

## 2<sup>e</sup> bilan régional des CPOM en Île-de-France

 CRAMIF - DIRECCTE - SIST

Le **25 juin** 2018  
à la Cramif

 [cramif.fr](http://cramif.fr)

### PRÉVENTION DES TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES (TMS)

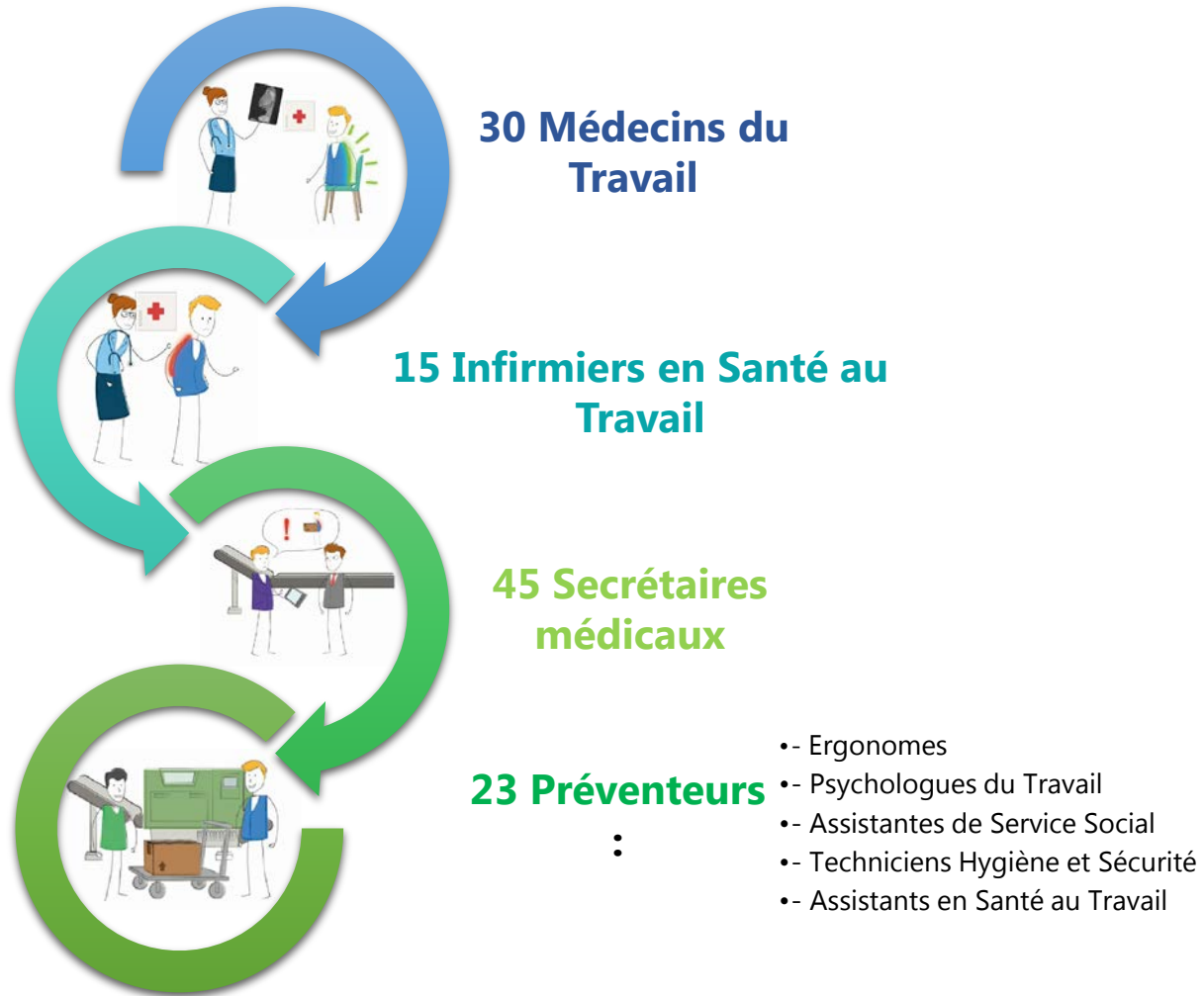


# PRESENTATION DE L'AMETIF ST

- ▶ 123 000 salariés suivis
- ▶ 8 500 entreprises adhérentes
- ▶ 7 secteurs dans le Val d'Oise
- ▶ 150 collaborateurs AMETIF Santé au Travail



# UNE ÉQUIPE PLURIDISCIPLINAIRE



# LE CPOM AMETIF

SIGNE LE 05 JUIN 2015



## VOLET 1

PDP  
TMS  
RRO



## VOLET 2

DCPT

## DISTRIBUTION (GMS)

70 établissements, 5000 salariés



## METIERS DE LA PROPRETE

65 établissements, 5500 salariés



## MEDICOSOCIAL ET SOINS

120 établissements, 9000 salariés



## LOGISTIQUE

80 établissements, 3400 salariés



# AMETIF CPOM TMS - ORGANISATION



## GROUPE DE TRAVAIL PLURIDISCIPLINAIRE

MT : 3/2

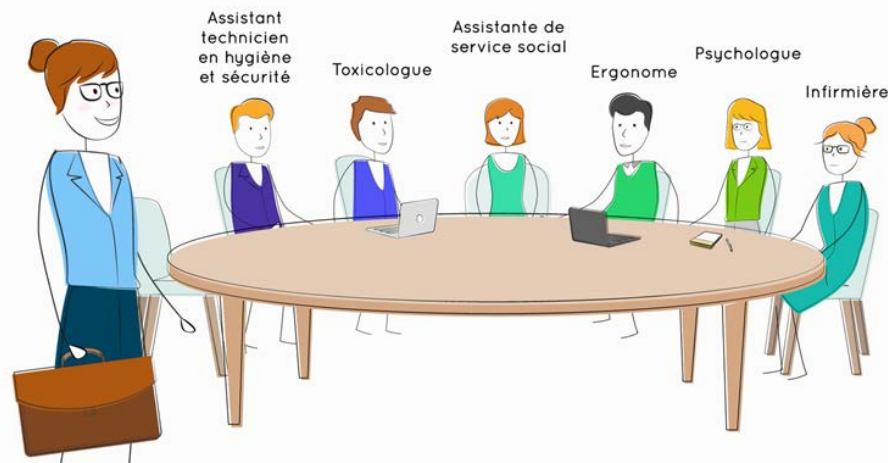
IST : 2

ERGO : 2/1

AST : 1

INGENIEUR : 1

CRAMIF (Antenne 95) : 1



## MISSIONS DU GROUPE

SENSIBILISATION SALARIES ET EMPLOYEURS

SUIVI DES INDICATEURS

COMMUNICATION AMETIF



Réunions : 6 à 10 par an

# AMETIF CPOM TMS - SENSIBILISATION



## SENSIBILISATION DES SALARIES

FICHE INFO CONSEIL  
 DEPLIANT ETIREMENTS  
 DEPLIANT BONNE / MAUVAISE POSTURE



## SENSIBILISATION DES EMPLOYEURS

AMETIF CONTACT  
 GRANDES ENTREPRISES : CO-CONSTRUCTION  
 PME : PRISE DE CONSCIENCE

**AMETIF**  
SANTÉ AU TRAVAIL

### EXERCICES D'ÉTIREMENT AU TRAVAIL

Prenez moins de 5 minutes au travail pour pratiquer quelques exercices afin de prévenir les Troubles Musculo Squelettiques

Les exercices ne doivent provoquer ni essouffement, ni courbature, ni douleur.

- Ils doivent être effectués lentement, avec douceur, sans esprit de compétition.
- Il est conseillé de les pratiquer régulièrement.
- La respiration doit être calme et profonde.

Groupe Troubles Musculo Squelettiques AMETIF Santé au Travail

**AMETIF**  
SANTÉ AU TRAVAIL

### LES TMS (TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES)

LES TMS (troubles musculo-squelettiques) sont des maladies qui touchent les articulations, les muscles et les tendons. Ils s'agissent par le plus souvent d'une atteinte progressive de la structure ou de la mobilité ou de la fonction de ces tissus.

Les causes les plus fréquentes des TMS sont liées à la répétition et/ou à la durée de l'activité et correspondent à la **maladie professionnelle la plus répandue en France**.

**PRINCIPAUX RISQUES POUR VOTRE SANTÉ**

- Facteurs individuels : âge, sexe, sensibilité individuelle, activités ou professions.
- Facteurs biomécaniques : effort, répétitivité, amplitude articulaire, port de charges.
- Facteurs liés aux ambiances physiques : le froid, les vibrations.
- Facteurs organisationnels : cadence élevée de travail par minute, risque, 10 gestes par minute, surgelés, stress, manque d'aide humaine.

Principales localisations des pathologies

La pathologie la plus fréquente est le syndrome du canal carpien (compression du nerf médian à l'intérieur du poignet entraînant des fourmillements et une diminution de la force musculaire). Le traitement est souvent chirurgical.

Les atteintes de l'épaule sont insidieuses et se traduisent par des douleurs et une diminution de l'amplitude des mouvements.

**AMETIF**  
SANTÉ AU TRAVAIL

### CONTACT

LE JOURNAL DE VOTRE SERVICE DE SANTÉ AU TRAVAIL

15 JUILLET 2014

**Éditorial**

Le 15 juillet 2014, le 15<sup>e</sup> anniversaire de la loi sur la Santé et Sécurité au Travail, nous a été l'occasion de réfléchir à notre rôle et à notre engagement.

Après la loi sur la Santé et Sécurité au Travail, nous avons travaillé à la mise en œuvre de cette loi à travers les différents secteurs d'activité.

En 2014, nous avons travaillé à la mise en œuvre de la loi sur la Santé et Sécurité au Travail à travers les différents secteurs d'activité.

**DOSSIER**  
 LA PRÉVENTION DES TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES (TMS)

PAGE 2



ERGONOMIE  
 LE PORTAL  
 FORMATION

Pierre Georgel  
 Responsable du Service de Santé au Travail

## PME PRISE DE CONSCIENCE : PRE-DIAGNOSTIC

« Comment, pour des actions de diagnostic en entreprise, adapter des outils de l'ergonomie pour les rendre accessibles à tous les préventeurs ? »

MEMOIRE LICENCE PROFESSIONNELLE QHSSE MR - IUT ST DENIS

-  **Simple d'utilisation (utilisables par un intervenant non ergonomiste pour démultiplier les actions)**
-  **Simple d'exploitation et accessible au chef d'entreprise (approche visuelle et pédagogique)**

Choix des deux outils RULA (postures contraignantes) et NIOSH (port de charges)



# RULA (RAPID UPPER LIMB ASSESSMENT)


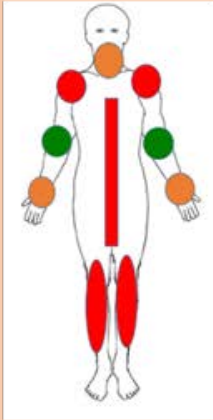
RULA (RAPID

Score des bras

**SCORE BRAS (A1)**      Gauche : 1

Aides-Soignantes - tâches : réfection du lit

Résultat de l'analyse RULA (cf. : annexe A1) : déclenchement d'une étude et des propositions sont nécessaires immédiatement.



PRECEDENT      SUIVANT

# ETUDE DE CAS : MAS / RÉUSSIR A IMPLIQUER

MAS 1

- Pré-diagnostic
- Sensibilisation
- Plan d'actions

CHSCT

- REX MAS 1
- Déploiement



- Descriptif du poste de travail
- Cotation RULA / tâche de travail
- Pistes de réflexions / solutions

**(Dé)montrer que l'action est possible**



# FACTEURS CLÉS DE SUCCÈS

---



## SIMPLICITE

Méthode et enjeux



## APPROCHE DIDACTIQUE

Convaincre par l'exemple



## COOPERATION SIST - CRAMIF

Connaissances et compétences différentes



## TRAVAILLER ENSEMBLE

SIST – CRAMIF - ENTREPRISE

