



# Prévention des troubles musculo-squelettiques



## OBJECTIFS – APTITUDES & COMPETENCES

Connaître les Troubles Musculo-squelettiques et savoir identifier les facteurs de risques dans le but de les réduire pour limiter leurs conséquences

## Compétences visées

Comprendre les Troubles Musculo-Squelettiques  
Acquérir des notions d'anatomie  
Connaître les causes, les conséquences et les risques liés aux TMS  
Connaître les mesures de prévention à mettre en place  
Savoir suivre et accompagner le personnel concerné par les TMS

## PUBLIC

Responsables d'entreprise, Responsable Sécurité, Techniciens et personnel d'encadrement, membres du CST

## MODALITÉS

Durée : 7 heures.

Nombre de participants de 10 à 12 participants maximum et 1 participant minimum.

Périodicité de la formation : Les formations sont à renouveler tous les 12 mois (recommandé).

Formations en présence physique uniquement (Pas de FOAD)

## PRÉ-REQUIS

Aucun

## Textes officiels

Art. 4541-8 du Code du Travail

# Programme détaillé

- 1- TMS : Définition, reconnaissances en maladie professionnelle et épidémiologie
  - 1.1- Définitions
  - 1.2- Causes éventuelles
  - 1.3- Reconnaissance en maladie professionnelle
  - 1.4- Epidémiologie : Données statistiques
  - 1.5- Conséquences
- 2- Anatomie
  - 2.1- Définitions des structures anatomiques
  - 2.2- Description des éléments anatomiques
    - 2.2.1- Anatomie de l'épaule
    - 2.2.2- Anatomie du coude
    - 2.2.3- Canal carpien et de Guyon
- 3- Facteurs de risque
  - 3.1- Capacités fonctionnelles
  - 3.2- Facteurs de risque professionnel
    - 3.2.1- Sollicitations biomécaniques
    - 3.2.2- Sollicitations organisationnelles
    - 3.2.3- Sollicitations psychosociales
    - 3.2.4- Stress
  - 3.3- Hypothèse de relation entre risques biomécaniques et psychosociaux
  - 3.4- facteurs de risques extra professionnel
  - 3.5- Facteurs de risques : Bilan
- 4- Physiopathologie et incidence des facteurs de risque
  - 4.1- Atteintes au niveau de l'épaule
  - 4.2- Atteintes au niveau du coude
  - 4.3- Atteintes au niveau du poignet
  - 4.4- Cas du Syndrome du Canal Carpien (SCC)
- 5- Piste de prévention : Démarche
  - 5.1- Phase de dépistage
    - 5.1.1- Entretien
    - 5.1.2- Check-list de l'OSHA
  - 5.2- Phase d'intervention
    - 5.2.1- Mobiliser
    - 5.2.2- Investiguer
    - 5.2.3- Maîtriser
- 6- Pistes de prévention : Principe d'action
  - 6.1- Réduction des sollicitations professionnelles
    - 6.1.1- Secteur secondaire
    - 6.1.2- Secteur tertiaire
  - 6.2- Information, formation
  - 6.3- Accroissement des capacités fonctionnelles de

## Moyens d'encadrement

Organisme de formation déclaré à la DIRECCTE disposant d'un Service Relations Clients, d'un Service Administratif, d'un Service Qualité, et d'une équipe pluridisciplinaire de formateurs.

## Moyens pédagogiques

Formateurs en prévention des risques professionnels, titulaires d'un certificat de compétence délivré par l'organisme à l'issue d'une validation de leur aptitude à enseigner le sujet.

Supports d'animation pédagogique standardisés, utilisés en vidéo-projection.

## Moyens techniques

## Evaluation

Le formateur évalue les acquis du stagiaire (savoirs et savoir-faire) au moyen de questionnement oral et reformulations des apprenants.

## Délai d'accès

En inter, les inscriptions sont possibles jusqu'à 48 heures ouvrées avant le début de la formation (sous réserve de places disponibles) et en intra, nous sommes en mesure de répondre de manière très réactive (en 48h selon disponibilité).

## Documents délivrés

Une attestation de fin de formation est remise au stagiaire à l'issue de la formation, précisant si les objectifs sont atteints ou non, ou en cours d'acquisition.