

Maux de dos et TMS

- 1/3 des accidents du travail sont dus à des **manutentions**. Coût annuel : 1,5 milliards d'euros.
- Les **lombalgies** représentent 100 000 arrêts de travail par an pour un coût de 2 milliards d'euros.
- Les **Troubles Musculo Squelettiques** constituent 75 % des maladies professionnelles.
- Les métiers comportant des **manutentions** et des **contraintes posturo-gestuelles** sont particulièrement exposés.
- La **Conférence Régionale de Santé** a fait de la prévention des TMS une priorité de santé publique en Bretagne.
- La **prévention** doit se faire dès la formation initiale des jeunes, sous forme de **dépistage** des facteurs de risque, d'une initiation la **physiologie** de l'appareil locomoteur et à l'**ergonomie de proximité**, d'une **éducation gestuelle** préventive et de l'acquisition d'outils personnalisés de **régulation physique**.
- Notre **réseau régional** œuvre dans le domaine de la santé au travail (études, sensibilisation et formation) depuis 15 ans. 30 000 salariés et 450 entreprises ont déjà bénéficié de nos interventions.



Kiné Ouest Prévention

Notre association regroupe 65 kinésithérapeutes spécialisés dans le domaine de la prévention, répartis en 4 sections départementales 22, 29, 35 et 56. Kiné Ouest Prévention adhère au **Comité National de Prévention en Kinésithérapie** qui est membre associé de l'Institut National de Promotion et d'Education pour la Santé. Nos programmes de prévention concernent différents thèmes de santé publique, santé scolaire et santé au travail : Lombalgies - Troubles Musculo Squelettiques - Stress - Manutentions - Travail sur écran - Prévention des chutes... Notre **siège régional** est situé à PORDIC (22). Nous disposons également d'un **fond documentaire** et d'une gamme de **supports pédagogiques** et éducatifs multimédias.

Nos références :

- 30 000 heures d'intervention
- 50 000 bénéficiaires de nos interventions
- 450 entreprises commanditaires
- 80 établissements scolaires

Vos contacts :

Christian MEIGNAN, Coordinateur
Solène STEUNOU-ROQUINARC'H Assistante

Pour en savoir plus :

www.kineouestprevention.com



Programme régional



Pages 2 : Présentation du programme

Page 5 : Maux de dos et TMS

Page 6 : Présentation de l'association

1 Allée du Puits Julien - 22590 PORDIC

Tel : 02 96 58 09 02

kine.ouest.prevention@wanadoo.fr

www.kineouestprevention.com

Le programme Dos Santé Lycée

1 - **Public ciblé** : élèves des secondes et terminales Bac Pro.

2 - **Objectifs**

- **Sensibiliser** les jeunes et les enseignants.
- **Diminuer** la fréquence et la gravité des accidents et maux de dos.
- **Améliorer** le confort et la sécurité des manutentions, des gestes et des postures effectués lors des ateliers pratiques et des stages en entreprise.



3 - **Intervenants** : Des kinésithérapeutes, formateurs en santé au travail.

4 - **Description d'une action type** :

4.1. Réunion et visite préparatoire

- **Participants** : l'intervenant KOP, le professeur principal, les professeurs de vie sociale et professionnelle, d'éducation physique et sportive et de technologie professionnelle, l'infirmière scolaire.
- **Objectifs** : présenter l'action, les supports éducatifs, l'évaluation, le suivi, le planning et le rôle de chaque intervenant - Visite des locaux où se déroulera l'intervention, repérer les situations à risque.

2

4.2. Séance d'évaluation initiale

- **Entretien** : antécédents, facteurs de risque, représentations et comportements.
- **Tests** de capacités physiques et professionnels et **bilan morphostatique**

4.3. Séances éducatives

Apports de connaissances : Description et fonctionnement de la colonne vertébrale - Réglementation et consignes de prévention concernant les manutentions - Notions d'ergonomie posturo gestuelle - Hygiène de vie et santé au travail.

Ateliers pratiques : Education gestuelle - Gymnastique d'hygiène et de prévention - Relaxation neuromusculaire - Manutentions des charges et des personnes - gestes et postures - Utilisation des équipements.

4.4. Visite en entreprise et observation de situations de travail



3

4.5. Cycle d'approfondissement par les professeurs

- Physiologie et réglementation (professeur de VSP et/ou infirmière scolaire).
- Renforcement et étirements musculaires, (professeurs d'EPS).
- Manutentions, gestes et postures, ergonomie (professeur de technologie).

4.6. Séance d'évaluation à distance : connaissances, comportements, capacités

5 - **Bilan 2002 / 2010**

- 48 actions dans 20 établissements
- 1139 heures d'intervention
- 733 jeunes formés, 21 intervenants kinés

6 - **Partenaires et financeurs**

ARS (financement) - CARSAT (documentation) - RSI Bretagne (financement) - CRES (documentation) - Kiné Ouest Prévention (promotion, gestion, coordination, animation) - **Etablissements** (accueil, logistique, organisation, financement).

7 - **Fonctionnement** : Le Comité de Pilotage du programme est composé du coordinateur régional et de 4 animateurs DSL. Des personnes ressources (enseignants, médecins scolaires) peuvent être invitées.

4