de la mise en œuvre sont précisés, les critères ayant été définis dès la préparation de l'intervention.

#### Pour en savoir plus

Vous trouverez aussi un chapitre sur les données disponibles pour comprendre les relations TMS-Conditions de travail. Ce chapitre définit les différentes pathologies que recouvre l'acronyme TMS et rappelle les facteurs de risque aujourd'hui validés.

La bibliographie est indexée avec des liens hypertexte qui permettent l'accès au texte intégral du document cité.

**Pour consulter le guide** : <http://www.cisme.org/article/396/Guide-Troubles-Musculo-Squelettiques.aspx>



**Vous êtes Assistant Santé Sécurité Travail, Assistant Santé Travail**

Ce guide "TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES" vous permet d'appréhender les principales notions sur :

- les TMS,
- les facteurs de risque à l'origine des TMS.

Ces différents facteurs de risque sont présentés en détail permettant de faire le lien entre TMS et travail :

- facteurs biomécaniques,
- facteurs organisationnels ou psychosociaux,
- facteurs personnels.

Ces connaissances vous aideront pour :

- pouvoir identifier certains d'entre eux,
- échanger avec l'employeur sur ces facteurs,
- pouvoir les intégrer dans la Fiche d'Entreprise,

- les évoquer dans le cadre de la démarche d'évaluation des risques professionnels.

Vous trouverez les éléments nécessaires à rechercher sur :

- les données de santé des salariés :
- les données de l'entreprise :
  - climat social,
  - fluctuation des effectifs,
  - indicateurs économiques.

Vous lirez également, dans ce guide, des rappels sur la réglementation et les obligations de l'employeur en matière de prévention des risques professionnels dont font partie les TMS.

Des outils, ainsi qu'une bibliographie, sont présentés dans des tableaux synoptiques, avec des liens hypertextes qui permettent l'accès au texte intégral du document cité.

**Pour consulter le guide :** <http://www.cisme.org/article/396/Guide-Troubles-Musculo-Squelettiques.aspx>

**Vous êtes Médecin du Travail, Infirmier Santé Travail**

Vous trouverez, dans le guide "TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES", différents éléments pour vous aider dans votre approche des TMS :

- un rappel des **principales pathologies** que sont les TMS,
- un rappel des **facteurs biomécaniques, personnels, organisationnels ou psychosociaux** qui peuvent influencer la survenue des TMS,
- des argumentaires apportant des éléments factuels pour communiquer et convaincre les interlocuteurs de l'entreprise de l'intérêt d'une démarche de prévention des TMS :
  - argumentaire scientifique sur la base des données statistiques et épidémiologiques,
  - argumentaire économique sur les coûts liés aux TMS et l'intérêt de la prévention,
  - argumentaire réglementaire sur les obligations et les moyens des employeurs,
  - argumentaire sociétal et humaniste sur les dépenses de santé, les inégalités sociales de santé et les problèmes d'employabilité.

- **une méthodologie** pour conduire une intervention de prévention des TMS en pluridisciplinarité :
  - la préparation de l'intervention
  - les conditions de son efficacité,
  - sa construction,
  - son déroulement.

- **des outils ciblés :**
  - outils de dépistage médical ayant pour objectif d'identifier les symptômes (questionnaire NORDIC, par exemple) ou les pathologies (protocole SALTSA) appartenant au domaine des TMS,
  - outils d'études des situations de travail,
  - outils d'analyse et de dépistage des facteurs de risques,
  - outils de réinsertion.

Ces outils, ainsi que la bibliographie, sont présentés dans des tableaux synoptiques, avec des liens hypertextes qui permettent l'accès au texte intégral du document cité.

**Pour consulter le guide :** <http://www.cisme.org/article/396/Guide-Troubles-Musculo-Squelettiques.aspx>

**Exposition des travailleurs à l'amiante  
Un abaissement de la valeur limite d'exposition professionnelle**

Depuis le 2 juillet 2015, la VLEP (valeur limite d'exposition professionnelle) de l'amiante mesurée dans l'air inhalé des salariés est abaissée à 10 fibres/litre (f/l), la mesure se faisant en META (Microscopie Electronique à Transmission Analytique).

Pour évaluer les risques, l'employeur doit, pour chaque processus mis en œuvre, estimer le niveau d'empoussièremment qui permettra de déterminer le type d'équipements individuels de protection à utiliser, afin d'assurer le respect de la VLEP, ainsi que des éléments de protection collective à mettre en place.

Le décret n° 2015-789 du 29 juin 2015 relatif aux risques d'exposition à l'amiante, publié au Journal Officiel de la République Française du 1<sup>er</sup> juillet et applicable au 2 juillet 2015, fixe dorénavant les trois niveaux d'exposition comme suit :

- **Niveau 1** < 100 f/l
- 100 f/l < **Niveau 2** < 6000 f/l
- 6000 f/l < **Niveau 3** < 25 000 f/l

Une circulaire doit venir compléter ce décret pour préciser les moyens de respecter la VLEP à 10 f/l selon ces seuils de niveaux d'empoussièremment. Lorsque l'INRS publiera ses résultats sur la détermination des facteurs de protection assignés des masques respiratoires (publication prévue fin 2015), ces niveaux seront redéfinis et les arrêtés des 7 mars et 8 avril 2013 révisés en fonction de ces nouvelles données. ■

**Pour en savoir plus :** [http://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do;jsessionid=C2004C798ADC8437276ED2F9C3225FCC.tpdila20v\\_2?cidTexte=JORFTEXT000030820620&dateTexte=&oldAction=rechJO&categorieLien=id&idJO=JORFCO NT000030820403](http://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do;jsessionid=C2004C798ADC8437276ED2F9C3225FCC.tpdila20v_2?cidTexte=JORFTEXT000030820620&dateTexte=&oldAction=rechJO&categorieLien=id&idJO=JORFCO NT000030820403)