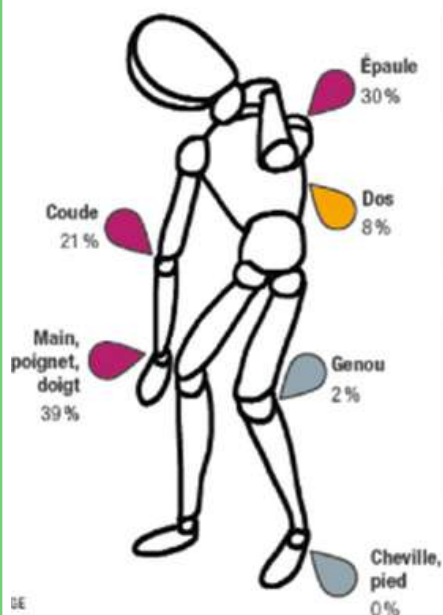


Les troubles musculosquelettiques (TMS)



Les TMS : qu'est-ce que c'est ?

Ce sont des atteintes de l'appareil locomoteur dont la survenue peut être favorisée par l'activité professionnelle.

Les TMS affectent les muscles, les tendons, les nerfs et les ligaments des membres supérieurs ou inférieurs. Ils se manifestent par des douleurs, une perte de force ou de sensibilité.

Les TMS : quelles conséquences ?

Les TMS peuvent devenir irréversibles et entraîner un handicap durable. Peuvent suivre des difficultés à exercer son travail.

Ils représentent à eux seuls plus de 80 % des maladies professionnelles reconnues.

Les TMS : quels sont les facteurs de risque ?

Les TMS sont provoqués ou aggravés par l'activité professionnelle. Tous les secteurs d'activité sont concernés.

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.

On peut distinguer :

- des facteurs biomécaniques :
 - efforts physiques,
 - postures contraignantes,
 - gestes répétitifs,
 - ... ;
- des facteurs psychosociaux, source de stress :
 - intensité et complexité du travail,
 - temps de travail et horaires,
 - faible autonomie,
 - ... ;
- des facteurs liés l'environnement de travail :
 - vibrations,
 - froid,
 - bruit,
 - ...

CDG 70

Centre de gestion de la fonction publique territoriale de la Haute-Saône

Pôle

**Qualité de vie
au travail**

Service Prévention

Création : 27/06/2025

Prévenir les TMS : comment agir ?

Les leviers d'action sont nombreux. En mettant en place une démarche de prévention, il est possible d'agir sur :

- l'organisation du travail,
- l'aménagement des postes et des espaces de travail,
- le choix des outils et des équipements,
- la formation des agents ...

La formation PRAP

(Prévention des Risques liés à l'Activité Physique)

Cette formation, dans le cadre d'une démarche de prévention des TMS, contribue à diminuer les risques d'accident et de maladies professionnelles liées aux activités physiques.



Elle permet à l'agent de :

- être acteur de sa prévention ;
- connaître les risques liés à son activité ;
- observer et analyser sa situation de travail ;
- participer à la maîtrise du risque et à sa prévention dans sa collectivité.

CDG 70

Centre de gestion de la fonction publique territoriale
de la Haute-Saône

Pôle

**Qualité de vie
au travail**

Service Prévention

Création : 27/06/2025