

RENCONTRE SANTÉ TRAVAIL

Jeudi 23 mars 2023

Matinée - Partie 3

# Réunions primo-adhérent et ateliers prévention

# III. RÉUNIONS PRIMO ADHÉRENT

## › Proposées dans le cadre de la démarche d'adhésion

- Format : 1 session (00h45) en présentiel ou en distanciel
- Périodicité : 1 à 2 dates par mois
- Nombre de participants par session : 8-10 personnes maximum (en présentiel)  
10-15 personnes (en ligne)
- Public ciblé : employeurs
- Lieux d'organisation : locaux STSM (+ distanciel)



Contact et inscriptions sur notre site : [www.sante-travail-saint-malo.org](http://www.sante-travail-saint-malo.org)

# III. RÉUNIONS PRIMO ADHÉRENT



## • Objectifs :

- ✓ **Présenter notre service - le STSM** : missions, fonctionnement, types de suivi individuel, FE, prestations AMT, MEE, les ateliers prévention, site...
- ✓ **Communiquer aux adhérents des informations pratico-pratiques** : cotisations, EST affectée, portail adhérent,...
- ✓ **Rappeler aux employeurs leurs obligations** : **responsabilité en matière de sécurité et de santé des salariés**, évaluation des risques, déclaration des effectifs, des postes de travail, **déclaration des Expositions Professionnels (SIS/SIA/SIR)**, organiser le suivi médical, ...
- ✓ **Prendre en compte les besoins et/ou les problématiques éventuel(le)s des nouveaux adhérents** (→remontée aux EST ou à l'ADM)
- ✓ **Répondre aux interrogations** des nouveaux adhérents
- ✓ **Remettre des documents et lien utile** : RI adhérents, plaquette contreparties adhésion, flyers STSM, lien vers pages « employeurs » et « documentation » sur notre site internet ...

# III. RÉUNIONS PRIMO ADHÉRENT

- Enjeux :

- ✓ **Poser le socle d'un partenariat** propice à la promotion d'une culture de prévention dans l'entreprise
- ✓ **Valoriser et promouvoir les missions de proximité du STSM**
- ✓ **Offrir une prise en charge efficiente et « personnalisée »** en créant un lien avec les entreprises dès la 1<sup>ère</sup> sollicitation (démarches adm/adhésion)
- ✓ **Donner des clés de facilitation et de compréhension aux employeurs** pour leurs relations futures avec le service



## CULTURE DE PRÉVENTION – ACCOMPAGNEMENT DE PROXIMITÉ - COLLABORATION



# Employeurs et STSM : un objectif commun

La sécurité et la santé physique et mentale de vos salariés !

L'employeur prend les mesures nécessaires pour assurer la sécurité et protéger la santé physique et mentale des travailleurs

Art. L. 4121-1 CT



Art. L. 4622-2 CT

Les services de prévention et de santé au travail ont pour mission principale d'éviter toute altération de la santé des travailleurs du fait de leur travail.



## II. ATELIERS PRÉVENTION

### > Ateliers « DUERP »

- Constat :

Manque de méthodologie et de moyens



Ignorance de l'enjeu que représente  
l'évaluation des risques professionnel  
et le DUERP



DUERP réduit à  
une simple formalité administrative

- Objectifs :

- ✓ Relancer ou optimiser la démarche d'EvRP dans les TPE/PME
- ✓ Expliquer et donner du sens à la démarche
- ✓ Motiver, inciter à l'engagement des dirigeants
- ✓ Rendre les entreprises autonomes



## II. ATELIERS PRÉVENTION

### › Ateliers « DUERP »

- **Format** : 1 session d'une ½ journée (3h00) + 1 accompagnement individualisé dans l'entreprise à la demande de l'adhérent
- **Périodicité** : tous les 2 à 3 mois
- **Nombre de participants par session** : 8-10 personnes maximum
- **Public ciblé** : employeurs, directions, encadrants, salariés, IRP...
- **Lieux d'organisation** : locaux STSM + entreprise
- **Contenu** :
  - ✓ La démarche à s'approprier
  - ✓ La méthodologie à acquérir
  - ✓ Les outils à prendre en main
  - ✓ La mise en application via **des cas pratiques**



Contact et inscriptions sur notre site : [www.sante-travail-saint-malo.org](http://www.sante-travail-saint-malo.org)

## II. ATELIERS PRÉVENTION

### > Ateliers « Risque chimique »

- Constat :



- Objectifs :



Accompagner les entreprises dans une prévention efficace et effective du risque chimique





## II. ATELIERS PRÉVENTION

### > Atelier « Risque chimique »

- **Format :** 1 session d'une ½ journée (3h00)
- **Périodicité :** tous les 2 à 3 mois
- **Nombre de participants par session :** 8-10 personnes maximum
- **Public ciblé :** employeurs, directions, encadrants, salariés, IRP...
- **Lieux d'organisation :** locaux STSM
- **Contenu :**
  - ✓ Apprendre à lire une **étiquette**, une **FDS**
  - ✓ **Des outils**
  - ✓ **Cas pratiques** / Mise en application



Contact et inscriptions sur notre site : [www.sante-travail-saint-malo.org](http://www.sante-travail-saint-malo.org)

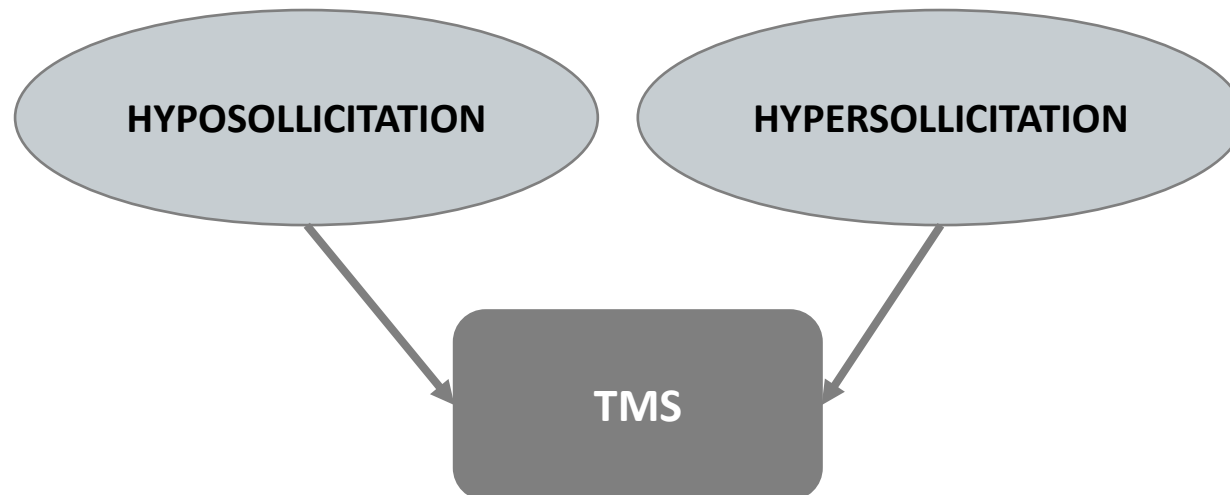
## II. ATELIERS PRÉVENTION

### > Atelier « Travail sur écran » [TSE]

### Pourquoi un atelier « Travail sur écran » ?

#### Le travail sur écran occasionne des TMS...

La plupart des études ergonomiques au STSM concernent le TSE pour des problématiques de type Troubles Musculosquelettiques (TMS)

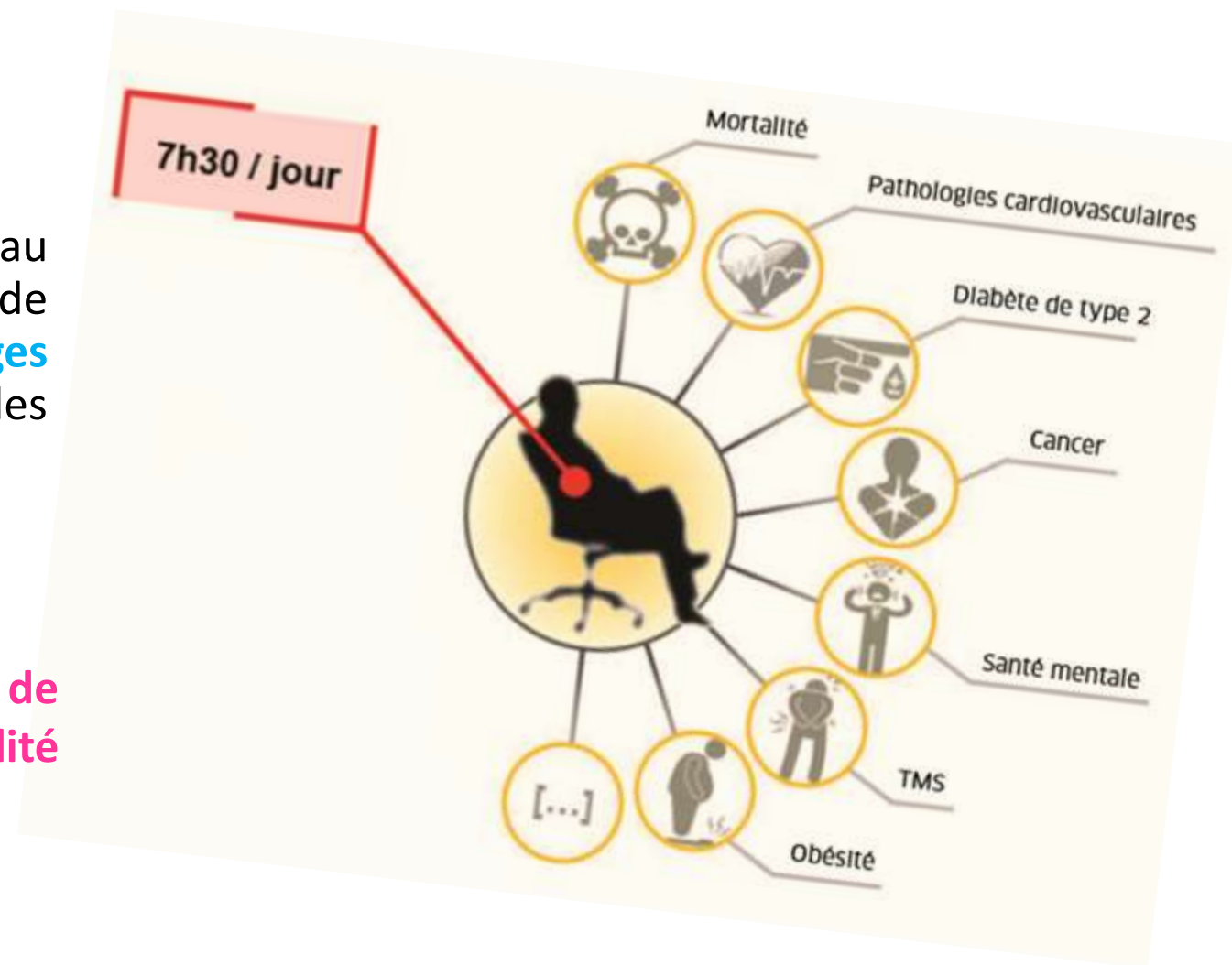


...mais pas que !

Le fait d'être trop longtemps assis statique au travail n'entraîne pas seulement des maux de dos, mais aussi de **nombreux dommages graves sur la santé** comme en attestent les récentes preuves scientifiques

(Galissi et Praznoczy, 2017)

La **sédentarité** occasionne une **dégradation de la qualité de vie, de la santé et une mortalité précoce**



# L'ergonomie « TSE » : un enjeu majeur

**De plus en plus de salariés sont concernés par les risques TSE, car :**

- tertiarisation des emplois
- essor du numérique
- augmentation de l'âge de départ à la retraite

▶ **Le travail sur écran est passé de 36 % à 52 % entre 1994 et 2010** (SUMER, 2010)

▶ **76% des actifs en France travaillent dans le secteur tertiaire** (INSEE, 2020)



# Comment se déroule l'atelier « TSE » ?

## › 2 étapes principales :


1. **Phase de sensibilisation orale** avec projection d'un diaporama interactif et exposition d'un poste type préventif
2. **Phase pratique** avec accompagnement des salariés sur leurs postes de travail respectifs pour une mise en situation et une analyse systématique des situations de travail permettant d'identifier les facteurs de risque de pathologies et de délivrer divers conseils précis et adaptés



## > Modalités de l'atelier «

- **Format :** 1 session [2h30 – 3h30]
- **Nombre de participants par atelier :** 8 personnes
- **Public ciblé :**
  - ✓ Toute personne travaillant devant un écran
  - ✓ Membres du personnel et collègues
- **Lieux d'organisation :**
  - ✓ Ateliers en entreprise
  - ✓ Dans les locaux de STSM


Contact et inscriptions sur notre site



SOCIÉTÉ  
TUNISIENNE  
d'ERGONOMIE



Groupes de Recherche Francophone  
sur les Troubles Musculo-Squelettiques



STSM Santé au Travail  
Pays de Saint-Malo

Poster N° : 26

## PRÉVENTION DES TMS EN TRAVAIL SUR ÉCRAN EN PAYS MALOUIN

Asma CHOUKHA - Ergonome  
Fabienne LE COROLLÉ - Assistante Prévention Travail sur Écran  
Département 11101 - Centre de Condamnation  
SANTÉ AU TRAVAIL DU PAYS DE SAINT-MALO (STSM) - FRANCE

### INTRODUCTION

Au Service de Santé au Travail du Pays de Saint-Malo (STSM), 2/3 des études ergonomiques réalisées par le pôle Ergonomie concernent des TMS développés lors d'un travail sédentaire sur écran (TSE). Peu de données épidémiologiques confirment ce phénomène, les TMS en TSE étant rarement déclarés en maladie professionnelle. Il est pourtant bien établi dans la littérature le lien entre TMS et TSE en raison notamment, de l'adoption de postures à risque pour le rachis et les membres supérieurs consécutives à un défaut d'aménagement du poste<sup>1</sup> et l'hyposollicitation du système musculo-squelettique liée à un comportement sédentaire au travail<sup>2</sup>. Ce phénomène tend à se développer en raison d'une tertiarisation des emplois et à l'essor du numérique et du télétravail<sup>3</sup>. Rester assis au travail plus de 4h00 par jour revient à adopter un comportement sédentaire d'au moins 7h30 par jour (en considérant les loisirs et les transports)<sup>4</sup>, soit une durée de sédentarité quotidienne préjudiciable pour la santé. La sédentarité, dont l'illustration la plus courante est le travail de bureau, est donc principalement d'origine professionnelle et doit désormais être considérée comme un risque professionnel et une préoccupation majeure des employeurs, des services de santé au travail et plus globalement de tous les acteurs de la santé<sup>5</sup>. Pourtant, la plupart des démarches classiques de prévention des TMS liés au travail de bureau se focalisent sur les « bonnes pratiques » en matière d'hygiène posturale au détriment de la sédentarité au travail.

**OBJECTIFS :**

- Recueillir des données épidémiologiques sur la prévalence et le type des TMS en Travail sur Écran
- Promouvoir une culture de prévention des risques liés au TSE, notamment du comportement sédentaire, au sein des entreprises du pays malouin et les intégrer dans une démarche participative de prévention.
- Diminuer les TMS liés au Travail sur Écran.

### RÉSULTATS

**Période de référence :** avril 2019 à juillet 2021.

- Réalisation de 8 ateliers de sensibilisation comptabilisant 73 participants.
- Caractéristiques des participants : 65 femmes, 8 hommes avec une moyenne d'âge de 42 ans.
- 95 % des participants travaillent 7h00 ou plus devant un écran.



► 70 réponses au 1<sup>er</sup> questionnaire (taux de réponses : 96 %) avec une prévalence des TMS de 59 sur 70 (84 %).

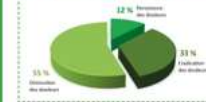


► 46 participants (66 %) souffrent de plus d'un TMS (2 ou plus).

► Les douleurs déclarées se concentrent essentiellement au niveau des cervicales (41 cas), des lombaires (36 cas), des épaules (22 cas) et des omoplates (20 cas).



► Sur 33 retours du 2<sup>ème</sup> questionnaire (taux de réponses : 47 %) 29 participants ont déclaré un impact positif de l'action de prévention sur les TMS, à savoir : une réduction des douleurs, voire même, pour 11 d'entre-eux, l'éradication de celles-ci.



### MATÉRIEL et MÉTHODE

Notre action s'adresse aux entreprises adhérentes du STSM, par groupe maximum de 15 salariés, selon une fréquence d'une fois par mois ou tous les 2 mois (hors période COVID-19).

Elle s'effectue en quatre étapes :



### DISCUSSION - CONCLUSION

Les participants aux 8 ateliers réalisés se révèlent être majoritairement des femmes dont la moyenne d'âge est de 42 ans ; des facteurs individuels réputés pour majorer le risque de TMS. En travaillant tous au moins 5h00 par jour assis devant leur écran, ces participants sont qualifiés de sédentaires<sup>6</sup>. Cela expliquerait, du moins en partie, la prévalence élevée des TMS relevés.

Notre démarche de prévention, qui se voulait primaire initialement, s'inscrit davantage dans un cadre de prévention secondaire auprès de salariés souffrant déjà pour la plupart de TMS. Les régions les plus affectées se situent au niveau des cervicales et des lombaires ce qui correspond aux résultats d'études publiées portant sur la prévalence des TMS développés en TSE<sup>7,8</sup>.

Le second questionnaire (à 3 mois) révèle, chez 88 % des répondants, un impact positif de notre action sur les douleurs ressenties. Il semblerait que cette action, à travers son format, ses caractéristiques et les conseils prodigués soit efficace dans la lutte contre les TMS en TSE.

Ces premiers résultats plutôt positifs en matière de lutte contre les TMS nous encouragent à poursuivre nos efforts. Ils sont probablement amenés à évoluer à mesure que se déploie notre action et en fonction du nombre de participants.

### BIBLIOGRAPHIE

1. Wu, S. et al., Visual display terminal use increases the prevalence and risk of work-related musculoskeletal disorders among Chinese office workers - a cross-sectional study. J. Occup. Health 2022, 54, 34-43.
2. Mihnenenrojuntti, E. et al., Work-related Musculoskeletal Disorders in non-Office Workers: Prevalence and Risk Factors. J. Med. Life 2018 Oct-Dec; 11(4): 328-333.
3. Desbrosses, L. Le Comportement sédentaire au travail : de quel parle-t-on ? Hygiène et Sécurité du Travail, Septembre 2018, n°252, 2022, 10-15.
4. Gavon P. Programmes d'activité physique en entreprise: Quelles avancées? Quelles conclusions? Colloque ONAPS 2019.
5. Sauti M. et al., Descriptive study of sedentary behaviours in 35,444 French working adults: cross-sectional findings from the ACTI-Cités study. BMC Public Health 2013 Apr 14;13:379.
6. Perry, S, Steiner L. The contribution of office work to sedentary behaviour associated risk. BMC Public Health 2013,13:236-13.

# Merci de votre attention

Avez-vous des questions ?