

TMS : quand le travail rime avec la douleur

Quand on parle de troubles musculo-squelettiques (TMS), on pense souvent au travail à la chaîne dans l'agroalimentaire. Si ce secteur d'activité est le plus touché (70 cas sur 100), il n'est pas le seul. Le bâtiment, les travaux publics ou le travail sur écran sont aussi sources de TMS.



3 550 cas de troubles musculo-squelettiques ont été enregistrés en Bretagne en 2003. Travail répétitif et mauvaise posture en seraient les principales causes.

Vous ressentez des douleurs aux articulations ? Vous travaillez sur un poste nécessitant des gestes répétitifs ? Vous souffrez peut-être de **troubles musculo-squelettiques (TMS)**, tels le canal carpien et la tendinite du coude ou de l'épaule. Et vous n'êtes pas seuls dans ce cas. Reconnus comme maladie professionnelle, les TMS sont en augmentation de 22 % par an depuis 1992 (1). **« Il y avait 23 672 cas en France en 2003, dont 15 % en Bretagne alors que la Bretagne ne représente que 5 % des effectifs »**, précise le docteur Jacqueline Pagnier, médecin référant de la Médecine du travail des Côtes-d'Armor. La présence forte de l'agroalimentaire pourrait en être la raison majeure. **« Mais, si c'est le secteur le plus touché, l'agroalimentaire n'est pas le seul. Les travaux sur écran, dans le bâtiment ou dans les travaux publics sont aussi sources de TMS. »**

Et le phénomène n'est pas inéluctable. En témoigne la stagnation des nouveaux cas enregistrée en 2003 et la baisse de 5 % enregistrée en 2004. **« On espère que c'est parce que les entreprises ont mis en oeuvre une prévention »**, souligne le docteur Robert Messenger, médecin coordinateur de la Médecine du travail. **« On a tout intérêt à faire de la prévention parce que quand une personne est absente de son poste, c'est un problème pour nous »**, répond Michel Rault, directeur de Grand Ouest étiquettes. Dans l'entreprise lamballaise de 50 salariés, la prévention a débuté il y a plusieurs années. **« On a fait des aménagements de poste, par exemple en faisant varier la hauteur des palettes pour que les personnes travaillent toujours au même niveau, explique Michel Rault. Mais ce qui compte, c'est l'éducation sur les postes sinon les aménagements ne servent à rien. »**

Pour les aider, les entreprises disposent d'organismes spécialisés comme **Kiné Ouest Prévention***. Basée à Plérin, cette association réunit 54 kinésithérapeutes qui sont intervenus dans 400 entreprises depuis dix ans, dont 150 dans le département. **« Notre objectif est de faire agir les gens avant que la douleur n'apparaisse, dès qu'ils sentent que quelque chose ne va pas bien, explique Christian Meignan, le responsable régional. Nous leur proposons alors de faire des mouvements qui leur correspondent. »** Autant de méthodes qui oeuvrent pour le bien-être des salariés. **« Il y a eu des actions sur les facteurs biomécaniques avec des aménagements de postes, la création de micro pauses plutôt que grandes. Maintenant, il faudrait agir sur les facteurs psychosociologiques. »** Un champ d'action encore peu exploré vers lequel les entreprises pourraient dorénavant se tourner pour lutter contre un turn-over trop important. **« La durée moyenne d'un arrêt de travail pour un TMS, c'est 190 jours »**, rappelle le Dr Messenger.

Stéphanie BAZYLAK.

Kiné Ouest Prévention : 02 96 58 09 02