

Les troubles musculosquelettiques



Tous Concernés DIRIGEANT • ENCADRANT • OPÉRATEUR

Les troubles musculosquelettiques (TMS)

des membres supérieurs et inférieurs sont des troubles de l'appareil locomoteur pour lesquels l'activité professionnelle joue un rôle prépondérant. Les TMS affectent principalement les muscles, les tendons et les nerfs, c'est-à-dire les tissus mous.

Les régions corporelles concernées sont principalement le cou, les épaules et les poignets. Les TMS des membres inférieurs sont plus rares et concernent principalement le genou.

Les TMS sont des maladies qui touchent les articulations, les muscles et les tendons.



1^{re}

La lombalgie représente la première cause d'invalidité avant 45 ans

45%

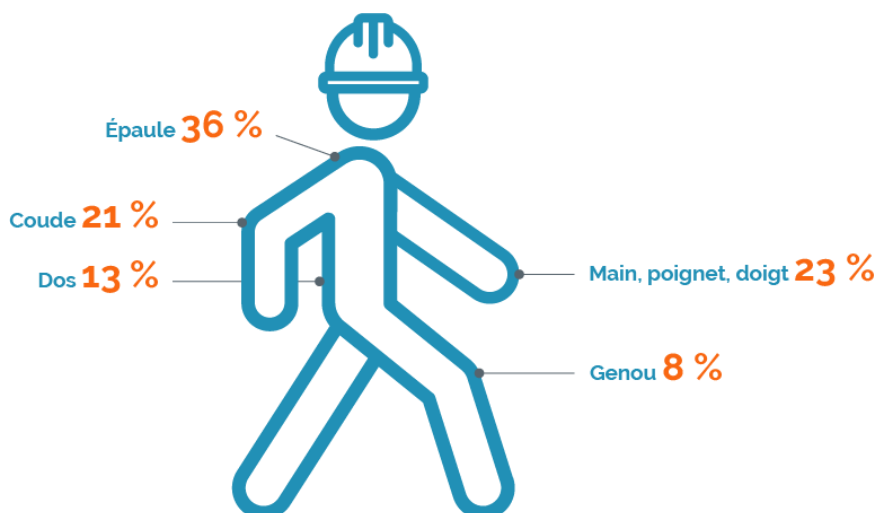
des TMS entraînent des séquelles lourdes (incapacités permanentes)

« Quelle que soit leur localisation, les TMS peuvent devenir irréversibles et entraîner un handicap durable. Afin que ces maladies ne deviennent pas chroniques, elles doivent être diagnostiquées et prises en charge précocement. Les TMS ont des causes multiples, mais l'activité professionnelle joue fréquemment un rôle dans leur survenue, leur maintien ou leur aggravation »

Parmi les TMS les plus fréquents, on peut citer :

- le syndrome de la coiffe des rotateurs à l'épaule ;
- le syndrome du canal carpien au poignet ;
- l'épicondylite latérale au coude.
- les lombalgies (douleurs au niveau du bas du dos) ;
- les cervicalgies (douleurs au niveau du cou).

Moins fréquents, les TMS des membres inférieurs surviennent également. Le plus connu est l'hygroma du genou



Les **TMS** résultent d'un déséquilibre entre les capacités physiques du corps et les sollicitations et contraintes auxquelles il est exposé. Ils peuvent apparaître rapidement. Toutefois, ils s'installent le plus souvent de façon progressive après une longue période de sollicitations intensives des parties du corps atteintes.

Les TMS sont de loin les maladies professionnelles reconnues les plus fréquentes.

9/10 maladies professionnelles sont des TMS dans le BTP

Ils sont le résultat de la combinaison de multiples causes liées au poste de travail et à son environnement, à l'organisation du travail, au climat social dans l'entreprise. L'accroissement des contraintes de productivité, l'intensification du travail dans un contexte de vieillissement de la population active expliquent au moins en partie l'augmentation des TMS dans la population active au cours des deux dernières décennies.

87%

des maladies professionnelles reconnues sont des TMS

20%

des accidents du travail sont liés au mal de dos

Les TMS : première cause d'indemnisation pour maladie professionnelle en France

Depuis 2003, les TMS ont augmenté de 60 %.

En 2021, les TMS ont représenté plus de 88 % des maladies professionnelles ayant entraîné un arrêt de travail ou une réparation financière en raison de séquelles.

Les TMS coûtent cher à l'entreprise

Ils sont également une source de désorganisation majeure, peuvent entraîner une baisse de performance pour l'entreprise (diminution de la productivité, de la qualité...) et avoir un impact majeur en matière d'absentéisme et de turnover. Des solutions de prévention peuvent être mises en place. Elles permettent non seulement de réduire le risque de TMS mais conduisent aussi à améliorer la qualité de vie au travail des salariés ainsi que la qualité des produits.

Quelles conséquences pour les chefs d'entreprises ?

30%

des arrêts de travail sont causés par un TMS

2 mois

d'arrêt en moyenne pour un accident du travail lié au mal de dos

2 Mds €

dont la moitié est liée au mal de dos

22 millions

de journées de travail perdues à causes des TMS et du mal de dos

Quels sont les facteurs favorisant les TMS ?

Les TMS sont liés à une combinaison de facteurs relevant des conditions et de l'organisation du travail.



Les facteurs biomécaniques et environnementaux :

- Pour les facteurs biomécaniques, il s'agit des mouvements de force, des postures contraignantes, tels que :
 - ✓ les gestes effectués les bras au-dessus des épaules, les mouvements de torsion du poignet, du tronc, la flexion et l'extension du coude ;
 - ✓ le port de charges lourdes ;
 - ✓ la répétition fréquente du même geste qui fait appel aux mêmes groupes de muscles et d'articulations ;
 - ✓ le travail statique prolongé ;
 - ✓ les vibrations et chocs mécaniques : par exemple, les conducteurs de camion ou d'autobus subissent des vibrations de tout le corps. Les outils électriques produisent des vibrations localisées au niveau des membres supérieurs...



- L'environnement joue également un rôle :
 - ✓ le froid et le bruit sont des facteurs aggravant les contraintes mécaniques ;
 - ✓ un éclairage déficient : effectuer une tâche sous un éclairage inadapté peut également favoriser l'apparition d'un TMS et entraîner une posture inconfortable. Par exemple, un mauvais éclairage lors du contrôle de la qualité des pièces peut pousser un salarié à fléchir son cou de façon excessive pour mieux voir.

Les contraintes psychosociales :

Ces facteurs reposent sur la façon dont le travail est perçu par les salariés comme :

- l'insatisfaction d'un travail monotone ;
- la tension engendrée par les délais à respecter ;
- le manque de reconnaissance professionnelle ;
- les relations sociales dégradées ;
- l'absence de soutien du supérieur hiérarchique et des collègues ;
- l'insécurité de l'emploi.

Ces facteurs peuvent accentuer les contraintes déjà présentes, devenir source de stress et renforcer le risque de TMS.

Les contraintes liées à l'organisation du travail :

Elles sont liées à l'organisation du travail (rythme de travail, horaires, contenu du travail...), aux conditions d'exercice du geste professionnel (délai de réalisation trop court, temps de récupération insuffisant...).

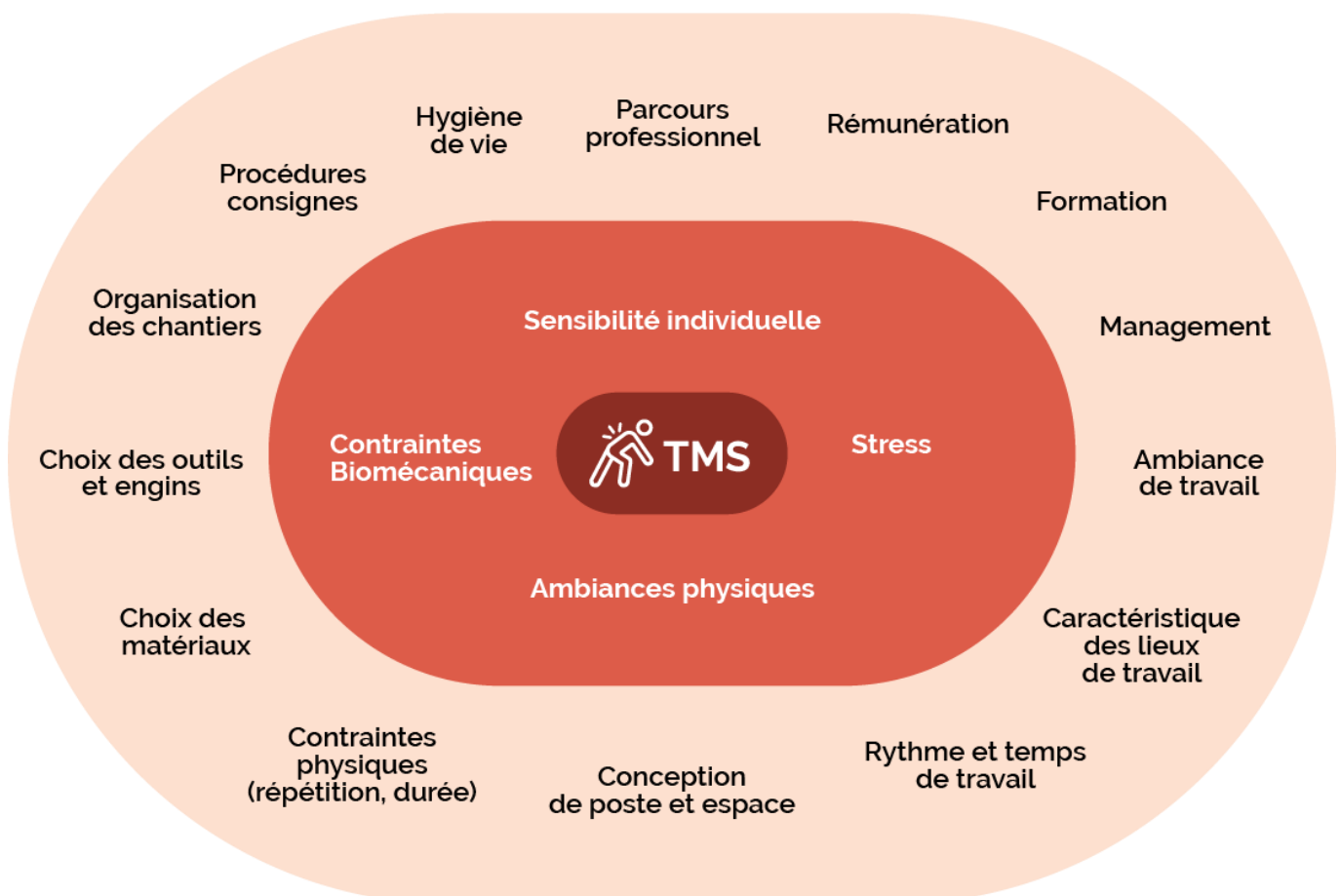
Les facteurs individuels :

Les conséquences d'une exposition à ces contraintes peuvent varier selon les personnes et les périodes de la vie : en fonction de l'âge, de l'état de santé, de l'expérience professionnelle et du contexte de travail (nouveau poste, arrêt maladie, retour de congé...).

L'âge est responsable d'un vieillissement des structures péri-articulaires. La fragilité physique (diabète, hypothyroïdie, rhumatisme inflammatoire, fatigue, surpoids, baisse de l'immunité) ou la fragilité psychologique sont à prendre en compte dans l'apparition des troubles musculosquelettiques.

Les différents facteurs responsables de troubles musculosquelettiques :

dans la population active au cours des deux dernières décennies.



Les TMS : les Travaux Publics restent encore très concernés

Rapporté à l'effectif salarié, c'est 1,6 fois plus dans les entreprises de TP que dans les autres secteurs d'activité !!

	Travaux Publics	Toutes activités
Effectifs salarié	293 249	19 557 331
Nombre de TMS pour 1 000 salariés	3,7	2,3
Moyenne victimes (IP) pour 1 000 salariés	1,6	0,9
Moyenne du nombre de jours d'arrêt pour 1 000 salariés	1 017	626

*Source : données Cnam 2019 (la sinistralité est calculée sur le périmètre des 9 CTN y compris SE bureaux)

Malgré des efforts importants pour les prévenir, les TMS restent le problème de santé lié au travail le plus courant en Europe qui affectent environ 60 % des travailleurs avec le déplacement de personnes ou de charges lourdes ainsi que la station assise prolongée. Une campagne européenne de prévention EU OSHA est en cours pour la période 2020-2022, elle se concentre sur sept domaines prioritaires dont la prévention et l'importance d'une intervention précoce.