



FORMATION à la prévention des TMS (Troubles Musculo-Squelettiques) Programme pour 2 jours

Contenu

1. Historique et évolution des TMS

2. Définitions, éléments d'anatomie

- Définition des TMS.
- Notions de base en anatomie et physiologie pour les TMS du membre supérieur et pour les lombalgies (utilisation de support Power Point et vidéo (images de synthèse)).

3. Facteurs de risque biomécaniques et psychosociaux

- Les facteurs de risque biomécaniques : répétitivité, gestes, postures, effort et les facteurs aggravants.
- Les facteurs de risque psychosociaux : le stress, rôle et définition, le sens du travail, la monotonie...

4. Outils de dépistage et d'évaluation

- Présentation de méthodes et de fiches d'analyse permettant de dépister et d'évaluer le risque TMS.
- Mise en pratique autour d'exemples.

5. Recommandations ergonomiques

- La nécessité d'une approche globale.
- Quelques repères de normes sur le dimensionnement des postes de travail.

Moyens pédagogiques

- Support Power Point.
- Utilisation de photos et de vidéos.
- Etudes de cas autour d'exemples présentés par les participants.
- Livret donné en fin de session.