



CONSEIL

# Analyser et prévenir les risques de troubles musculosquelettiques et dorso-lombaires

Analyse des risques

Troubles musculosquelettiques

Ergonomie

CODE PRODUIT

D0104

## Thématique

Analyse des risques et prévention des lésions du dos et du système musculosquelettique dus à la manutention de charges ou de patients ou à des mouvements répétitifs et inadaptés. Code du Bien- Être au Travail – Livre VIII – Contraintes ergonomiques

## Objectifs

- Évaluer le degré d'exposition des travailleurs aux risques ;
- Identifier les facteurs à l'origine des risques de troubles musculosquelettiques (TMS) sur le lieu de travail ;
- Prioriser les mesures à mettre en œuvre pour remédier aux problèmes identifiés sur le poste de travail.

## Programme

- Prise de contact avec le conseiller en prévention interne et collaboration avec le conseiller en prévention-médecin du travail de l'entreprise afin de « comprendre » le travail et de faire un bilan quant aux plaintes existantes.
- Observation du poste de travail :
  - Pendant une période représentative.
  - Avec une attention particulière à la gestuelle réalisée, aux postures adaptées de travail, aux efforts prodigués, aux charges à manipuler, aux patients à déplacer (secteur des soins)...
  - En listant le matériel d'aide à la manutention utilisé, mode d'utilisation du matériel, l'état du matériel, la disposition du poste de travail...
- Discussion avec les opérateurs afin d'analyser les plaintes liées au poste, aux outils et/ou à l'environnement du travail et de rechercher ensemble des solutions réalistes.
- Utilisation de la méthode QEC (Quick Exposure Check) (ou une autre méthode si celle ci semble plus adaptée.)
- Rédaction d'un rapport de synthèse avec des propositions d'aménagements ergonomiques.

## Méthode

- Méthode QEC (Quick Exposure Check)
- La méthode QEC permet d'évaluer si, en accomplissant ses tâches, un travailleur est exposé à des risques de troubles musculosquelettiques (TMS) aux parties du corps les plus souvent affectées : les mains, les poignets, les coudes, les épaules, la nuque et le dos.
- En fonction de la spécificité de la situation de travail à analyser, d'autres méthodes peuvent être utilisées

## Public

Employeur, membres de la ligne hiérarchique, travailleurs, service interne de prévention.