



Prévenir les troubles musculo-squelettiques d'origine professionnelle

Notre priorité commune

“Tournez le dos aux troubles musculo-squelettiques!” est le slogan choisi pour la Semaine européenne de la santé et de la sécurité au travail organisée par les 15 États membres de l'Union européenne au mois d'Octobre 2000. Les troubles musculo-squelettiques (TMS) constituent l'un des problèmes de santé d'origine professionnelle les plus communs affectant des millions de travailleurs en Europe. Leur coût se chiffre en milliards d'Euros pour les entreprises (voir la fiche d'information de l'Agence “Les troubles musculo-squelettiques d'origine professionnelle en Europe” (2)). Cependant, ce problème pourrait être prévenu ou réduit si les règlements existants en matière de santé et de sécurité et les bonnes pratiques de prévention étaient mieux connus et respectés.

La prévention des troubles musculo-squelettiques: l'approche européenne

Les troubles musculo-squelettiques recouvrent un large éventail de problèmes de santé. Les deux principaux sont les douleurs/lésions dorsales et les lésions dues à des efforts répétés. Les membres inférieurs, tout comme les membres supérieurs, peuvent être affectés. Il existe des preuves manifestes que les TMS peuvent être directement liés au travail. Parmi les causes principales de TMS, on distingue: la manutention manuelle, le port de charges, les positions inconfortables, les mouvements répétitifs sous contrainte, les travaux manuels qui requièrent une certaine force physique, la pression mécanique directe sur les tissus organiques, les vibrations et les environnements thermiques de travail. Les causes de TMS relatives à l'organisation du travail incluent le rythme de travail, les travaux répétitifs, les contraintes de temps, les modes de rémunération, le travail monotone ainsi que les facteurs psychosociaux. Certaines types

de troubles sont associés à des tâches ou des professions spécifiques. Les femmes sont plus affectées que les hommes principalement en raison de la nature des travaux effectués (4).

Afin de prévenir les troubles musculo-squelettiques efficacement, il est indispensable d'en identifier les facteurs de risques d'origine professionnelle et de prendre des mesures concrètes pour prévenir ou réduire ces risques. Une attention particulière doit être accordée à l'évaluation des risques, la surveillance de la santé, la prévention de la fatigue, la formation, l'information et la sensibilisation des travailleurs, aux aspects ergonomiques des systèmes d'organisation du travail (une approche ergonomique implique l'analyse du poste de travail dans son ensemble, c'est-à-dire des équipements, des méthodes de travail et de l'organisation du travail, etc. afin d'en identifier les lacunes et les remèdes). Les directives européennes, la réglementation et les lignes directrices des États membres ont déjà prise en compte ces composantes de la prévention des troubles musculo-squelettiques (5). Les principales directives de l'UE relatives à la prévention des troubles musculo-squelettiques sont présentées dans le Cadre 1.

Trouver des solutions

Pour apporter une solution efficace à un risque de troubles musculo-squelettiques, il est essentiel d'observer avec attention la situation concrète du lieu de travail, en gardant à l'esprit que les conditions de travail sont liées à la spécificité de chaque profession et à la diversité des lieux de travail. Tous les facteurs de risques potentiels doivent être examinés, en particulier ceux qui peuvent être générés par une combinaison de facteurs. Les solutions proposées doivent répondre aux problèmes spécifiques du lieu de travail et doivent faire l'objet de discussions avec le personnel concerné et ses représentants. Il n'existe aucune approche standard/“passe-partout” et lorsque des difficultés inhabituelles ou sérieuses apparaissent, il peut s'avérer nécessaire de faire appel à l'avis d'un expert. Cependant, de nombreuses solutions sont simples et peu coûteuses. Les exemples ci-dessous montrent comment, dans la pratique, certaines améliorations peuvent être apportées pour réduire les facteurs de risques de TMS.

Les éléments clé de l'approche européenne de la prévention sont présentés dans le Cadre 2.

Cadre 1: Principales directives européennes relatives à la prévention des troubles musculo-squelettiques

- Directive 89/391: cadre général d'identification et de prévention des risques
- Directive 90/269: identification et prévention des risques liés à la manutention manuelle
- Directive 90/270: identification et prévention des risques d'origine professionnelle sur les équipements à écran de visualisation, y compris les prescriptions minimales de sécurité et de santé relatives à ces équipements : environnement de travail et interface informatique (ordinateurs)
- Directive 89/654: prescriptions minimales de sécurité et de santé pour les lieux de travail, y compris les sièges, l'éclairage, la température et l'agencement des postes de travail
- Directive 89/655: adéquation des équipements de travail
- Directive 89/656: adéquation des équipements de protection individuelle
- Directive 98/37: législation des États membres relative aux machines (en remplacement de la directive 89/392)
- Directive 93/104: aménagement du temps de travail
- Les normes communes de conception des équipements de travail sont fixées au niveau européen et sont connues comme normes EN (du CEN). Les normes EN “Sécurité des machines - Performance physique humaine” sont pertinentes en matière de prévention des TMS.
- De plus amples informations sur les directives européennes (y compris le texte intégral), les normes EN et la législation en vigueur dans les États membres, peuvent être obtenues à partir des liens disponibles sur le site Web de l'Agence.

Cadre 2: l'approche européenne de la prévention

- Éviter les risques de TMS
- Évaluer les risques qui ne peuvent pas être évités
- Combattre les risques de TMS à la source
- Adapter le travail à l'individu, en particulier la conception des postes de travail, le choix des équipements de travail et des méthodes de travail et de production, pour tenter, en particulier, d'alléger le travail monotone ou à un rythme prédéterminé et d'en réduire les conséquences néfastes sur la santé
- Tenir compte de l'état d'évolution de la technique
- Remplacer le “dangereux” par le “non dangereux” ou le “moins dangereux”
- Développer une politique préventive globale et cohérente couvrant les aspects technologiques, l'organisation du travail, les conditions de travail, les relations sociales et l'influence des facteurs liés à l'environnement de travail
- Donner la priorité à des mesures de protection collective plutôt qu'à des mesures de protection individuelle
- Donner des instructions appropriées aux travailleurs

Basée sur la directive 89/391, article 6.2, paragraphe 5

Exemples: Trouver des solutions pour prévenir les risques liés aux travaux manuels

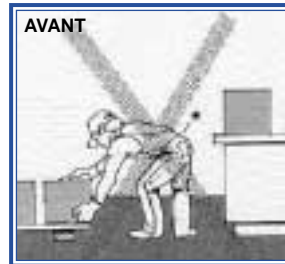
Les risques liés aux travaux manuels incluent la fatigue, les positions inconfortables et les contorsions, les zones de travail exigües ou en désordre, les objets encombrants ou lourds. Les plaintes du personnel ou les jours de congé maladie pour des douleurs de dos sont le signe d'un problème. L'automatisation ou la réorganisation du travail peut être une solution pour éviter aux travailleurs d'avoir à soulever de lourdes charges. Pour identifier tous les risques, il convient de prendre en compte les tâches, l'environnement et les

capacités de travail des salariés, y compris les travaux impliquant la nécessité de manipuler, de porter, de pousser, de soulever, ou de tirer des objets lourds. La formation et l'information sont des composantes essentielles du programme de prévention. La directive européenne sur les charges manuelles (voir cadre 1), les législations nationales et les bonnes pratiques de prévention constituent une source de renseignements détaillée sur les facteurs de risques à considérer.



Source: INRS (6)

La modification de la hauteur de la poignée du chariot permet d'améliorer la position et de réduire les efforts nécessaires pour le pousser.



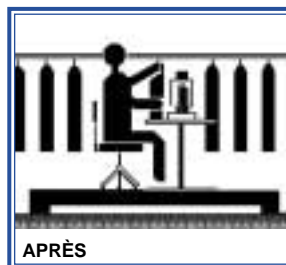
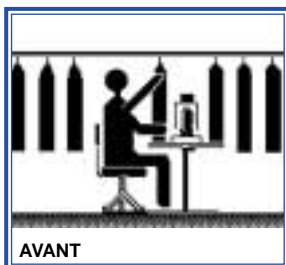
Source: BIT (7)

Pour ce travail, la modification de la hauteur permet de supprimer la position voûtée attachée à ce travail de déchargement.

Exemples: Trouver des solutions pour prévenir les autres risques de troubles musculo-squelettiques

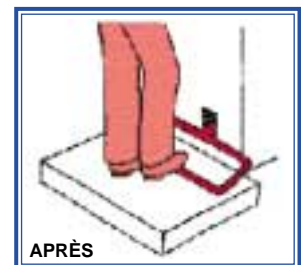
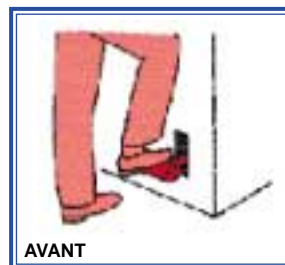
Les facteurs de risques liés à d'autres problèmes d'ordre musculo-squelettique tels que les troubles des membres supérieurs et inférieurs comprennent: les mouvements répétitifs, les mouvements inconfortables, les mouvements qui requièrent une certaine force physique ou des mouvements de contorsion tels que la pression, le martèlement ou les coups répétés, les positions inconfortables, des temps de repos insuffisants. L'exposition à des vibrations, des pressions et des situations de stress au travail peuvent également

avoir un impact important. Une position assise inconfortable ou inappropriée constitue un autre facteur de développement de douleurs dorsales ou autres d'origine professionnelle. Les doléances du personnel à ce sujet ou les congés pris en raison de douleurs et de troubles, les difficultés éprouvées pour effectuer certains mouvements ou l'enflure de certains membres (etc.), témoignent de l'existence d'un problème de TMS.



Source: NSC (8)

Dans cette manufacture de vêtements, l'élévation du plan de travail supprime une position de travail inconfortable pour les opérateurs sur machines à coudre.



Source: FIOH (9)

Redessiner la pédale à pied permet de réduire la force employée par l'opérateur de la machine.

Où obtenir plus d'informations?

Le site Web de l'Agence fournit de plus amples informations sur la Semaine européenne et la prévention des troubles musculo-squelettiques: <http://osha.eu.int>. A partir du site, le texte intégral des publications de l'Agence peut être téléchargé gratuitement. <http://osha.eu.int/ew2000/> est le lien direct vers des informations sur la Semaine européenne. Le site http://europe.osha.eu.int/good_practice/ offre des exemples de solutions pour prévenir les risques de TMS.

Informations complémentaires/Références

1. "Tournez le dos aux troubles musculo-squelettiques!" - Brochure d'information de l'Agence - Semaine européenne 2000
2. Fiche d'information de l'Agence - "Troubles musculo-squelettiques d'origine professionnelle en Europe"
3. Fiche d'information de l'Agence - "Troubles musculo-squelettiques du cou et des membres supérieurs d'origine professionnelle: résumé du rapport de l'Agence"

4. "Troubles musculo-squelettiques du cou et des membres supérieurs liés au travail" - Rapport de l'Agence, 2000 ; disponible à l'adresse suivante: <http://agency.osha.eu.int/publications/reports/>
5. Liens du site Web de l'Agence vers les sites présentant la législation de l'UE et des sites des États membres sur lesquels des informations sur les législations nationales et des guides pratiques peuvent être consultées: <http://europe.osha.eu.int/legislation/>.
6. Source: INRS, France, "Travail et Sécurité", Décembre 1999, photo de Bernard Floret
7. Source: Bureau International du Travail, "Ergonomic Checkpoints"
8. Source: National Safety Council, Illinois, USA, "Making the job easier: An ergonomics idea book"
9. Source: Institut finlandais de la santé au travail (FIOH), "Analyse de l'ergonomie sur les lieux de travail", 1999