

TMS

# Sortir de la posture

L'acronyme TMS (Troubles musculosquelettiques) décrit bien sa problématique santé, mais pas son lien avec le travail. A ce titre, les TMS sont définis comme « des pathologies multi factorielles à composante professionnelle ».

Christian Meignan

**L**es TMS sont en croissance constante depuis la création du tableau 57 des maladies professionnelles en 1972. Des esprits chagrins prétendent que ce serait ce cadre réglementaire qui serait à l'origine de l'épidémie. Pourtant la révision à la baisse, en 2011-2012, des conditions d'exposition aux risques décrits dans ce tableau, n'a eu aucun effet sur l'épidémie, démontrant que ce n'était pas le thermomètre qui était à l'origine de la fièvre. Les médecins du travail affirment a contrario que ces pathologies sont au contraire sous-déclarées par les salariés, par crainte de perdre leur emploi.

*“L'étude des TMS s'est trop longtemps focalisée sur les seuls facteurs de risques biomécaniques”*

Le tableau 57 (Affections péri articulaires provoquées par certains gestes et postures de travail) représente 85 % des maladies professionnelles et si on y ajoute les tableaux 69, 79, 97 et 98, on arrive à une proportion de 90 %. Le



Organisation du travail et management font partie des facteurs à considérer.

coût médico-social est d'environ 1 milliard d'euros par an. Le risque physique reste donc le premier fléau de santé au travail.

En dehors de l'obligation générale faite à l'employeur de préserver la santé de ses salariés (article L. 4121-1 du Code du travail) trois articles du Code du travail encadrent certaines

## Zoom sur le programme PAMAL RTE

Filiale autonome d'EDF chargée du transport de l'électricité, RTE dispose d'un département « Prévention et Santé au Travail » qui a établi que les actions de sécurité prescrites ne prennent pas en compte la complexité de l'activité réelle de travail. Certaines équipes de RTE avaient fait appel à des kinésithérapeutes pour agir sur les facteurs de risques individuels, mais ces actions disparates ne constituaient pas un modèle reproductible. Un partenariat avec le réseau Kiné France Prévention a permis de construire un modèle d'intervention, le PAMAL (Prévention des accidents et maladies de l'appareil locomoteur) qui comporte des observations en situation de travail et des bilans individuels, puis des temps collectifs d'amélioration des pratiques professionnelles et des situations à risque. Des séances hebdomadaires encadrées par les kinés permettent aux agents de maintenir leurs conditions physiques et de revenir sur les situations de travail à risque. Ces actions inscrites dans la durée font l'objet d'évaluation portant sur l'évolution de l'état de santé locomoteur, la qualité de vie au travail et les indicateurs ATMP.

Si les premiers résultats sont encourageants, il faudra plusieurs années pour démontrer l'efficacité de ce programme qui devra également s'articuler avec les interventions de l'ergonome et des médecins du travail de l'entreprise.



### CHRISTIAN MEIGNAN

Kinésithérapeute depuis 1983, Christian Meignan est formateur consultant en santé au travail depuis 1990. Vice-président de Kiné France prévention depuis 2002, il est aussi coordinateur du groupe PAMAL RTE depuis 2014.

activités pourvoyeuses des TMS :

- Les activités de manutention manuelles : articles R. 4541-1 à R. 4541-10.
- Les activités exposant aux vibrations : articles R. 4441-1 à R. 4447-1
- Le travail sur écran de visualisation : articles R. 4542-1 à R. 4542-19.

## ÉTAT DES LIEUX

Le TMS le plus fréquent est le syndrome du canal carpien, peu invalidant, assez facile à traiter et relativement peu coûteux, puis viennent les épicondylites du coude et les pathologies de l'épaule dont les complications peuvent être invalidantes et très coûteuses.

L'étude des TMS s'est trop longtemps focalisée sur les seuls facteurs de risques biomécaniques (répétitivité des gestes, efforts musculaires et angulation articulaires excessives). Cette vision trop étroite influence encore de nombreuses actions préventives qui cherchent en priorité à agir sur les postes, la polyvalence, les gestes et postures... en faisant l'impasse sur d'autres facteurs pourtant essentiels : l'organisation du travail, le

***Les TMS seraient la transposition, dans le corps des salariés, des tensions liées à des organisations trop rigides du travail***

management, le dialogue social, le manque d'autonomie, qui sont peu ou prou les mêmes que les facteurs de risques psycho-sociaux.

L'hypothèse biomécanique n'explique pas la présence de l'épidémie dans le secteur bureautique où ces contraintes sont peu présentes. Elle ne permet pas non plus d'expliquer les mystérieuses migrations des pathologies du poignet au coude puis à l'épaule et parfois au membre opposé. A chaque fois que l'on traite un symptôme local, la douleur réapparaît ailleurs, comme le signal lancinant que les causes profondes ne sont pas prises en compte.

© Stéphane Herbert

Yves Clot a décrit le concept « d'empêchement de bien faire son travail » qui aide à comprendre comment un salarié peut transformer en TMS les tensions générés par les injonctions contradictoires entre des objectifs de production ou de services élevés, et l'absence d'autonomie individuelle et de solidarité collective qui permettraient de les atteindre. Nous avons tous ressenti un malaise en écoutant une télé opératrice tenter de nous vendre un service en suivant laborieusement un script standardisé qui ne peut prendre en compte les innombrables rebondissements d'une conversation téléphonique entre un client et un fournisseur de services. Ainsi, les TMS seraient la transposition dans le corps des salariés des tensions liées à des organisations trop rigides du travail.

Les risques individuels (hygiène de vie, habileté gestuelle, capacités physiques, maladies intercurrentes, etc.), longtemps déniés par crainte de stigmatiser les salariés, sont aujourd'hui reconnus devant l'évidence que, dans un collectif de travail soumis aux mêmes contraintes, tous les salariés ne développeront pas des TMS.

## LE PRIMAT DE LA DÉMARCHÉ ERGONOMIQUE

Du côté des actions préventives, le premier constat est celui de l'humilité : les nombreuses campagnes nationales initiées par les pouvoirs publics et



## DÉTACHEZ VOTRE POSTER SST MAG

FAITES VIVRE LA PRÉVENTION DANS VOTRE ENTREPRISE EN AFFICHANT CE POSTER DANS VOTRE ENVIRONNEMENT PROCHE



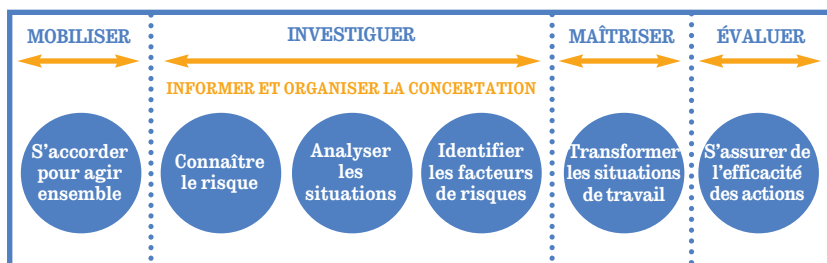
## UNE 3<sup>E</sup> VOIE DANS LA PRÉVENTION

Plus récemment des démarches innovantes (*lire encadré page 24*) associant un double diagnostic sur les risques environnementaux et individuels et des temps collectifs impliquant les salariés et l'encadrement ont été expérimentés sur des collectifs volontaires. Elles constituent probablement une troisième voie dans la prévention pérenne des TMS.

Au final, les TMS déclarés ne constituent qu'une partie des pathologies à composante professionnelle de l'appareil locomoteur et de l'ensemble du risque physique. Cette épidémie résiste depuis 30 ans aux campagnes initiées par les pouvoirs publics. La focalisation sur les seuls facteurs de risques biomécaniques a conduit à des impasses dans la prévention de ces pathologies qui sont souvent l'expression d'une organisation du travail trop rigide. Les actions de prévention doivent être centrées autour de l'activité réelle du travail et impliquer les salariés et l'encadrement dans la recherche d'amélioration des situations à risque et des pratiques professionnelles. Ce sont alors les mêmes ressorts qui amélioreront la santé le travail et la performance de l'entreprise. ■

relayées par les entreprises (la dernière en date s'intitule « TMS pro ») n'ont pu enrayer l'épidémie. Les institutions faisant autorité (INRS, ANACT...) s'accordent sur le primat de la démarche ergonomique, articulées en plusieurs phases (*voir schéma*). Cette démarche est exigeante et nécessite la mobilisation de la direction, de l'encadrement, des salariés et des acteurs de prévention.

Cette exigence de mobilisation, le coût des interventions, et le délai entre l'effort fourni et les premiers résultats constatés découragent parfois les entreprises qui peuvent alors être tentées par des solutions simples mais peu efficaces : former les salariés aux « bons gestes » et aux « bonnes postures » ou leur faire pratiquer quelques minutes « d'échauffement » en début de poste...



Source INRS