

---

### OBJECTIFS :

- Intégrer les connaissances de base permettant d'évaluer et de prévenir les risques encourus par les salariés exposés aux troubles musculo squelettiques (T.M.S.).
- Conseiller sur le choix des moyens de prévention adaptés.
- Participer à leur mise en œuvre et au suivi de leurs utilisations

### PUBLIC :

- Opérateurs et techniciens – tout collaborateur exposé aux T.M.S.
- Responsable QSE / directeur QSE / dirigeant / préventeur / animateur – coordinateur – référent QSE

### PRE REQUIS :

- Connaissances des pratiques de l'entreprise sont nécessaires
- Connaissances des enjeux réglementaires et légaux

### METHODES PEDAGOGIQUES :

- Eléments théoriques et illustrations par présentation d'outils et par exercices pratiques

### DUREE :

- 1 journée

---

### **- NOTIONS DE BASE :**

- généralités
- définitions

### **- EFFETS DES TMS :**

- Définir les Troubles Musculo Squelettiques (TMS), les principales pathologies, leur évolution.
- Identifier les conséquences d'une déclaration en maladie professionnelle (coût direct, indirect).
- Connaître les facteurs de risque (gestes répétitifs, postures, sensibilité individuelle...).
- Comprendre l'implication des facteurs organisationnels et du stress dans la genèse des TMS.

### **- TECHNIQUES DE MESURE ET EVALUATION DES RISQUES :**

- Connaître les étapes pour construire une action de prévention (dépistage et identification des risques).
- Constituer un groupe de travail pour rédiger ensemble un plan d'actions.
- Etablir les liens entre les TMS et la pénibilité au travail.
- Intégrer les Troubles Musculo Squelettiques dans le document unique (DUER).
- Identifier des indicateurs d'alerte de difficultés au travail.
- Connaître les éléments déclencheurs de la survenue de TMS.
- Comprendre les réactions face au changement pouvant contribuer à la survenue de TMS.

### **- DONNEES REGLEMENTAIRES ET NORMATIVES.**

- Exigences réglementaires (Code du Travail)
- Moyens de prévention et de protection :
  - prévention intégrée, collective, individuelle
  - ergonomie.

### **CONCLUSIONS**