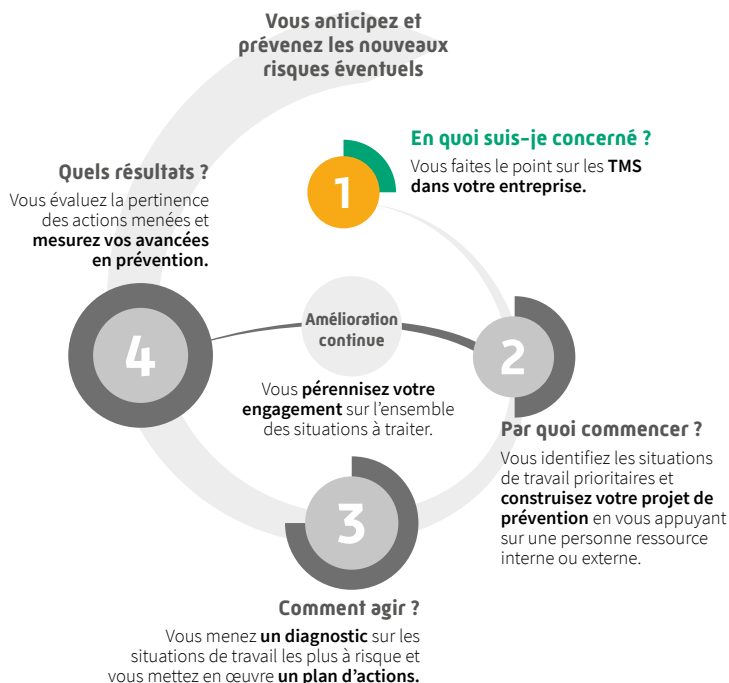




TUTORIEL – Étape 1

En quoi suis-je concerné par les troubles
musculosquelettiques (TMS)
et les lombalgies ?



OBJECTIFS DE L'ÉTAPE 1

Mettre en place les préalables à votre engagement dans la démarche de prévention des TMS :

- Vérifier la présence du risque TMS dans votre document unique issu de l'évaluation des risques.
- Dresser un état des lieux de la situation au sein de votre établissement en recherchant les situations de travail ayant fait l'objet de maladies professionnelles TMS ou d'accidents de travail liés aux manutentions manuelles.
- Rassembler vos indicateurs au sein d'un tableau de bord.

Identifier les axes de progrès de votre démarche de prévention.

AVEZ-VOUS DÉJÀ IDENTIFIÉ CERTAINS FACTEURS DE RISQUE ?

QUESTIONS

Q1 | Les facteurs de risques de TMS et de lombalgie, de nature biomécanique ou psychosociale sont présents dans votre document unique d'évaluation des risques professionnels :

☐ Oui ☐ Non

Q2 | Les postes ou les activités de travail à l'origine de maladies professionnelles (TMS) ou d'accidents du travail (lombalgie) sont connus :

☐ Oui ☐ Non

Q3 | Les causes de ces maladies professionnelles (TMS) et/ou de ces accidents du travail (lombalgie) ont été analysées :

☐ Oui ☐ Non



COMMENTAIRES

L'évaluation des risques professionnels est un préalable indispensable. **Les risques de TMS et lombalgies** doivent a minima être évalués et retranscrits dans votre **document unique d'évaluation des risques professionnels** (DUERP) avant le démarrage de votre démarche.

La présence des **facteurs de risques dans le Document Unique** indique qu'ils ont été identifiés, analysés et classés.

Exemples de facteurs biomécaniques et/ou physiques : gestes répétitifs, travail statique, efforts excessifs, positions articulaires extrêmes, port de charges lourdes...

Exemples de facteurs psychosociaux et/ou organisationnels : pression temporelle, manque d'autonomie, manque de soutien social, travail monotone...



Le **repérage de ces postes ou activités** est un bon moyen pour initier, prioriser et cibler les actions à mener.

En cas de réponse positive, **listez ces postes ou activités de travail** pour faciliter le repérage en étape 2.

Pour comprendre le caractère multi-causal d'un accident du travail (AT) ou d'une maladie professionnelle (MP), il est primordial de **réaliser une analyse approfondie et de définir un plan d'actions** (incluant des mesures d'ordre technique, organisationnel et humain).

Pour vous accompagner :

- [Consultez l'offre de formation de votre caisse régionale](#)
- [Utilisez l'outil INRS : « Agir suite à un accident du travail »](#)
- [Consultez la fiche outil sur les points de repères utiles à l'analyse d'une maladie professionnelle de type TMS](#)

AVEZ-VOUS DÉJÀ IDENTIFIÉ CERTAINES CONSÉQUENCES SUR VOTRE ENTREPRISE ET LA SANTÉ DE VOS SALARIÉS ?

QUESTIONS

- Q4** | ☐ Une augmentation de l'absentéisme ?
- ☐ Un turnover important ?
- ☐ Des difficultés de recrutement sur certains postes ?
- ☐ Des arrêts de travail prolongés et/ou répétés sur un poste ou un secteur donné ?
- ☐ Une perte de productivité et/ou de qualité ?
- ☐ Des restrictions d'aptitude ou des inaptitudes médicales sur un poste ou un secteur donné ?
- ☐ Une détérioration de l'ambiance de travail (relation de travail tendue, situations de stress...) ?
- ☐ Rien de tout cela

COMMENTAIRES

Pour piloter un projet de prévention, il est important de **définir et suivre des indicateurs santé sécurité** afin de mesurer les conséquences sur votre entreprise et la santé des salariés.

Ces indicateurs constituent des moyens d'alerte pour identifier des situations à risque et peuvent être suivis dans votre tableau de bord.

Ils viennent en complément du suivi de vos données de sinistralité disponibles dans votre **compte entreprise**.



Q5 | Dans votre entreprise, des douleurs (épaules, coudes, poignets, cou, dos, genoux...) vous ont été signalées par des salariés, le médecin du travail, les représentants des salariés ?

☐ Oui ☐ Non



La douleur est un des premiers symptômes d'expression des TMS et des lombalgies.

Le recueil des plaintes et le retour d'information de vos salariés sur leurs conditions de travail contribuent à l'identification des situations à risque.

Pour une démarche efficace, vous devez **organiser un circuit de remontée de ces informations** qui doit être connu par vos salariés.

Pour vous accompagner :

[Consultez la fiche outil sur les points de repère dans la gestion des signalements liés aux douleurs TMS de vos salariés](#)

FAITES LE POINT SUR VOTRE DÉMARCHE ACTUELLE DE PRÉVENTION DES TMS ET DES LOMBALGIES

QUESTIONS

Q6 | Votre établissement agit sur la prévention des TMS et des lombalgies depuis :

- ☐ 0 année
- ☐ 1 année
- ☐ 2 années
- ☐ 3 années
- ☐ 4 années
- ☐ 5 à 10 années
- ☐ > 10 années

COMMENTAIRES

Cette question permet de déterminer votre expérience et votre maturité dans la prise en compte des TMS et des lombalgies.

Le préventeur de la caisse régionale (Carsat, Cramif, CGSS) qui suit votre entreprise est un professionnel de la prévention des TMS. Il s'adaptera à la maturité et au contexte de votre entreprise sur ce sujet. **Vous bénéficierez ainsi d'un accompagnement personnalisé.**



Q7 | Évaluez la maturité de la démarche de prévention des TMS de votre établissement avec l'outil « Évaluation de la démarche de prévention des TMS et des lombalgies ».

Une fois complété, pensez à enregistrer le résultat de votre évaluation (fichier Excel). Vous devrez ensuite déposer ce fichier en pièce jointe.



Le résultat de votre évaluation doit être joint pour continuer votre parcours.

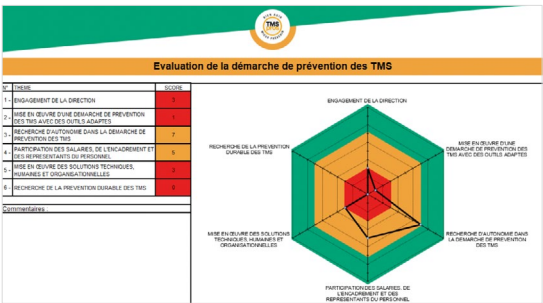
Vous devez évaluer votre démarche de prévention des TMS au démarrage et à la fin du programme.

L'outil proposé vous permettra de prendre du recul sur la mise en oeuvre de la démarche telle que vous l'avez déployée dans votre établissement.

THEME : ENGAGEMENT DE LA DIRECTION		
QUESTIONS	REponses (OUI/NON)	COMMENTAIRES
1 La direction a inscrit le risque de TMS et de lombalgies dans le Document Unique d'Évaluation des Risques professionnels (DURER).	OUI	
2 La direction a nommé une personne-ressource pour animer la démarche de prévention des TMS et des lombalgies.	OUI	Organisation nationale en cours pour ce programme avec projet de formation de relais sur les agences.
3 La direction affiche clairement la prévention des TMS et des lombalgies comme une priorité et communique à ce sujet auprès de l'ensemble des salariés.	NON	A formaliser
4 La direction a officiellement alloué du temps aux différents acteurs impliqués dans la démarche de prévention des TMS.	NON	En cours d'organisation
5 La direction a mis en place un comité de pluripartenaire projet TMS et encourage le fonctionnement de groupe de travail.	NON	En cours d'organisation
6 La direction fait appel, quand cela est nécessaire, à des ressources externes pour l'accompagner dans la mise en oeuvre de la démarche.	NON	entreprise autonome sur le projet
7 La direction a mis en place des indicateurs de suivi de la démarche de prévention.	NON	
8 La direction a prévu un budget spécifique pour mener à bien la démarche de prévention des TMS et des lombalgies.	NON	
9 La direction procède plusieurs fois par an à un état d'avancement de la démarche.	NON	

6 thématiques sont questionnées, des réponses binaires oui/non sont à apporter qui pourront être complétées par des commentaires.

Nous vous conseillons de réaliser cette évaluation de façon participative.



Q8 | Élaborez votre tableau de bord afin de suivre l'évolution chaque année de l'impact des TMS et du mal de dos dans votre entreprise à l'aide de l'outil proposé.

Si votre établissement relève du secteur sanitaire et social, un outil complémentaire « Quiz sanitaire et social » vous aide à construire votre tableau bord.

Une fois le tableau de bord renseigné, vous devez l'enregistrer puis le déposer en pièce jointe.



Votre tableau de bord doit être votre parcours.

Le tableau de bord est un outil de pilotage qui permet de disposer d'un ensemble d'indicateurs pour dresser un état des lieux, suivre l'évolution du risque TMS et lombalgie, et mesurer l'impact de la démarche (mise à jour annuelle).

Le tableau de bord rassemblant ces données peut servir de support d'échanges avec vos salariés ou les instances de votre établissement (CSSCT, DP).

Il devient dans ce cas un outil de suivi de votre performance.

TABLEAU DE BORD TMS							
Votre nom :			Votre fonction :				
Remarque : les données pour chaque année doivent être saisies sur les rubriques dédiées pour se faire aider par les conseils de prévention.							
Indicateurs	Nature	Nombre	2018	2019	2020	2021	
Effectif de l'entreprise	Effectif salarié au 01/01	Nombre de CDI	215	205	153	111	
		Nombre de CDD		23	11	32	4
		Nombre de Total CDI + CDD	215	228	204	197	121
Données de santé - sécurité	Maladie professionnelle (MP) au cours de l'année écoulée (tableaux 57, 63, 73, 97, 98)	Nombre de MP déclarées	3	0	0	3	
		Nombre de MP reconnues	1	0	0	3	0
		Nombre total de jours d'absence pour MP				239	248
	Accident du travail (AT) ayant occasionné une lombalgie	Nombre d'AT déclarés	46	45	16	12	12
		Nombre d'AT reconnus	46	44	16	12	12
		Nombre total de jours d'absence pour AT		112	243	302	309
	Avis ou recommandations du médecin du travail	Nombre d'inaptitudes prononcées	4	3	1	1	3
		Nombre de propositions de mesures individuelles d'aménagement ou d'adaptation du poste de travail effectuées	0	0	0	0	0
Maintenance/Retour au travail	Postes aménagés à la suite de TMS des membres supérieurs, inférieurs et du dos	Nombre de postes aménagés	1	3	0	0	0
		% de postes aménagés					
Dialogue Social	Réunions abordant les TMS et les risques liés à la maintenance manuelle avec les instances représentatives du personnel	Nombre de réunions des instances représentatives du personnel	4	4	4	4	4
			12	13	12	11	12
PRÉSENTATION		TABLEAU DE BORD		INDICATEURS COMPLÉMENTAIRES			

Vous suivez déjà des indicateurs? N'hésitez pas à les ajouter au tableau de bord TMS pros pour disposer d'un outil de suivi unique.

[Consultez la fiche outil sur les points de repères utiles à la création de votre tableau de bord](#)



LES 3 FACTEURS DE RÉUSSITE DE L'ÉTAPE 1 :

- vous avez identifié l'état de santé et de performance de votre entreprise;
- vous avez réalisé un tableau de bord permettant un suivi régulier ;
- vous avez dressé un état initial de votre démarche de prévention des TMS.

À ce stade de la démarche, votre adhésion au programme est acquise.

ameli.fr/entreprise

Conception graphique : Carcat Centre-Val de Loire © Crédits photos : Gettyimage - 11/2024