S'échauffer pour une entreprise en forme

www.msa.fr

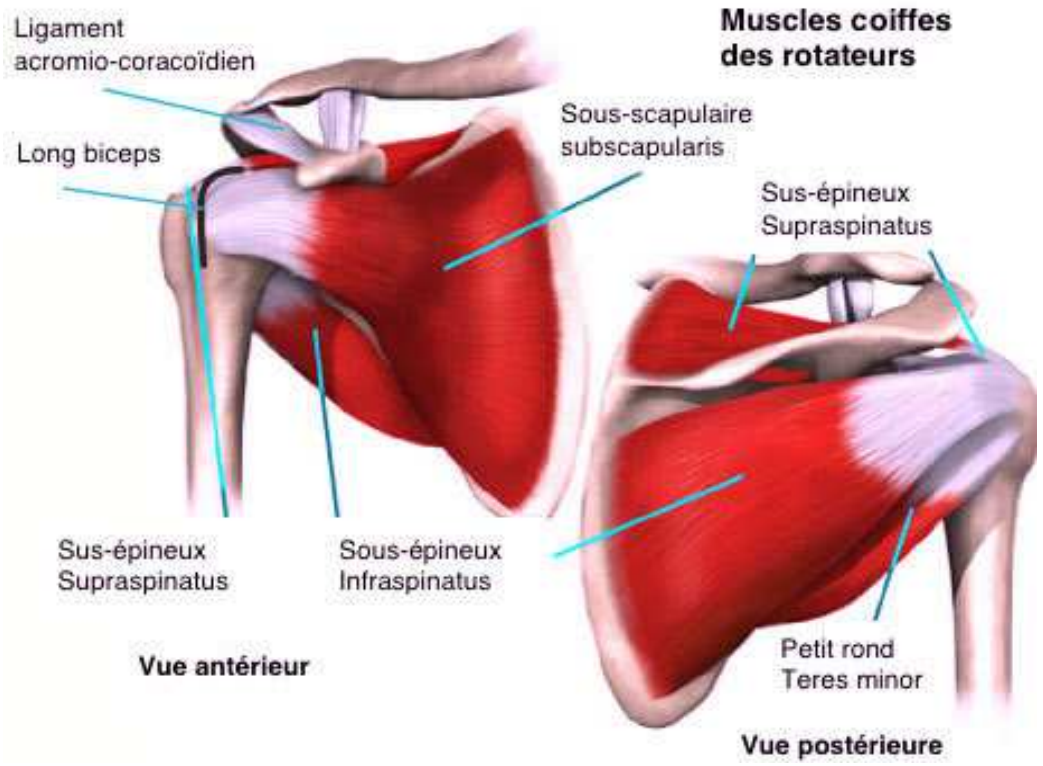
msa santé famille retraite services
L'essentiel & plus encore

Témoignage

Vidéo DVD

Rappels anatomiques

Exemple



http://www.arthrosport.com

Les Troubles Musculo-Squelettiques
T.M.S.

Définition

- Appellation générique qui couvre l'ensemble des **symptômes musculo-squelettiques en relation avec l'activité professionnelle.**
- Regroupent une quinzaine de **pathologies** qui touchent les **tissus mous (tendons, gaines synoviales, nerfs)** à la périphérie des articulations.
- Affectent principalement **muscles**, **tendons** et **nerfs** des membres supérieurs et inférieurs.
- Se traduisent par des **douleurs et gènes** dans les mouvements → **difficultés vie professionnelle et privée.**
- Origine : **gestes répétitifs, port de charges lourdes, positions pénibles, vibrations, froid, organisation du travail, mode de management, stress, charge mentale**...

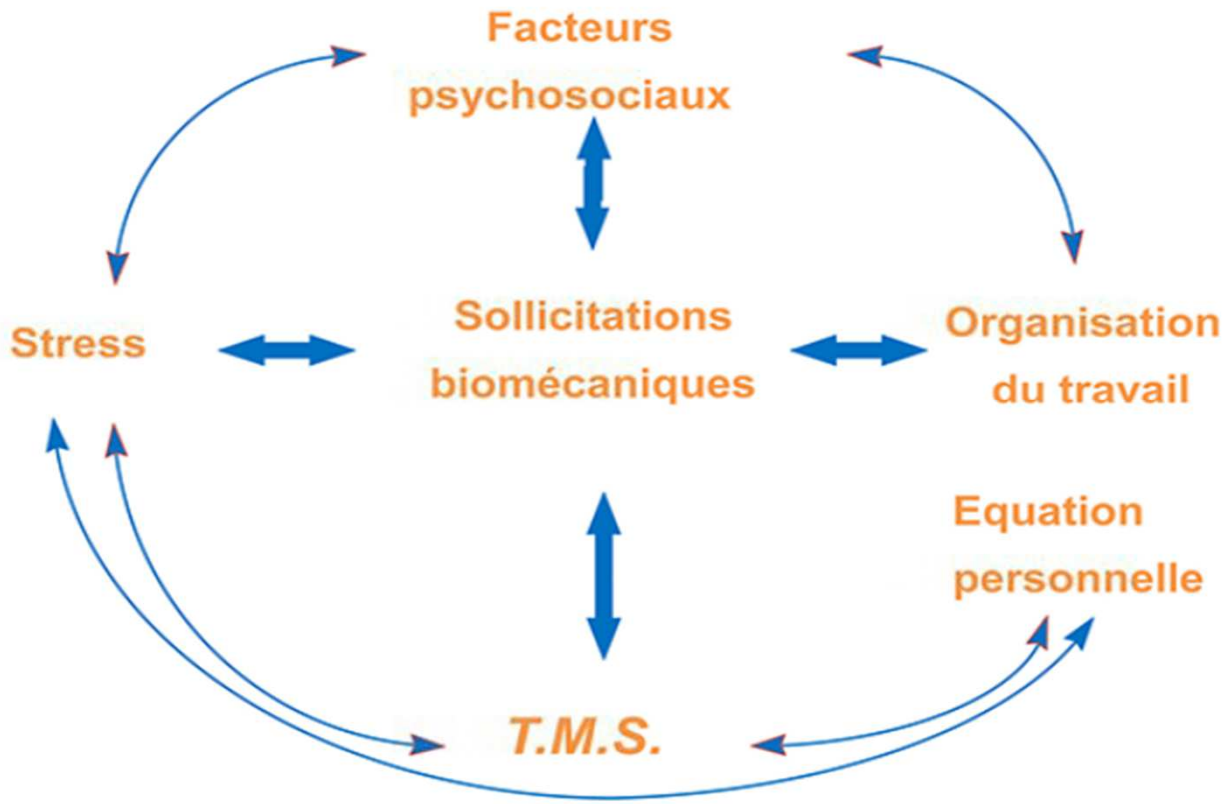
Trois niveaux de plaintes

Les plaintes apparaissent durant une activité et disparaissent au repos

Les plaintes apparaissent rapidement lors des activités et mettent plus longtemps à disparaitre au repos

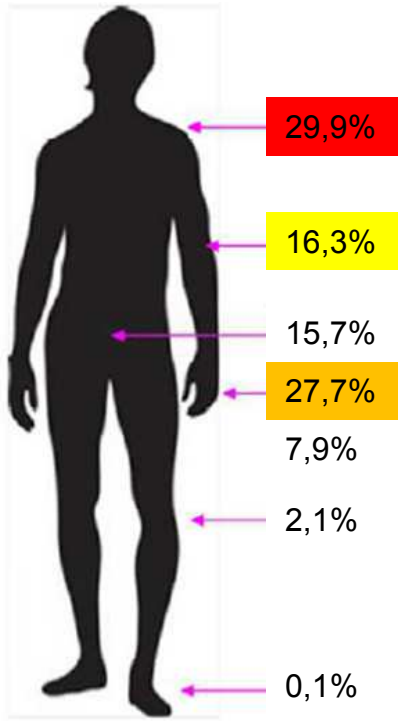
Les plaintes telles que douleurs, lourdeur, raideurs, sont chroniques et persistent durant les autres activités et au repos

Modèle de la dynamique d'apparition

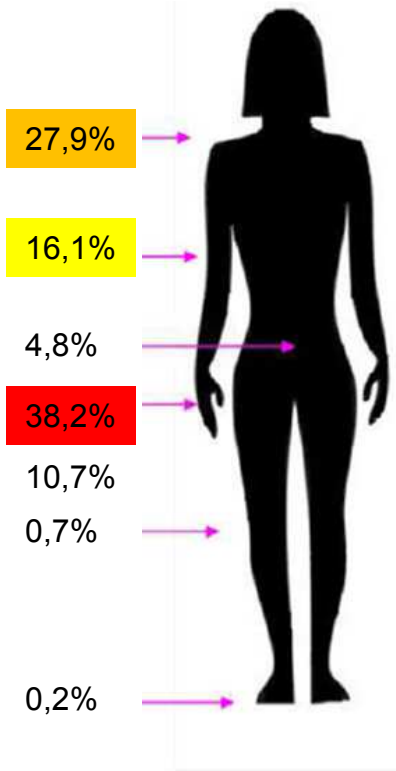


Source INRS

Répartition des TMS pour les actifs agricoles selon la localisation et le sexe (Nombre cumulé de 2011 à 2015)



Localisation sans précision:1,1%



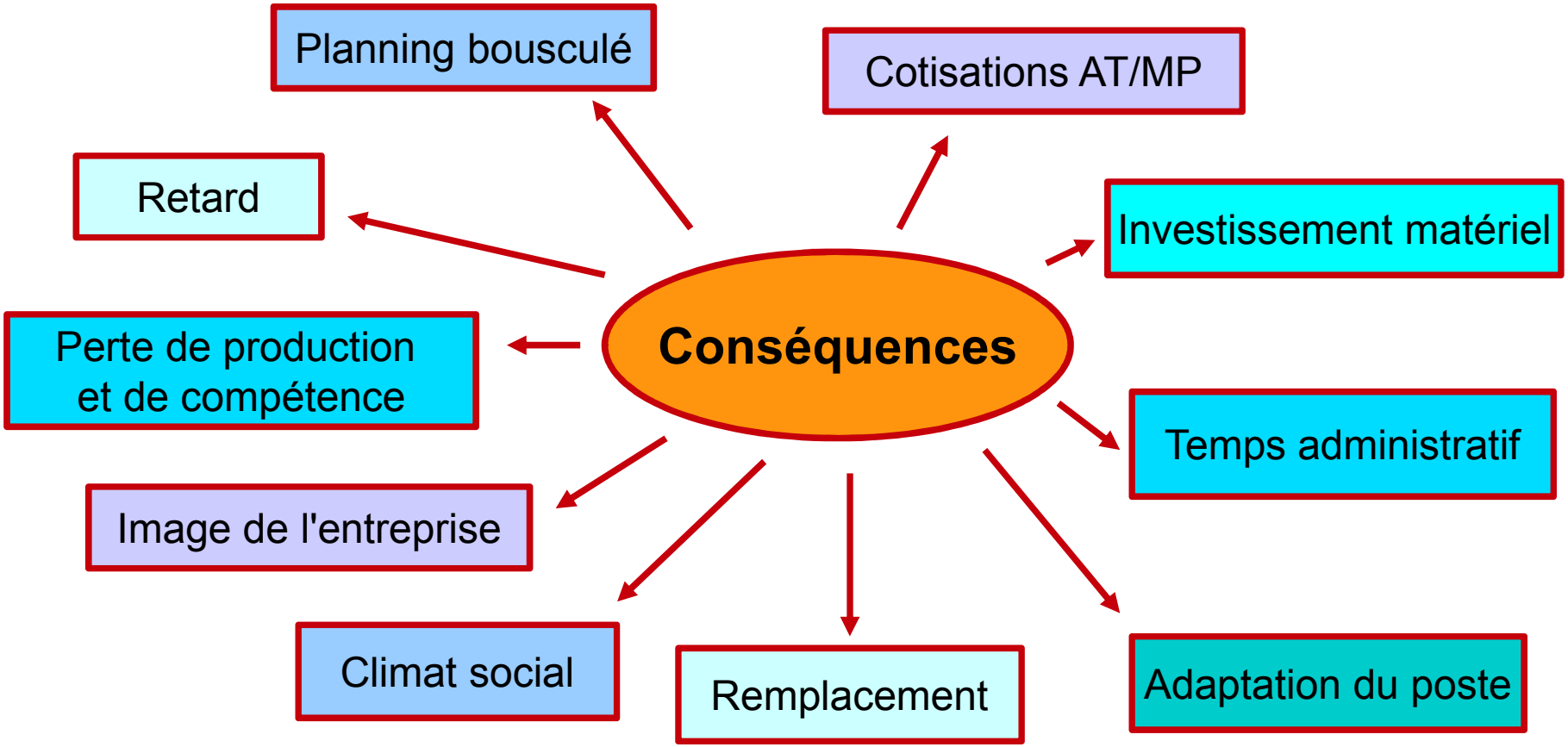
Localisation sans précision:1,4%

Source : MSA

. Nombre cumulé de TMS avec et sans arrêt 2011-2015 pour les 12 principaux secteurs

Indice de fréquence des TMS avec et sans arrêt 2011-2015 pour les 12 principaux secteurs

Conséquences


Planning bousculé
Cotisations AT/MP
Retard
Investissement matériel
Perte de production
et de compétence
Conséquences
Temps administratif
Image de l'entreprise
Climat social
Remplacement
Adaptation du poste

Les TMS : Un enjeu économique pour l'entreprise

	Coût total en €	Coût moyen en €
AT + MP + A trajet	389 700 000	6 600
MP	103 430 000	29 500
TMS	89 620 000 **= 86,6% des MP**	26 700

AT : Accident du travail
MP: Maladie professionnelle
A trajet : Accident de trajet
TMS: Troubles musculo-squelettiques

Pistes de réflexion

Pistes de réflexion

- Formation/ information des salariés
- Aménagement des postes de travail
- Fidélisation des salariés en particulier des saisonniers
- Organisation du travail
- Renforcement musculaire et séances d'échauffement
- …

Intervention de Romain GUILLOT

Intervention de Romain GUILLOT :
L'intérêt d'un échauffement et des étirements

- Puis-je comparer la performance d'un sportif professionnel à celle de mon ouvrier pour la performance de mon entreprise ?

- Savoir perdre du temps pour en gagner...

- Comment puis-je le mettre en place dans mon entreprise ?

- D'autres perspectives : hygiène de vie, étirements...