



COMMUNICATION  
CONSEIL CULTURE

LETTRE MENSUELLE

N°8

# SANTÉ & SECURITE AU TRAVAIL



CE MOIS-CI :

## LES TMS



### C'EST QUOI ?

Les TMS (Troubles Musculo-Squelettiques) sont des maladies qui touchent les tissus mous péri-articulaires. Ils affectent les muscles, les tendons, les ligaments, les nerfs, mais aussi les vaisseaux sanguins, les bourses séreuses ou encore les cartilages.

Les signes cliniques de TMS sont variés mais comportent, en règle générale, une douleur, associée de façon plus ou moins marquée à une gêne fonctionnelle (difficulté à réaliser des mouvements, à tenir un objet) plus ou moins réversible.

Elles peuvent toucher de nombreuses parties du corps (dos, épaule, coude, poignet, doigt, genou...).

### QUELS SONT LES FACTEURS DE RISQUE ?

Les facteurs de risque le plus souvent rencontrés sont les suivants :

- Les manutentions manuelles de charges
- Le travail répétitif (mouvements répétés à une fréquence élevée)
- Les postures pénibles (positions forcées des articulations)
- Les vibrations mécaniques

La réalisation d'efforts prolongés, la mauvaise organisation du poste de travail, les équipements inadaptés, le froid, l'humidité ou la chaleur sont des facteurs aggravants.

L'apparition de TMS est liée à la durée d'exposition.

### QUI EST CONCERNÉ ?

Tous les secteurs d'activité et toutes les catégories socio-professionnelles peuvent être touchés par les TMS.





COMMUNICATION  
CONSEIL CULTURE



### QUELS SONT LES MOYENS DE PRÉVENTION ?

La prévention des TMS passe par un dépistage préalable des situations de travail à risque et nécessite une approche globale de la situation de travail.

L'apparition du risque TMS est très souvent due à la corrélation de plusieurs facteurs.

Il conviendra d'étudier le poste de travail et son environnement mais également l'organisation du travail et le climat social de l'entreprise (les situations de stress ont un impact sur la santé physique des individus) : il est primordial d'effectuer l'évaluation des risques (cf lettre n°2).

#### TRES IMPORTANT

La prévention des TMS nécessite un engagement de la direction. Celle-ci doit en effet :

- comprendre les enjeux et adhérer à la démarche de prévention,
- dégager les moyens nécessaires (humains, financiers, temporels)
- associer les différents services, les représentants du personnel, le CHSCT/CSE et/ou les instances représentatives du personnel ainsi que le service de santé au travail.

### COMMENT RÉDUIRE LES TMS ?

Sur la base de l'évaluation du risque TMS, l'employeur va pouvoir engager les transformations nécessaires des conditions de travail.

L'objectif est de transformer les situations de travail pour réduire les contraintes qui pèsent sur les salariés (poste de travail, équipements, organisation de la production, information et formation des personnels).



Depuis plus de 20 ans, les troubles musculo-squelettiques constituent la première maladie professionnelle reconnue en France et dans d'autres pays européens.

Dans la prochaine lettre nous détaillerons la procédure de reconnaissance des maladies professionnelles.

Vos représentants CFDT sont à votre écoute, n'hésitez pas à les solliciter.

## LA CFDT NÉGOCIE POUR VOUS



### 5 BONNES RAISONS D'ADHÉRER À LA CFDT

- Pour ne plus être seul sur son lieu de travail.
- Pour être informé sur ses droits.
- Pour être conseillé sur le plan professionnel et juridique.
- Pour être soutenu par la CFDT et soutenir la CFDT.

#### VOS CONTACTS A LA CFDT :