



**l'Assurance  
Maladie**

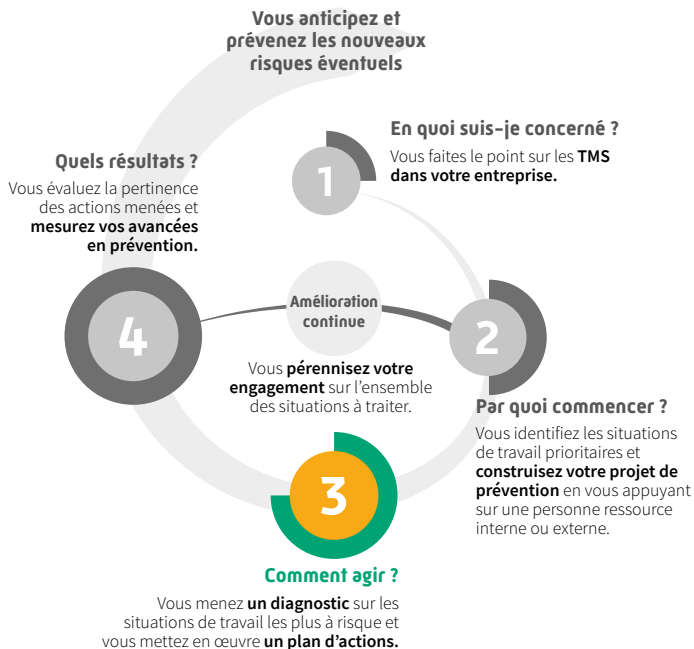
**RISQUES PROFESSIONNELS**

Agir ensemble, protéger chacun



# TUTORIEL - Étape 3

Comment agir ?



## OBJECTIFS DE L'ÉTAPE 3

À partir d'une des situations de travail identifiées comme étant prioritaires en termes de risque de TMS lors de votre dépistage (étape 2), il va s'agir de :

- Réaliser une étude ergonomique. Ce diagnostic (analyse approfondie) doit permettre d'identifier les contraintes de la situation de travail, d'identifier les facteurs de risque TMS présents et leurs déterminants (causes),
- Construire un plan d'actions visant à éliminer ces contraintes.

**Plusieurs outils méthodologiques vous sont proposés :**

- « Diagnostic approfondi de la situation de travail – tous secteurs » issu de l'ED 6161 de l'INRS (outil Méthode d'Analyse de la Charge Physique de Travail MACPT)
- « Diagnostic approfondi de la situation de travail – secteur sanitaire et social » issu de l'ED 6291 de l'INRS
- « RITMS 3 (Repères pour l'Intervention en prévention des TMS) – tous secteurs »
- « RITMS 3 (Repères pour l'Intervention en prévention des TMS) – secteur sanitaire et social »

# RÉALISEZ UN DIAGNOSTIC DU POSTE OU DE LA SITUATION DE TRAVAIL CHOISIE

## QUESTIONS

### Q21 | Votre établissement a réalisé le diagnostic :

- Oui, seul
- Oui avec une aide extérieure (consultant, Service de Santé au Travail...)
- Non

#### Attention :

Le document à enregistrer ici est **le résultat du diagnostic de la situation analysée.**

Il doit comporter les rubriques suivantes :

- Intitulé du poste ou situation de travail ou métier
- Descriptif des actions, des phases de travail,
- Identification des facteurs de risques



Le résultat de votre diagnostic doit être joint pour continuer votre parcours.

### Q22 | Votre diagnostic vous a permis d'identifier les facteurs suivants :

- Biomécaniques et/ou physiques
- Psychosociaux et/ou organisationnels

**Exemples de facteurs biomécaniques et/ou physiques :** la force, la répétitivité, les amplitudes articulaires, le maintien statique, le froid, les vibrations...

**Exemples de facteurs psychosociaux et/ou organisationnels :** la pression temporelle, la monotonie, l'absence d'autonomie, la marge décisionnelle, la reconnaissance...

## COMMENTAIRES

Le diagnostic est basé sur l'observation du travail réel. Il est réalisé, par la personne ressource interne ou une compétence externe, en associant les salariés concernés. Ces derniers identifieront les facteurs à l'origine du risque de TMS et en rechercheront les causes (ou déterminants). Les outils sont proposés et non imposés. Vous pouvez utiliser votre propre méthode.

#### Info !

L'outil RITMS3 permet de réaliser un diagnostic approfondi sur les situations de travail, d'identifier les déterminants, rédiger et hiérarchiser un plan d'actions.

L'outil MACPT permet de repérer et de coter les risques liés à la charge physique de travail par rapport à des normes et connaissances scientifiques, afin d'orienter vers des pistes de prévention tout en évaluant leur efficacité.

Ces 2 outils sont déclinés pour le secteur sanitaire et social.

**Pour réaliser cette étape, des compétences spécifiques sont indispensables.**

**Pour vous accompagner :**

[Consultez la fiche outil « Passer commande d'une prestation ergonomique »](#)

Les mécanismes d'apparition des TMS sont complexes. Ils résultent de **multiples facteurs de risque.**

Les facteurs biomécaniques sont les plus visibles mais ne sont pas les seuls à concourir au risque de TMS.

La qualité du diagnostic repose donc sur l'identification de l'ensemble des facteurs de risque (biomécaniques, physiques, organisationnels, psychosociaux) présents dans **l'activité réelle de travail.**

Il sera également nécessaire de comprendre **l'origine de ces facteurs** (quelles sont les causes techniques et organisationnelles ?).

Aller rechercher de manière exhaustive ces déterminants facilitera la création du plan d'action.



## COMMENT RÉALISER LE DIAGNOSTIC D'UNE SITUATION À RISQUE DE TMS ?

Les principes de réalisation d'un diagnostic sont les suivants :

- **Démarche participative et pluridisciplinaire** : analyse réalisée par une personne ressource interne ou externe, avec l'appui d'un **groupe de travail** pluridisciplinaire, comportant des salariés concernés par la situation.
- **Analyse basée sur l'observation de l'activité réelle nécessitant des entretiens** avec les salariés concernés. Il s'agit d'observer et de *comprendre comment le travail est concrètement réalisé par les salariés* : quelles difficultés rencontrent-ils ? « pourquoi font-ils comme ça » ?

Le diagnostic permet d'établir un lien entre les effets constatés (douleurs, maladies professionnelles, accidents du travail...), les facteurs de risque et les origines techniques et organisationnelles encore appelées « déterminants ».

## CINQ ÉTAPES ESSENTIELLES

- 1 | Décrire la situation de travail puis observer l'activité réelle** (identifier le plus précisément possible la succession de tâches réalisées).
- 2 |** Pour chaque tâche, identifier et évaluer les **facteurs biomécaniques** (postures, efforts, répétitivité...).
- 3 |** Grâce aux **observations de terrain et entretiens avec les salariés concernés**, identifier les **facteurs psychosociaux et organisationnels** (dysfonctionnements, aléas, marges de manœuvre, autonomie...).
- 4 |** Pour chaque facteur de risque identifié, **rechercher les causes** dénommées également « **déterminants** ».
- 5 |** Toujours **faire valider** le diagnostic réalisé par les **salariés concernés**.

# EXEMPLE DE FORMALISATION D'UN DIAGNOSTIC

Diagnostic d'une situation à risque TMS - Résultats		Situation : ...			Date de validation du diagnostic : ...		
Actions réalisées par le(s) opérateur(s) = Observation de l'activité réelle	Facteurs biomécaniques				Facteurs organisationnels et psychosociaux = observés + issus des entretiens avec les opérateurs	Causes, origines	Ordre de priorité
	Postures à risque	Effort (faible, moyen, élevé)	Fréquence (faible, moyenne, élevée)	Autres (vibrations, froid...)		Pourquoi ces facteurs de risques sont présents? Pourquoi les salariés réalisent cette action de cette manière?	
<i>Noter ici les principales actions, étapes de l'activité présentant des facteurs de risques</i>	Voir schémas p.18 à 20 de la brochure RITMS3 tous secteurs	Effort ressenti, évalué par le salarié (faible, moyen, élevé)	Nombre de sollicitation de l'articulation par minute ou par heure (voir p.28 de la brochure RITMS3 tous secteurs)		Exemples : dysfonctionnements, pannes, usure du matériel, faibles marges de manoeuvre, manque d'autonomie, pression temporelle, problème qualité...	Conception de la machine, du produit, des locaux, aménagement du poste, poids de l'outil, hauteur de travail, travail en flux tendu, objectifs, prime, organisation de la polyvalence... = origine des facteurs de risque	À valider avec les salariés concernés
⋮							
⋮							
⋮							

**ACTIVITÉ RÉELLE**  
[succession de tâches]

**FACTEURS DE RISQUE**  
[biomécaniques, organisationnels et psychosociaux]

**CAUSES**



## PROPOSEZ ET FORMALISEZ UN PLAN D' ACTIONS

### QUESTIONS

#### Q23 | Votre établissement a élaboré son plan d' actions :

- Oui, seul
- Oui avec une aide extérieure (consultant, Service de Santé au Travail...)
- Non

Une fois le plan d' actions validé, vous devez l' enregistrer puis le déposer en pièce jointe.

### COMMENTAIRES

Dans un premier temps, en réponse à chaque déterminant identifié dans le diagnostic, des améliorations techniques, organisationnelles ou humaines seront recherchées en groupe de travail. Ce dernier sera composé de salariés occupant le poste concerné et d' acteurs compétents de l' établissement (qualité, production, maintenance, RH...).

Dans un second temps, le comité de pilotage ou la direction analyse les idées. Il retient les actions réalisables à plus ou moins long terme et justifie ses décisions pour celles écartées.

Le plan d' actions qui en résulte comportera :

- les actions de prévention retenues,
- le délai de réalisation,
- le responsable de l' action.

Une fois établi, le plan d' actions sera présenté aux membres du groupe de travail, au CSE (ou CSSCT) ou aux partenaires sociaux. Sa mise à jour sera réalisée périodiquement.

#### Conseil

Pensez à prendre des photos et/ou vidéos avant la mise en œuvre du plan d' actions et la modification de la situation de travail. Cela vous permettra de communiquer auprès du personnel sur les évolutions réalisées et d' en garder une trace.



Pour les EHPAD, il existe un outil complémentaire nommé « **Plan d' action TMS – secteur sanitaire et social** » sur [ameli.fr/entreprise](http://ameli.fr/entreprise).

Contrairement à ce que suggère son intitulé, il permet uniquement de réaliser un inventaire des aides techniques à disposition ou à prévoir pour mobiliser les résidents.

Il vise à déterminer si les dispositifs présents dans l' établissement permettent de supprimer ou de réduire les efforts et postures contraignantes des soignants lors des manipulations des résidents.

Les résultats obtenus en renseignant cet outil de gestion peuvent compléter le plan d' actions établi précédemment et alimenter le plan de soins personnalisé.



**Q24 | Les actions identifiées visent :**

- L'organisation du travail
- Les ressources humaines
- Les actions techniques et de conception

**L'organisation du travail**  
regroupe les modes opératoires, la polyvalence, l'ordonnancement, le temps de cycle, le plan de soins en EHPAD...

**Les ressources humaines**  
regroupent la formation des salariés et des intérimaires, le management, les moyens humains, le collectif de travail...

**Les actions techniques et de conception** concernent les équipements de travail (aides mécaniques à la manutention, aides techniques à la mobilisation des personnes dépendantes...), le processus, l'amélioration des ambiances physiques de travail (bruit, éclairage, poussières...), l'aménagement du poste de travail...

La dynamique de la démarche de prévention des TMS dépend des mesures inscrites au plan d'actions.

Pour une prévention efficace et durable, les actions doivent s'inscrire sur l'ensemble des domaines identifiés dans le diagnostic : l'organisation du travail, les moyens techniques et les compétences des salariés.

**Agir dès la conception**, et à chaque fois qu'une opportunité se présente est essentiel.

Aussi, le diagnostic et plan d'actions doivent être conservés et servir de référence pour la définition de vos futures situations de travail.

Ils permettront d'affiner le contenu de votre cahier des charges en intégrant directement les améliorations envisagées sans reproduire les erreurs du passé.

## EXEMPLE DE PLAN D' ACTIONS

Plan d'actions		Situation : ...			Date de validation du plan d'actions : ...		
Problème identifié (facteurs de risque biomécaniques, psychosociaux, environnementaux)	Origines, causes, déterminants	Solutions	Objectifs	Responsable	Délai	Validation	Évaluation
Reprendre ici les facteurs de risque identifiés	Reprendre ici les causes identifiées (origines de chaque facteur de risque)	Solution technique, organisationnelle, RH... Critère pour un prochain cahier des charges (conception)	Exemples : diminution de la fréquence de la sollicitation des épaules, réduction des manutentions, suppression des pannes machines...		A court, moyen, long terme	Suivi de la mise en oeuvre des actions d'améliorations	Objectif atteint ?
⋮	⋮	⋮	⋮			⋮	
<b>FACTEURS DE RISQUES</b>	<b>CAUSES (déterminants)</b>	<b>AMÉLIORATIONS (techniques, organisationnelles, ressources humaines, conception)</b>		<b>SUIVI ET ÉVALUATION</b>			

[ameli.fr/entreprise](https://ameli.fr/entreprise)

Conception graphique : Careat Centre-Val de Loire © Crédits photos : Gettyimage - 11/2024