

# Prévenir les TMS dans l'agroalimentaire : comprendre et agir

“ Dans notre entreprise, nous avons toujours essayé d'avoir une politique de prévention efficace, avec un CHSCT actif, mais nous nous préoccupons avant tout des accidents du travail.

C'est en 2004, à la lecture d'un article paru dans un grand quotidien national décrivant les conditions de travail chez l'un de nos confrères, que j'ai pris conscience de la problématique des TMS dans nos métiers : je me suis rendu compte que certaines tâches accomplies au quotidien chez nous pouvaient avoir des conséquences néfastes sur la santé des salariés et les atteindre dans leur intégrité physique.

J'ai donc demandé à la direction des ressources humaines, en coopération avec le CHSCT, de lancer une réflexion sur ce sujet. Avec le soutien d'Aravis nous avons pu faire un état des lieux de la situation et envisager des actions préventives. Suite à ce travail, l'ergonomie de plusieurs postes a été repensée, certaines manutentions ont pu être facilitées par une mécanisation partielle et des aspects de l'organisation du travail ont été revus...

Aujourd'hui le retour sur investissement est positif : l'absentéisme a diminué substantiellement, notre cotisation employeur AT/MP est moins élevée... et nous avons la satisfaction d'améliorer les conditions de travail de nos collaborateurs, ce qui n'a pas de prix.

*Thierry Oriol est DGA de la fromagerie Guilloteau qui emploie 205 personnes sur les sites de Belley (01) et de Pelussin (42). Il est également Vice-Président de l'Association Régionale des Industries Agro-alimentaires, dont l'une des priorités est la prévention des TMS.* ”

## Qui peut vous aider dans vos démarches ?

Si vous souhaitez lancer une action de prévention dans votre entreprise, n'oubliez pas de mobiliser les ressources internes qui peuvent vous aider à définir les priorités de votre projet : les salariés et l'encadrement, le CHSCT ou les délégués du personnel, votre médecin du travail.

Il existe également des aides extérieures auxquelles vous pouvez faire appel : votre technicien conseil CARSAT (anciennement CRAM) ou MSA, des consultants...

### Intervention d'Aravis

**Cible :** toute entreprise, sous réserve d'une demande partagée Direction/Représentants du personnel et en fonction des thématiques prioritaires annuelles fixées par Aravis.

**Nature de l'aide :** intervention réalisée par un chargé de mission d'Aravis. L'objectif est d'aider l'entreprise à mieux cerner les enjeux et les possibilités d'action liés à sa problématique. Le mode d'intervention passe notamment par des entretiens individuels ou collectifs, des observations, l'animation de groupes de travail...

**Montant de l'aide :** jusqu'à 5 jours d'accompagnement financés sur fonds publics.

### FACT individuel (Fonds pour l'Amélioration des Conditions de Travail)

**Cible :** entreprises ou établissements de moins de 250 salariés.

**Nature de l'aide :** financement de conseil (appel à un consultant externe) en lien direct avec l'amélioration des conditions de travail ou la prévention des risques professionnels et répondant à une approche globale prenant en compte les facteurs techniques, organisationnels et humains.

**Montant de l'aide :** prise en charge de 1000 euros par jour de conseil, pour un maximum de 15 jours. S'adresser à Aravis.

### Contrat de prévention CARSAT ou MSA

**Cible :** entreprise relevant d'un secteur d'activité ayant signé une convention avec la CNAMTS ou la MSA (par ex : découpe de viande, coopératives viticoles...).

**Nature de l'aide :** diagnostic et élaboration d'un plan d'action conjointement avec le technicien-conseil CARSAT ou MSA, mise en œuvre des mesures de prévention dans le cadre d'un contrat personnalisé de prévention dont la durée, fonction du programme d'investissement, peut atteindre 3 ans.

**Montant de l'aide :** à déterminer avec la CARSAT ou la MSA, selon la nature des investissements.

### Aide financière simplifiée CARSAT

**Cible :** entreprise de moins de 50 salariés.

**Nature de l'aide :** accompagnement par un consultant conventionné pour initier un plan d'action et/ou réalisation d'un investissement matériel, selon dispositif.

**Montant de l'aide :** sous conditions de taille et de cotisation.

## Contacts

**ARAVIS**  
04 37 65 49 70  
www.aravis.aract.fr

**CARSAT Rhône-Alpes**  
preventionrp@carsat-ra.fr  
www.carsat-ra.fr

**Caisses départementales de la MSA**  
www.msa01-69.fr  
www.msa-ardeche-drome-loire.fr  
www.msaalpesdunord.fr

## Pour aller plus loin

**www.agrobat.fr**  
(repères et outils pour la conception des locaux alimentaires en tenant compte des exigences de sécurité alimentaire et de sécurité des salariés)

**http://www.risques-pme.fr**  
(repères et outils autour des risques professionnels dans les PME)

**www.inrs.fr**  
(site de l'institut national de recherche et de sécurité pour la prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles)

**http://referencs-sante-securite.msa.fr**  
(informations sur la santé et la sécurité dans l'agroalimentaire)

**Guide méthodologique SP 1156**  
(prévention des TMS dans l'agroalimentaire et outils pour la conception hygiénique et ergonomique des équipements, téléchargeable sur [www.ceei.alimentec.com](http://www.ceei.alimentec.com) et [www.carsat-ra.fr](http://www.carsat-ra.fr))



Conception et réalisation : Estève Design Graphique - lucie.steve@wanadoo.fr - Impression : Carsat Rhône-Alpes



Ce document a été réalisé à l'initiative du PEACRITT dans le cadre du projet « TMS, articulons nos forces » avec la participation du « groupe de travail régional TMS dans les IAA », composé, en plus des structures partenaires du projet, du CEEI Alimentec, de l'OPCA2 et de la MSA.



# à savoir . . .

## TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES

### Les enjeux de la prévention en chiffres

■ Les TMS représentent **95%** des maladies professionnelles dans l'agroalimentaire.

■ Un salarié de l'agroalimentaire a **2 fois plus** de risques de déclarer un TMS que les salariés des autres secteurs confondus.

■ Les déclarations de TMS par les salariés **augmentent de 15% tous les ans** dans le secteur agroalimentaire.

■ Une lombalgie reconnue coûte à l'entreprise **de 150 000 à 250 000 euros** (dont 50 000 euros de coûts directs).

## Qu'est-ce qu'un TMS ?

Tendinite, syndrome du canal carpien, épaule enraidie...

Les Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) regroupent un grand nombre d'affections touchant les tendons, les muscles ou les articulations. Ils peuvent survenir au niveau du cou, du haut et du bas du dos, des épaules, des bras, des mains ou des membres inférieurs.

Ces affections se traduisent par des douleurs qui deviennent de plus en plus gênantes : engourdissement, picotements... et qui entraînent donc des difficultés à faire certains gestes ou mouvements. Non soignés, les TMS peuvent avoir des conséquences graves et irréversibles, pouvant aller jusqu'à l'incapacité de travail.

## Quelles sont ses origines ?

Les TMS résultent d'une hyper-sollicitation des tendons, muscles ou articulations, due au port de **charges lourdes**, à des **mouvements répétitifs**, des **postures contraignantes**, des **vibrations**... Le **froid**, mais aussi la précipitation, le **stress**, sont des facteurs qui bien souvent renforcent les effets de cette hyper-sollicitation. D'où l'importance, pour prévenir les TMS, de prendre en compte autant la conception des postes et des locaux, que l'organisation du travail, le management des équipes et les relations sociales dans l'entreprise.

## Quels sont les coûts pour les entreprises ?

L'apparition de TMS coûte cher à la Sécurité sociale... mais également à l'entreprise via l'augmentation de sa cotisation AT/MP. A titre d'exemple, une entreprise de 250 salariés qui déclare 15 TMS sur les trois années précédentes aura une cotisation annuelle de 300 000 euros... contre 150 000 euros pour une entreprise de même effectif déclarant 4 TMS sur la même période.

S'ajoutent les **coûts indirects** qui se chiffrent en dizaines de milliers d'euros : ils sont liés aux frais de gestion, à l'absentéisme, au temps passé pour organiser le remplacement, au financement d'heures supplémentaires... mais aussi à la perte de productivité que tout cela engendre.

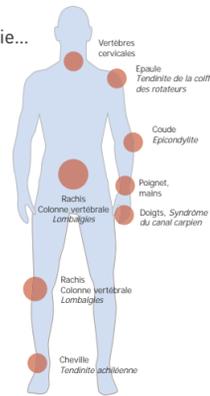
Enfin, le **climat dans l'entreprise** peut se détériorer rapidement : la souffrance, la perte d'efficacité et la démotivation d'un salarié ne sont pas faciles à estimer et à gérer pour les collègues.

## Comment peut-on agir ?

Déclarés ou pas, les TMS peuvent mettre en péril la performance d'une entreprise. Il n'y a pas de solution toute faite et les éléments sur lesquels l'entreprise peut agir sont multiples.

Chaque entreprise peut agir sur la prévention des TMS, grâce à :

- Un engagement de la Direction
- Une mobilisation et une participation des salariés
- Une réflexion autour de l'analyse du travail et de la recherche de solutions techniques, organisationnelles et humaines.



# Questions, réponses . . .

Envie d'en savoir plus...

Des professionnels donnent leur point de vue sur des questions que vous vous posez sûrement.

## Un TMS résulte-t-il forcément d'une activité professionnelle ?

La vie personnelle peut être facteur de risque mais, à l'exception de grands sportifs, c'est l'activité professionnelle la plus génératrice de gestes répétitifs, ports de charges... et donc de TMS.

**Stéphanie Chalet, ingénieur conseil à la CARSAT Rhône-Alpes**



## Pourquoi associe-t-on souvent TMS et stress ?

La survenue d'un TMS est rarement la conséquence des seuls mouvements, même s'ils sont répétitifs ou contraignants. On parle de pathologie plurifactorielle car elle met en cause non seulement l'aspect biomécanique, mais également les facteurs d'ambiance physique et les facteurs psychosociaux. Un opérateur stressé est souvent un opérateur qui ne dispose pas de marges de manœuvre suffisantes pour s'adapter aux exigences, aléas et variations de son travail. Il voit ses capacités d'anticipation limitées, doute de ses capacités à bien faire le travail, se fatigue plus vite et est donc plus exposé au risque d'apparition d'un TMS.

**Paul Calmelet, ergonome**



## Quelle est ma responsabilité en tant qu'employeur ?

Les TMS font partie des risques professionnels auxquels les salariés sont potentiellement exposés dans le cadre de leur activité. A ce titre, ils doivent être évalués sur le Document Unique dont la rédaction et la mise à jour sont une obligation légale pour toute entreprise. Cette mise à jour doit se faire au moins chaque année ou lors de toute décision d'aménagement important modifiant les conditions de travail. Suite à cette évaluation, des mesures doivent être mises en œuvre : actions de prévention, formations/informations, organisation et moyens adaptés.

**Cécile Verset, DIRECCTE**

## Quels sont les mouvements et postures qui présentent un risque dans les IAA ?

L'organisation du travail et la conception des postes de travail déterminent les cadences et les manipulations à effectuer dans le cadre du travail. Chaque opérateur, suivant sa taille, sa dextérité, son niveau de fatigue ou ses douleurs, va être amené à trouver la gestuelle qui lui correspond le mieux pour soutenir les

objectifs de production tout en limitant l'impact sur sa santé. Il n'y a pas de "bon geste" qui pourrait être réalisé par tout le monde. Contraindre la gestuelle de quelqu'un dans le cadre de mouvements répétitifs présente un fort risque de développement de TMS.

**Stéphane Denis, ergonome**

## Si je lance une action de prévention des TMS dans mon entreprise, les déclarations de maladies professionnelles ne vont-elles pas exploser ?

Ce risque est loin d'être systématique, mais il a en effet déjà été constaté dans des entreprises s'engageant activement dans un projet de prévention. Il ne faut toutefois pas craindre ce phénomène : cela ne fait que clarifier une situation de toute façon inchangée liée à des salariés qui, maladie professionnelle déclarée ou non, ont de fait des TMS ou de fortes douleurs. C'est donc l'occasion de mieux mesurer et de mieux cibler les enjeux de son action et à terme de diminuer durablement le nombre et le coût des TMS.

**Rémi Cottet, chargé de mission à ARAVIS**

## Prévenir les TMS, est-ce forcément aller vers plus d'automatisation ?

Pour les tâches de levage, de transport de charges lourdes, de gestes potentiellement dangereux... la mécanisation apporte un gain évident pour la santé. Mais, si en mécanisant on supprime souvent des postes difficiles, on peut aussi augmenter, si on n'y prend garde, les contraintes sur les postes restants. On observe par exemple régulièrement en agroalimentaire des lignes mécanisées avec une alimentation et une sortie des produits qui demeurent manuelles. Les opérateurs sur ces lignes font des gestes répétitifs à cadence imposée souvent élevée et ont peu de marges de manœuvre.

**Valérie Demonte, consultante en gestion de production**

## Un nouveau salarié peut-il développer un TMS ?

Oui bien sûr. Nous avons vu des cas se déclarer en une semaine sur des postes particulièrement contraignants. Ceci est fonction de facteurs individuels (âge, parcours professionnel antérieur...) et de mauvais gestes dus à des outils inadaptés et une mauvaise ergonomie du poste.

**Docteur Morel, médecin du travail à l'AST 74**

## Y a-t-il des populations à risque ?

Il y a des facteurs individuels, qui jouent dans les deux sens : certains individus sont "hyper fragiles" et d'autres peuvent faire de la maçonnerie toute leur carrière, et même au-delà, sans pathologie. Les femmes sont souvent évoquées comme groupe à risque, il s'agit selon nous plutôt du fait de leur surreprésentation dans les métiers peu qualifiés, mais le débat n'est pas clos. Chez les salariés les plus âgés toujours soumis aux mêmes contraintes articulaires, le risque est évidemment plus grand, mais à l'inverse, l'expérience du geste peut limiter l'apparition de TMS.

**Docteur Morel, médecin du travail à l'AST 74**

## Comment j'attaque le problème des TMS dans mon entreprise ?

Pour « attaquer » le problème des TMS, il faut commencer par baisser son fusil : les causes techniques ne sont pas forcément celles qu'il faut viser en priorité. En effet, on sait aujourd'hui que c'est avant tout le ressenti vis-à-vis des conditions de travail qui va déclencher l'apparition de TMS.

Pour attaquer le problème des TMS, la prise en compte du point de vue des salariés sur leurs actes, leurs gestes et sur l'organisation du travail est un incontournable. Ceci permet de recueillir les informations les plus pertinentes, nécessaires à la mise en place d'actions de prévention acceptées par tous.

**Rémy Perret, consultant en management des ressources humaines**

# Le projet TMS, articulons nos forces



Le programme **TMS, articulons nos forces**, porté par le PEACRITT, est né de la volonté de l'ARIA et Coop de France de réunir les forces vives en Rhône-

Alpes pour expérimenter de nouvelles approches de prévention des TMS auprès d'entreprises agroalimentaires. Comment ? En les faisant bénéficier d'un accompagnement sur trois expertises complémentaires : l'ergonomie, la gestion de production et le management. Du conseil individualisé et des formations collectives doivent permettre aux 10 entreprises participantes de repérer les postes les plus à risque, d'identifier les facteurs d'apparition des TMS, d'établir et de mettre en œuvre des plans d'action, et de gagner en autonomie pour s'inscrire dans une démarche durable de prévention.

Ce programme repose sur trois principes :

- une démarche participative dans chaque entreprise avec l'implication des salariés, de la Direction, du CHSCT, du médecin du travail...
- la participation active dans le comité de pilotage du programme des principaux organismes de prévention (CARSAT, ARAVIS, DIRECCTE) et des syndicats de salariés (FO, CFDT)
- une démarche de transfert auprès des autres entreprises agroalimentaires de Rhône-Alpes avec l'organisation de temps d'échange et de formation et la diffusion de supports d'information.

*Si vous aussi, vous voulez participer à un projet impliquant plusieurs entreprises, contactez Antoine Raverot du PEACRITT, au 04 72 38 30 40*

*Pour suivre l'actualité du projet : [www.tms-articulonsnosforces.fr](http://www.tms-articulonsnosforces.fr)*