

## LA CFTC MILITE ET AGIT

Pour le respect de la législation par toutes les entreprises, quels que soit leur taille et leur statut :

- des principes généraux de prévention tels que l'**élimination du risque TMS à la source** (prévention primaire) et l'**adaptation du travail à l'homme** ; cela implique notamment des mesures d'amélioration de la conception des postes, des équipements et des méthodes de travail et de production, ainsi qu'une évaluation régulière des risques présents dans l'entreprise ;
- la fourniture d'**équipements de protection** collectifs et individuels lorsque le risque ne peut être supprimé ;
- la **formation** et l'**information** des travailleurs sur les risques TMS auxquels ils sont exposés et sur les moyens de les détecter et d'y faire face ;
- l'application stricte des **sanctions** prévues pour les entreprises qui ne respectent pas la réglementation.

Pour le renforcement de la protection des travailleurs :

- la **concertation de tous** les acteurs et l'implication des institutions représentatives du personnel dans l'élaboration des mesures de prévention ;
- la **formation** dès le plus jeune âge **aux bons gestes et aux postures adaptées** selon les situations de travail ;
- l'**accompagnement** et, le cas échéant, le **reclassement** des salariés victimes de TMS par des services et des personnels compétents, notamment les services sociaux du travail ;
- l'**amélioration de la législation communautaire** par l'élaboration d'une directive européenne spécifique pour permettre une application cohérente et offensive de la politique de prévention des TMS au plan européen.

### Pour en savoir plus

#### Internet

- Site de la CFTC : [www.cftc.fr](http://www.cftc.fr)
- Site de l'Anact (agence nationale pour l'amélioration des conditions de travail) : [www.anact.fr/](http://www.anact.fr/)
- Site des accidents du travail et des maladies professionnelles de l'assurance maladie : [www.risquesprofessionnels.ameli.fr/](http://www.risquesprofessionnels.ameli.fr/)
- « Travailler mieux », site officiel de la santé et de la sécurité au travail : [www.travailler-mieux.gouv.fr/](http://www.travailler-mieux.gouv.fr/)

#### Publications

- SCHWEITZER Jean-Michel (coord.), ARNAUD Forent, ESCRIVA Evelyne [et al.]. Prévenir les TMS. Repères pour agir dans l'entreprise. Édition Anact, 11/2008 (téléchargeable <http://www.centre.aract.fr/pdf/TMS.PDF>).
- Les troubles musculo-squelettiques du membre supérieur (TMS-MS). Guide pour les préventeurs. INRS, 2005, ED 957. (téléchargeable [http://www.inrs.fr/inrs-pub/inrs01.nsf/intranetobject-accesparreference/ED%20957/\\$file/ed957.pdf](http://www.inrs.fr/inrs-pub/inrs01.nsf/intranetobject-accesparreference/ED%20957/$file/ed957.pdf)).

### Pour répondre à vos questions ou vous aider dans vos démarches, contactez

- le délégué syndical ou le représentant CFTC de votre lieu de travail,
- le service de santé au travail de votre entreprise, et en particulier, le médecin du travail, les ergonomes et les psychologues du travail,
- le CHSCT,
- les services et consultations des pathologies professionnelles du centre hospitalier le plus proche,
- le service prévention de votre caisse régionale d'assurance retraite et de la santé au travail (ex Cram),
- le réseau des Aract (association régionale pour l'amélioration des conditions de travail) et des comités régionaux de l'OPPBTB.

Contact :

je vote Syndicat  
**CFTC**

TOUS UNIQUES, TOUS UNIS !

Document réalisé avec le soutien de la branche AT/MP du régime général de la Sécurité sociale

S'INFORMER

# Santé au travail

## Les troubles musculo-squelettiques



**1<sup>er</sup>** problème de santé au travail en Europe.

**1<sup>ère</sup>** catégorie de maladies professionnelles reconnues et indemnisées par la CNAM-TS en France.

**33 682** affections péri-articulaires reconnues et indemnisées.

**647** millions d'euros de prestations versées au titre du tableau 57.

(Rapport de gestion 2008 - branche AT/MP, CNAM-TS, août 2009)

Conception : agence 90c - décembre 2009

je vote Syndicat  
**CFTC**

TOUS UNIQUES, TOUS UNIS !

## ▲ LES TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES (TMS)

Le nombre de troubles musculo-squelettiques (TMS) ou affections périarticulaires touchant les travailleurs européens a connu une telle augmentation depuis une vingtaine d'année que parler de pandémie n'est pas exagéré. Le risque TMS est présent dans tous les secteurs d'activité et touche toutes les catégories de salariés.

Les troubles musculo-squelettiques (TMS) regroupent un ensemble d'affections péri-articulaires touchant les tissus mous (muscles, tendons, nerfs, vaisseaux, cartilages) des membres inférieurs (genoux) ou supérieurs (épaules) et du dos. Ils se manifestent par des douleurs et des gênes dans les gestes (raideur, perte de force, maladresse, ...). Les TMS sont un des enjeux majeurs de la prévention des risques professionnels.

### Des facteurs de risque

La survenue de TMS est la combinaison de facteurs de risque :

- **biomécaniques** : postures contraignantes, port de charge, mouvements répétitifs, utilisation d'équipement de travail vibrant et travail au froid ;
- et **psychosociaux** : manque de pause, demande psychologique élevée (quantité, rapidité, complexité, intensité, morcellement et prévisibilité du travail) et faible soutien de la part des collègues et de la hiérarchie.

L'augmentation des TMS est liée **aux évolutions de l'organisation du travail** qui induisent une intensification du travail tout en réduisant les marges de manœuvres des travailleurs.

## ▲ DES CONSÉQUENCES LOURDES !

Les TMS occasionnent une **souffrance continue et répétée** (douleurs quotidiennes qui empêchent aussi d'accomplir les gestes de la vie courante) et des **séquelles parfois irréversibles** pouvant entraîner un arrêt de travail, une invalidité partielle ou totale, une réduction de la capacité de travail, une inaptitude (etc.) susceptible d'aboutir à une perte d'emploi ou à une rupture de carrière professionnelle.

Les TMS génèrent également un **coût humain et financier considérable** pour l'ensemble de la société (mauvaise qualité de vie et indemnisation par la Sécurité sociale) et pour l'entreprise (baisse de la productivité).

### Une maladie professionnelle

La plupart des TMS liés au travail sont répertoriés dans les tableaux 57 (affections péri-articulaires provoquées par certains gestes et posture de travail), 69 (affections provoquées par des chocs et vibrations), 79, 97 et 98 (affectations du rachis lombaire provoquées par la manutention de charges lourdes).

### Important !

Pour faire reconnaître le caractère professionnel d'une maladie, vous devez la faire constater par un médecin (généraliste ou spécialiste) dans un certificat médical initial ; puis vous devez ensuite envoyer votre déclaration accompagnée du certificat à la CPAM (la procédure à suivre est détaillée dans la fiche « **la réparation des maladies professionnelles** »).

## ▲ VOS DROITS

Le Code du travail oblige l'employeur à prendre les mesures nécessaires pour assurer la sécurité et protéger la santé physique et mentale des travailleurs (article L 4121). Il doit mettre en œuvre ces mesures sur le fondement des principes généraux de prévention (énumérés à l'article L 4121-2). Il doit notamment évaluer les risques (article L 4121-3).

L'employeur prend des mesures de prévention visant à supprimer ou à réduire au minimum les risques résultant de l'exposition aux vibrations mécaniques, en

tenant compte du progrès technique et de l'existence de mesures de maîtrise du risque à la source (article R 4442-1).

L'employeur doit prendre les mesures d'organisation ou utiliser les moyens appropriés afin d'éviter le recours à la manutention manuelle de charges par les travailleurs (article R 4541-3). Lorsque cette manutention est nécessaire et inévitable, il doit prendre les mesures pour limiter l'effort physique et les risques notamment dorso-lombaires (article R 4541-4). La réglementation fixe

des limites maximales au port de charge (article R 4541-9).

L'employeur doit informer et former les travailleurs à la sécurité (article L 4141-1 et suivants). Les modalités, les objectifs et le contenu de cette formation sont précisés aux articles R 4141-1 et suivants. Les contenus de la formation spécifique pour les travailleurs exposés aux vibrations ou aux manutentions manuelles sont précisés respectivement aux articles R 4447-1 et R 4541-8.

## PRÉVENTION

**L'aménagement des postes de travail**, et cela dès leur conception, peut permettre de prévenir les TMS. Mais la **priorité doit être donnée à l'amélioration de l'organisation du travail**, particulièrement dans les cas où l'élimination ou la réduction des postures contraignantes, du port de charge ou des mouvements répétitifs n'est pas possible. Cela permet par une augmentation des marges de manœuvre des opérateurs de réduire le risque TMS. L'élimination des facteurs de stress permet aussi de prévenir la survenue de TMS.

### Pratique !

- L'INRS (Institut national de recherche et de sécurité pour la prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles) a développé un Outil de Repérage et d'Évaluation des Gestes (OREGE) qui vise à évaluer les facteurs de risque biomécaniques de TMS des membres supérieurs.
- La CNAM-TS (caisse nationale de l'assurance maladie des travailleurs salariés) a publié un guide des actions de prévention de TMS menées en entreprise ([www.risquesprofessionnels.ameli.fr](http://www.risquesprofessionnels.ameli.fr)).

### Exemples d'actions de prévention

- Un établissement d'abattage et de découpe de poulets constatant le nombre important de TMS malgré des équipements récents a constitué un groupe de travail qui a décidé - dans le cadre d'une démarche de prévention - de construire des indicateurs (déclaration de maladie professionnelle, restrictions d'aptitude, ...) et d'utiliser un questionnaire auprès des opérateurs pour mieux connaître les facteurs de risque (ANACT, Prévenir les TMS. Repères pour agir dans l'entreprise).
- Une entreprise de l'agroalimentaire a mis en place une démarche ergonomique afin d'élaborer un contenu de formation à partir des savoir-faire des travailleurs expérimentés pour une meilleure compréhension du geste dans la perspective de prévenir les TMS (revue Pistes, volume 10, n°2, novembre 2008, [www.pistes.uqam.ca](http://www.pistes.uqam.ca)).