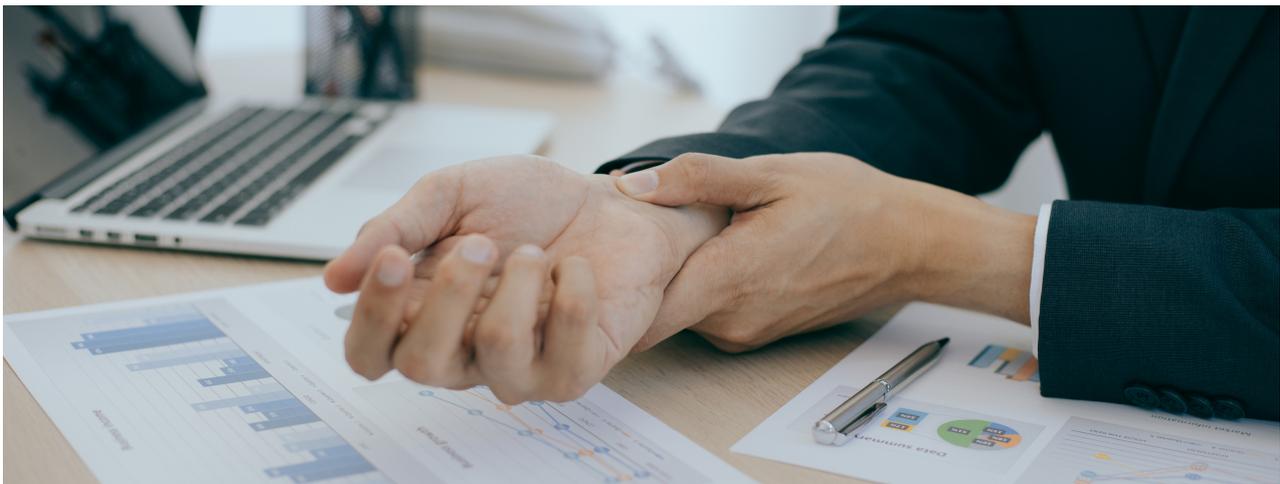


LES MALADIES PROFESSIONNELLES : LES TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES

Auteurs : DOUBINSKY Marc (Kinésithérapeute) • MAGNIN Arnaud (Dr - Médecin généraliste) • Equipe Offre Prévention de la Mutualité Française
Date : 06-03-2023



L'essentiel

Les troubles musculo-squelettiques ou TMS (synonymes de souffrance péri-articulaire, musculaire, et tendineuse) concernent l'ensemble du corps et en priorité les membres supérieurs et la colonne vertébrale.

4 facteurs principaux se conjuguent :

- biomécaniques,
- environnementaux,
- organisationnelles,
- psychosociaux.

C'est un enjeu majeur de santé au travail. L'ensemble des mesures de prévention peuvent éviter l'aspect chronique des TMS.

A chacun d'observer et de communiquer sur les risques et les dangers liés à son poste de travail afin de participer activement à sa prévention et contribuer à celle interne à l'entreprise avec le concours :

- du médecin du travail (que l'on peut contacter directement),
- des acteurs divers de santé au travail de l'entreprise ; (infirmière, ergonomiste, référent QHSE),
- du CSE pour les mesures collectives,
- des managers et de la direction RH.

Comment identifier les TMS ?

Les troubles- musculo-squelettiques recouvrent un ensemble de symptômes physiques, de manifestations mineures à causes non identifiées pouvant dégénérer en pathologies aiguës voire chroniques.

Certaines situations peuvent conduire à l'inaptitude partielle ou totale voire à la maladie professionnelle, par exemple :

- espace de travail, organisation du travail, climat social,
- gestes répétitifs, postures contraignantes,
- manutentions lourdes,
- exposition au froid, aux vibrations, etc..
- elles entraînent une fatigabilité croissante des articulations, des muscles et des tendons (risque de tendinites).



Quelles sont les catégories d'emploi les plus touchées par les TMS ?

Les personnes les plus touchées sont les travailleurs manuels dont l'activité physique joue un rôle prédominant (métiers de la construction, manœuvres, ouvriers spécialisés, etc.) et ceux dont l'activité physique est légère mais continue, ou intense mais ponctuelle.

Mais aucun secteur d'activité n'est épargné. Le risque apparaît aussi dans les activités de service comme la bureautique ou les services aux personnes.

De nombreuses brochures de sensibilisation suivant les profils et les secteurs d'activité existent et sont à votre disposition sur le site : [Travailler mieux, la santé et la sécurité au travail](#) .

Ces documents ont été élaborés par des experts des risques professionnels des organismes de prévention de France tels que la Caisse Nationale de l'Assurance Maladie des Travailleurs Salariés (CNAMTS), la Caisse d'Assurance Retraite et de la Santé au Travail (CARSAT), la Mutualité Sociale Agricole (MSA), l'Agence Nationale pour l'Amélioration des Conditions de travail (ANACT), l'Organisme Professionnel de Prévention du Bâtiment et des Travaux Publics (OPPBT), celui-ci a notamment une aide en ligne pour l'établissement du "Document unique".

Ils peuvent être une aide au diagnostic dans l'entreprise et pour élaborer une stratégie d'information et de formation des salariés à la prévention.



Quels sont les facteurs de risque des TMS ?

Même s'il convient de tenir compte des caractéristiques individuelles des salariés (âge, état de santé, histoire individuelle, etc.), les TMS résultent principalement d'une combinaison de plusieurs facteurs de risque.

Revenons plus en détail sur les facteurs de risque et danger des situations de travail :

Facteurs biomécaniques :

- gestes répétitifs,
- manutentions lourdes,
- exposition au froid ou aux vibrations.

Facteurs liés à l'organisation et à l'environnement de travail :

- espace de travail : promiscuité en open-space,
- environnement sonore,
- luminosité.

Facteurs psychosociaux liés à la façon dont le travail est perçu par les salariés :

- travail monotone non valorisant,
- situation de stress,
- exigence de rendement excessif,
- peu de pauses,
- isolement relationnel,
- insécurité de l'emploi.

Dans chaque entreprise, la combinaison des facteurs de risques est différente ; elle exige donc une appréhension particulière des situations de travail.

Quels acteurs doivent être impliqués dans la prévention des TMS ?

Agir ensemble est une condition indispensable à la réussite de la démarche de prévention.

La prévention des TMS ne peut être réalisée que dans le cadre d'un projet impliquant les différents acteurs de l'entreprise.

Si l'entreprise ne dispose pas de ces compétences en interne, elle peut s'appuyer sur l'expérience de partenaires extérieurs tels que les Caisses Régionales d'Assurance Maladie (CRAM), le réseau des Agences Régionales pour l'Amélioration des Conditions de Travail (ARACT), les services de santé au travail, les consultants privés spécialisés en ergonomie, préventeurs... et surtout le médecin du travail exerçant pour un groupement d'entreprises.

Cette démarche nécessite que la prévention soit gérée comme un projet avec un engagement fort de la Direction comprenant :

- des étapes d'information et de mobilisation, à la formation gestes et postures par exemple,
- d'identification et d'analyse des risques, par l'écoute et la synthèse des problématiques des acteurs exposés,
- de définition et de mise en place d'actions concrètes adaptées et ciblant une véritable amélioration de la situation de travail.

Cette problématique des conditions de travail doit aussi être reliée à celles de la qualité, de la production et des ressources humaines.

Oui, les contraintes de travail peuvent être réduites en agissant sur :

- la conception des outils, par la réflexion d'équipe et des réalisations spécifiques,
- la conception des éléments nécessaires à la fabrication des produits, en coopération avec les chaînes de procès en amont,
- la conception des produits qui doit être adaptée au process de production,
- le poste de travail, par l'apprentissage et l'acquisition des outils d'observation de son poste (formation).

Plus les pathologies sont diagnostiquées précocement et moindres sont les conséquences pour la santé des salariés et, de ce fait, plus faibles sont les coûts directs et indirects liés à l'absentéisme et la baisse de productivité supportés par les entreprises.

Les TMS peuvent-elles être reconnues comme une maladie professionnelle ?

Un TMS est reconnu d'origine professionnelle s'il figure dans un des tableaux de maladies professionnelles (tableaux n° 57, 69, 79, 97 ou 98 pour les salariés du régime général ; tableau n° 29, 39, 57 ou 57bis pour les salariés et les exploitants du régime agricole).

Il appartient au travailleur (ou à ses ayants droit) de faire lui-même la demande de reconnaissance auprès de la Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM) ou la Caisse de Mutualité Sociale Agricole (MSA) dont il dépend. Cette demande doit être accompagnée d'un certificat médical rédigé par un médecin choisi par le travailleur. Dans tous les cas, le médecin du travail constitue un interlocuteur privilégié pour obtenir des éléments d'information complémentaires.

Références

Sources

-Institut national de recherche et de sécurité pour la prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles (INRS). Troubles musculo-squelettiques , 2012.

-Institut national de recherche et de sécurité pour la prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles (INRS). Pour une prévention durable des TMS en entreprise , 03/2017.

-Ameli. Dossier sur les TMS, février 2019, dossier "Préserver son dos au travail" : atelier 1 et 5.