



TMS : DE QUOI PARLE-T-ON ?

Les Troubles Musculo-Squelettiques sont des douleurs situées au niveau des articulations des membres et de la colonne vertébrale, qui affectent les muscles, tendons, nerfs, ligaments. (ex : tendinites, lombalgies, syndrome du canal carpien). Les gênes et les douleurs des salariés sont des signes précoces.

Ces douleurs sont des conséquences liées aux conditions de travail et peuvent être générées par 2 catégories de facteurs de risques interagissant.

Facteurs biomécaniques

Les principaux facteurs de risque biomécaniques sont :

- La forte répétitivité des gestes,
- Les efforts excessifs, comme lors du port de charges lourdes,
- Le travail nécessitant des gestes précis et très fins,
- Les postures inconfortables ou maintenues durant de longues périodes, telles que le travail bras au-dessus du niveau des épaules.

Facteurs psychosociaux

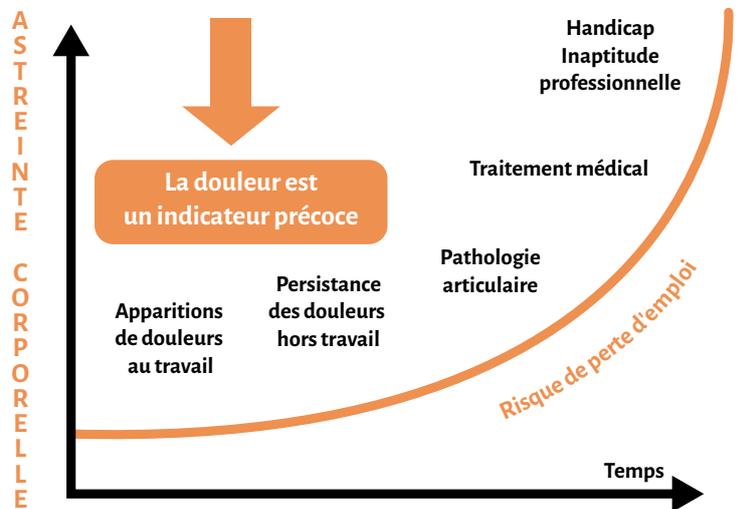
La charge de travail excessive, la forte pression temporelle, le manque de participation des salariés aux décisions sur leur travail. Les facteurs psychosociaux peuvent être source de stress au travail.

Facteurs organisationnels

Par exemple, le manque de pauses ou d'alternance entre des tâches sollicitantes ainsi qu'une durée de travail excessive, une récupération insuffisante. L'absence de possibilité d'entraide, la dépendance au rythme d'une machine...

Les salariés atteints d'un ou de plusieurs TMS peuvent ressentir des difficultés pour réaliser leur travail.

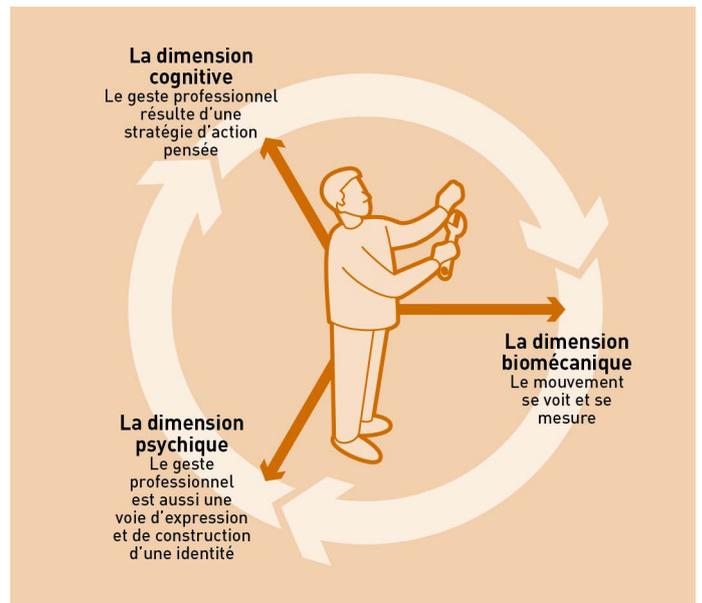
Pour l'entreprise, cela peut engendrer une perte de temps ou d'efficacité, un absentéisme à gérer, une productivité en baisse...



Source : Guide pratique de prévention des TMS à destination des PME - ARACT Poitou Charentes, page 15

En résumé, pour mieux comprendre la survenue d'un TMS, il est utile de considérer un geste professionnel dans son intégralité : sa dimension physique bien sûr, mais aussi ses dimensions psychiques et cognitives.

Les 3 dimensions du geste professionnel



Source : Agir sur la Prévention durable des TMS - Éditions ANACT - 2011

! Pour aller plus loin :

Guide méthodologique « Mener une démarche de prévention des TMS »

ANACT - Harmonie Mutuelle, schéma du guide page 11, les 3 dimensions du geste professionnel

Guide pratique de prévention des TMS à destination des PME
ARACT Nouvelle Aquitaine, page 15.

Brochure « Vous avez dit TMS ? »
ED 6094, INRS.