



SOMMAIRE

Éditorial

Dossiers

- Qu'est ce qu'un TMS ?
- Quelles en sont les conséquences ?
- Quels sont les facteurs de risques ?
- Quelques pistes de prévention.

Documents utiles

Services

Edito

LES TROUBLES MUSCULO - SQUELETTIQUES (ou TMS)

Première cause de maladie professionnelle en France, les troubles musculo – squelettiques (TMS) trouvent principalement leurs origines dans les conditions de travail : gestes répétitifs, efforts excessifs, positions pénibles, postures prolongées, maniement de charges lourdes, vibrations...

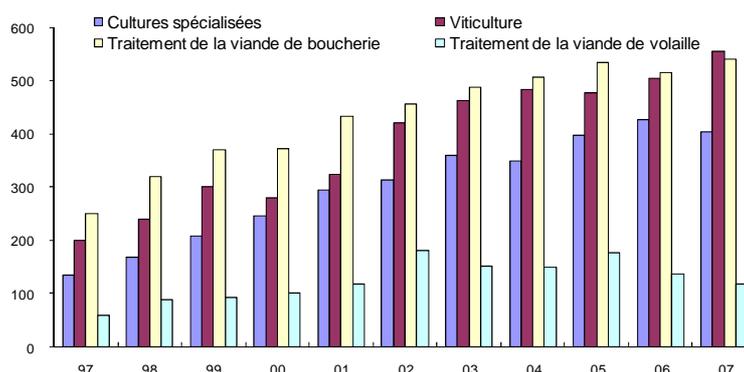
Tous les secteurs de l'activité agricole sont concernés. L'industrie de la viande, les cultures spécialisées et la viticulture sont particulièrement touchés.

Ces troubles, très douloureux, touchent essentiellement les membres supérieurs puis le rachis et les membres inférieurs.

Pour la victime, les conséquences sociales sont préoccupantes car certaines pathologies sont handicapantes dans la vie quotidienne et peuvent compromettre la vie professionnelle.

Pour l'entreprise, les conséquences organisationnelles peuvent nuire au bon fonctionnement de la production et induire des difficultés financières.

Mieux connus et reconnus, les TMS sont en progression importante.



Pour limiter leur apparition, plusieurs pistes sont possibles et complémentaires : outils et investissement, techniques de travail, formations, organisation.

Bonne Lecture

Les TMS : qu'est ce que c'est ?

C'est une maladie qui touche essentiellement les articulations ou les éléments autour des articulations (tendons, nerfs et membranes autour des ligaments).

Ils surviennent lorsque l'on sollicite trop une articulation.

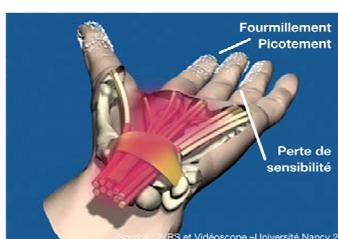
L'inflammation d'un des ces éléments va créer une lésion : c'est la tendinite, lorsque le tendon est touché ou la téno – synovite, lorsque c'est la gaine des tendons qui est touchée.

Les problèmes de santé vont d'une simple gêne ou de douleurs bénignes, à des syndromes plus graves nécessitant des arrêts de travail et des traitements médicaux, voire chirurgicaux.

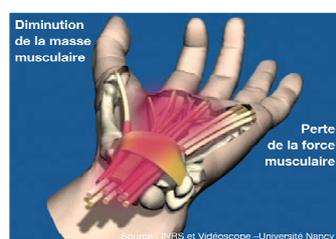
Ils sont très souvent associés à une perte de force, une limitation des mouvements, une perte de dextérité et une difficulté de préhension.

La douleur d'abord insidieuse et ponctuelle peut augmenter peu à peu et conduire à terme à un handicap.

Un des plus connus est le syndrome du canal carpien qui touche le poignet tel que représenté sur les schémas suivants :



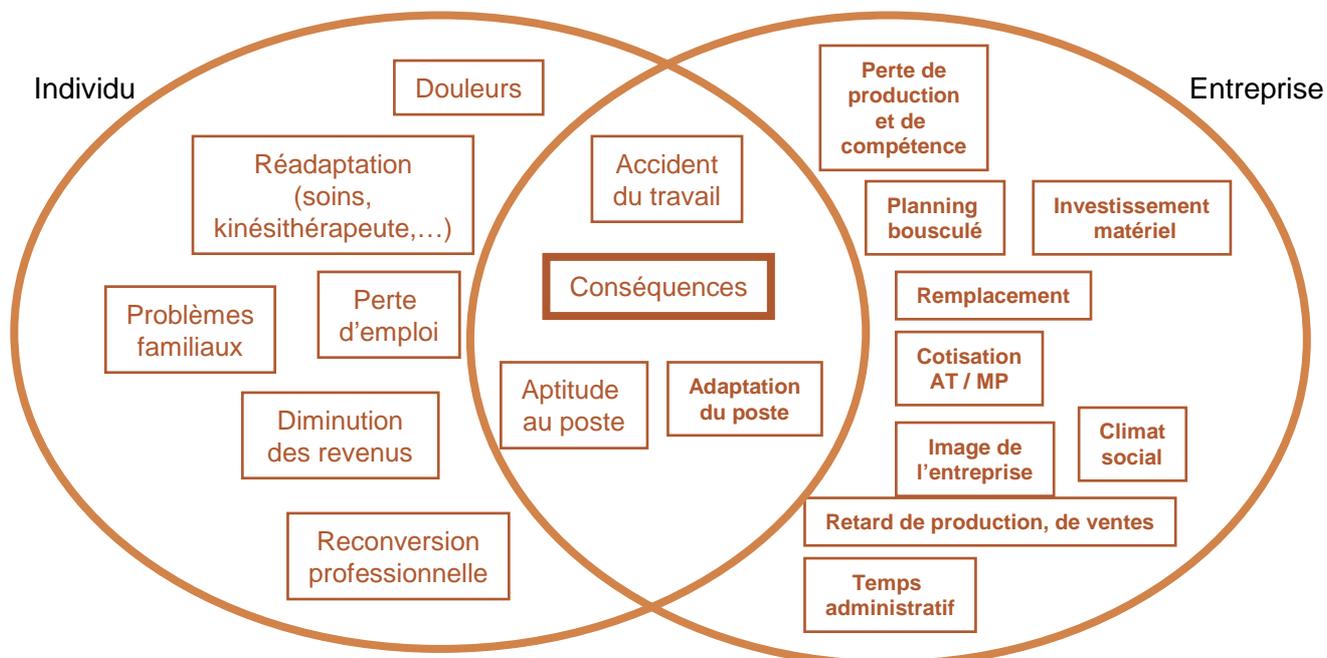
Inflammation au début



Inflammation au stade chirurgical

Les TMS : quelles conséquences ?

Les conséquences sont multiples, elles concernent l'entreprise et l'individu.



Pour limiter l'impact des TMS et leurs coûts pour l'entreprise et les individus, il est nécessaire de les prendre en compte dans l'organisation du travail et lors des investissements réalisés.

Quels sont les facteurs de risques ?

L'origine des TMS est souvent pluri factorielle. Les travaux répétitifs avec des cadences importantes (taille, découpe de viande) ou qui réclament des efforts excessifs (port de charge lourde ou répété) y participent beaucoup.

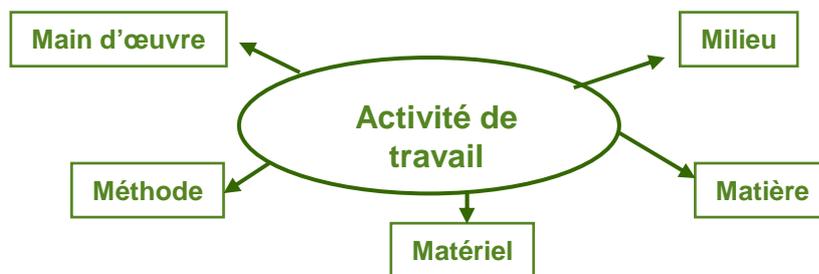
Les postures extrêmes des articulations (flexion, rotation, élévation) et les vibrations (utilisation de tronçonneuse, débroussailleuse, tondeuse, ...) jouent également un rôle important.

L'organisation du travail au sein de l'entreprise peut contribuer, par une sollicitation excessive des salariés et la monotonie des tâches, à accentuer l'apparition des TMS.

D'autres facteurs peuvent amplifier le risque : les conditions climatiques (froid, humidité), des facteurs individuels (âge, condition physique, ancienneté dans le poste,...)

Quelques pistes de prévention ...

Si les facteurs de risques sont multiples, si la survenue d'une douleur, d'un handicap provient de leur combinaison, il est rare de pouvoir agir sur tous ces facteurs en même temps. Chacun doit être pris en compte et faire l'objet d'une réflexion globale au niveau de l'entreprise. On peut réfléchir sur l'activité de travail autour de cinq thèmes.



Au niveau main d'oeuvre :

- ✓ se former et s' informer (Prévention des Risques liés à l'Activité Physique, affûtage/affilage)
- ✓ se préparer physiquement au travail (échauffement)
- ✓ avoir une tenue vestimentaire adaptée et confortable (vêtements chauds, de pluie), ...

Au niveau matériel :

- ✓ utiliser du matériel adapté au travail et à la personne (droitier, gaucher, aide à la manutention)
- ✓ assurer son bon entretien (graissage, nettoyage, affûtage), ...

Au niveau méthode :

- ✓ alterner différentes activités
- ✓ veiller à un bon compromis cadence / récupération, ...

Au niveau de la matière :

- ✓ choix des variétés et leurs caractéristiques techniques, ...

Au niveau du milieu :

- ✓ travailler les parcelles en fonction des vents dominants
- ✓ éviter le travail par temps très froid ou pluvieux, ...

Pour une bonne efficacité, les mesures de prévention doivent être envisagées en concertation avec l'ensemble des acteurs.

Témoignage

Vous avez suivi une formation à l'affûtage et l'affilage des sécateurs organisée par le service prévention de la MSA, quelles étaient vos motivations et vos attentes ?

« Nous nous sommes inscrits à cette formation pour avoir des informations complémentaires sur les méthodes de taille. C'était également l'occasion de voir comment aiguiser nos sécateurs. On pense savoir le faire, mais on se rend compte que ce n'est pas toujours le cas »

La formation a-t-elle répondu à vos besoins ?

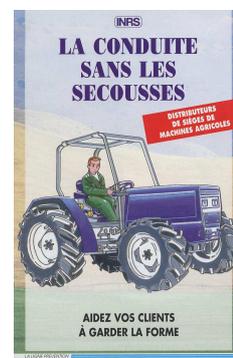
« Elle nous a permis de répondre à pas mal de nos questions, surtout en terme de santé. Nous avons appris beaucoup de choses sur les maladies associées à la taille. J'ai trouvé cette formation très intéressante »

Avez-vous changé vos méthodes de travail depuis la formation ?

« Oui tout à fait, au niveau de la maintenance du matériel. On a mis en application la technique apprise. Maintenant on affine régulièrement nos sécateurs même si ça a été un peu difficile de faire passer le message à tous les tailleurs. Certains ressentent une amélioration, ils forcent moins et ressentent moins de douleurs au niveau du poignet »

Patrick BRIAVAL, Chef d'équipe de la SCEA H.BRUNIER et Fils à Bédarrides

Documents utiles pour prévenir le risque TMS

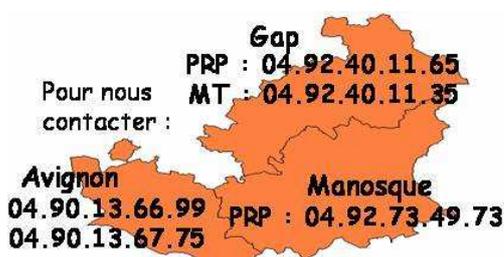


Liens internet utiles

references-sante-securite.msa.fr	Toute la documentation de la MSA sur la prévention des risques professionnels
inrs.fr	Différents documents traitant des TMS et de leur prévention
travailler-mieux.gouv.fr	mot clé : TMS

FORMATIONS PROPOSEES PAR LA MSA

- Prévention des TMS : affûtage / affilage des sécateurs
- Contention d'animaux (ovins, bovins)
- Sauveteur Secouriste du Travail



Bulletin consultable sur Internet :

www.msa-alpesvaucluse.fr

Rédaction :

Service Prévention des Risques Professionnels

MSA Alpes-Vaucluse